

THIỆN PHÚC

**YÊU LƯỢC TINH HOA
NHỮNG LỜI PHẬT DẠY
TRONG KINH PHÁP CÚ**
(**ESSENTIAL SUMMARIES OF THE QUINTESSENCE
OF THE BUDDHA'S TEACHINGS
IN THE DHARMAPADA SUTRA**)

Copyright © 2025 by Ngoc Tran. All rights reserved.

No part of this work may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying and recording, or by any information storage or retrieval system without the prior written permission of the author, except for the inclusion of brief quotations. However, staff members of Vietnamese temples who want to reprint this work for the benefit of teaching of the Buddhadharma, please contact Ngoc Tran at (714) 778-2832.

Mục Lục

<i>Mục Lục</i>	3
<i>Lời Đầu Sách</i>	7
 <i>Chương Một: Tổng Quan Về Kinh Pháp Cú</i>	 9
<i>Chương Hai: Văn Bản Kinh Pháp Cú</i>	13
<i>Chương Ba: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Cà Sa Trong Kinh Pháp Cú</i>	43
<i>Chương Bốn: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Phóng Dật Buông Lung Trong Kinh Pháp Cú</i>	45
<i>Chương Năm: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Tâm Trong Kinh Pháp Cú</i>	51
<i>Chương Sáu: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Phạm Nhân Trong Kinh Pháp Cú</i>	61
<i>Chương Bảy: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Các Bậc Trí Giả Trong Kinh Pháp Cú</i>	69
<i>Chương Tám: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Những Bậc A La Hán Trong Kinh Pháp Cú</i>	73
<i>Chương Chín: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Ác Nghiệp Trong Kinh Pháp Cú</i>	79
<i>Chương Mười: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Ác Tri Thức Trong Kinh Pháp Cú</i>	83
<i>Chương Mười Một: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Tự Ngã Trong Kinh Pháp Cú</i>	85
<i>Chương Mười Hai: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Hình Ảnh Của Một Vị Phật Trong Kinh Pháp Cú</i>	87
<i>Chương Mười Ba: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Sự Bất Tịnh Cấu Uế Trong Kinh Pháp Cú</i>	91
<i>Chương Mười Bốn: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Sự Nhiễm Ô Trong Kinh Pháp Cú</i>	95
<i>Chương Mười Lăm: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Bát Thánh Đạo Trong Kinh Pháp Cú</i>	97
<i>Chương Mười Sáu: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Ái Dục Trong Kinh Pháp Cú</i>	101
<i>Chương Mười Bảy: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Tỳ Kheo & Tỳ Kheo Ni Trong Kinh Pháp Cú</i>	107
<i>Chương Mười Tám: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Hạnh Bà La Môn Trong Kinh Pháp Cú</i>	113
<i>Chương Mười Chín: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Bố Thí Trong Kinh Pháp Cú</i>	117
<i>Chương Hai Mươi: Những Lời Phật Dạy Về Chánh Đạo Trong Tinh Hoa Kinh Pháp Cú</i>	121
<i>Chương Hai Mươi Một: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Chánh Pháp Trong Kinh Pháp Cú</i>	125
<i>Chương Hai Mươi Hai: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Chân Lý Trong Kinh Pháp Cú</i>	129

<i>Chương Hai Mươi Ba: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Cúng Đường Trong Kinh Pháp Cú</i>	131
<i>Chương Hai Mươi Bốn: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Cảnh Giới Địa Ngục Trong Kinh Pháp Cú</i>	135
<i>Chương Hai Mươi Lăm: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Giới Luật Trong Kinh Pháp Cú</i>	139
<i>Chương Hai Mươi Sáu: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Giới Định Tuệ Trong Kinh Pháp Cú</i>	143
<i>Chương Hai Mươi Bảy: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Lòng Ham Muốn Trong Kinh Pháp Cú</i>	149
<i>Chương Hai Mươi Tám: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Ngã Chấp Trong Kinh Pháp Cú</i>	157
<i>Chương Hai Mươi Chín: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Nghiệp Báo Trong Kinh Pháp Cú</i>	163
<i>Chương Ba Mươi: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Nhân Quả Trong Kinh Pháp Cú</i>	177
<i>Chương Ba Mươi Một: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Kiếp Sống Con Người Trong Kinh Pháp Cú</i>	183
<i>Chương Ba Mươi Hai: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Sân Hận Trong Kinh Pháp Cú</i>	189
<i>Chương Ba Mươi Ba: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Tà Kiến Trong Kinh Pháp Cú</i>	195
<i>Chương Ba Mươi Bốn: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Không Tạo Tác Nghiệp Thân Khẩu Ý Trong Kinh Pháp Cú</i>	201
<i>Chương Ba Mươi Lăm: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Thất Tinh Lục Dục Trong Kinh Pháp Cú</i>	215
<i>Chương Ba Mươi Sáu: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Không Nên Thấy Lỗi Người Trong Kinh Pháp Cú</i>	221
<i>Chương Ba Mươi Bảy: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Thị Phi Trong Kinh Pháp Cú</i>	225
<i>Chương Ba Mươi Tám: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Phá Phạm Giới Luật Trong Kinh Pháp Cú</i>	229
<i>Chương Ba Mươi Chín: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Tam Độc Tham Sân Si Trong Kinh Pháp Cú</i>	233
<i>Chương Bốn Mươi: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Tam Bảo Trong Kinh Pháp Cú</i>	245
<i>Chương Bốn Mươi Một: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Quy Y Tam Bảo Trong Kinh Pháp Cú</i>	261
<i>Chương Bốn Mươi Hai: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Ngũ Giới Trong Kinh Pháp Cú</i>	265
<i>Chương Bốn Mươi Ba: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Nhẫn Nhục Trong Kinh Pháp Cú</i>	283
<i>Chương Bốn Mươi Bốn: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Sáu Hối Trong Kinh Pháp Cú</i>	285

<i>Chương Bốn Mười Lăm: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Thanh Tịnh Đạo Trong Kinh Pháp Cú</i>	297
<i>Chương Bốn Mười Sáu: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Thiền Định Trong Kinh Pháp Cú</i>	301
<i>Chương Bốn Mười Bảy: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Cái Thiện & Cái Ác Trong Kinh Pháp Cú</i>	313
<i>Chương Bốn Mười Tám: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Thiện Nghiệp Trong Kinh Pháp Cú</i>	321
<i>Chương Bốn Mười Chín: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Thiện Pháp & Bất Thiện Pháp Trong Kinh Pháp Cú</i>	323
<i>Chương Năm Mười: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Thiện Tri Thức Trong Kinh Pháp Cú</i>	333
<i>Chương Năm Mười Một: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Thu Thúc Lục Căn Trong Kinh Pháp Cú</i>	337
<i>Chương Năm Mười Hai: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Tiết Độ Trong Tu Tập Trong Kinh Pháp Cú</i>	347
<i>Chương Năm Mười Ba: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Trí Huệ Trong Kinh Pháp Cú</i>	351
<i>Chương Năm Mười Bốn: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Từ Bi Trong Kinh Pháp Cú</i>	357
<i>Chương Năm Mười Lăm: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Sự Tự Chủ Trong Kinh Pháp Cú</i>	361
<i>Chương Năm Mười Sáu: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Vọng Tâm Trong Kinh Pháp Cú</i>	363
<i>Chương Năm Mười Bảy: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Vô Minh Trong Kinh Pháp Cú</i>	367
<i>Chương Năm Mười Tám: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Mười Thứ Độc Tham-Sân-Si-Mạn-Nghi-Tà Kiến-Sát-Đạo-Dâm-Vọng Trong Kinh Pháp Cú</i>	371
<i>Chương Năm Mười Chín: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Hạnh Phúc Của Sự Ít Tham Muốn Mong Cầu Mà Thường Hay Biết Đủ Trong Kinh Pháp Cú</i>	385
<i>Chương Sáu Mười: Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Hạnh Phúc Trong Kinh Pháp Cú</i>	395
<i>Tài Liệu Tham Khảo</i>	403

Lời Đầu Sách

Kinh Pháp Cú gồm những thí dụ về giáo lý căn bản Phật giáo, rất phổ thông trong các xứ theo truyền thống Phật giáo nguyên thủy. Tuy nhiên, bộ kinh này thuộc văn học thế gian và được nhiều người biết đến ở các nước theo Phật giáo cũng như các nước không theo Phật giáo, vì ngoài những giáo lý của đạo Phật, bộ kinh còn chứa đựng những ý tưởng răn dạy chung mọi người. Kinh có 423 câu kệ, xếp theo chủ đề thành 26 chương. Kinh Pháp Cú bàn về các nguyên tắc chủ yếu của triết học Phật giáo và cách sống của người Phật tử nên được các tu sĩ trẻ tại các nước vùng Nam Á học thuộc lòng. Hành giả tu thiền nên nhớ những lời đức Phật nhắc nhở trong Kinh Pháp Cú. Thứ nhất, đức Phật nhấn mạnh trong Kinh Pháp Cú về việc: “Đừng làm điều ác, tu tập hạnh lành, và giữ cho tâm ý thanh sạch.” Thứ nhì, phải theo Trung Đạo và Bát Thánh Đạo của các vị Phật; phải dựa vào Tam Bảo. Thứ ba, kinh khuyên hành giả nên tránh việc sự hành xác. Thứ năm, kinh cũng khuyên hành giả đừng nên chỉ nhìn bề ngoài đẹp đẽ của vạn pháp mà phải nhìn kỹ những khía cạnh không tốt đẹp của chúng. Thứ sáu, kinh luôn nhấn mạnh rằng tham, sân, si là những ngọn lửa nguy hiểm, nếu không kềm chế được chắc hẳn sẽ không có được đời sống an lạc. Thứ bảy, kinh đặt nặng nguyên tắc nỗ lực bản thân, chứ không có một ai có thể giúp mình rũ bỏ điều bất tịnh. Ngay cả chư Phật và chư Bồ Tát cũng không giúp bạn được. Các ngài chỉ giống như tấm bảng chỉ đường và hướng dẫn bạn mà thôi. Thứ tám, kinh khuyên hành giả nên sống hòa bình, chứ đừng nên dùng bạo lực, vì chỉ có tình thương mới thắng được hận thù, chứ hận thù không bao giờ thắng được hận thù. Thứ chín, kinh khuyên nên chinh phục sân hận bằng từ bi, lấy thiện thắng ác, lấy rộng lượng thắng keo kiệt, lấy chân thật thắng sự dối trá. Thứ mười, kinh khuyên hành giả không dùng lời cay nghiệt mà nói với nhau kéo rồi chính mình cũng sẽ được nghe những lời như thế. Dầu chúng ta nói là kinh chứa đựng những câu kệ về giáo pháp căn bản, nhưng trong Vườn Hoa Pháp Cú, kỳ hoa dị thảo luôn đậm chồi nảy lộc khắp nơi và hương thơm Pháp Cú luôn tỏa khắp trong khắp khu vườn hoa tuyệt diệu này. Nói cách khác, kỳ hoa dị thảo luôn đậm chồi nảy lộc khắp nơi và hương thơm tỏa khắp trong từng chương của kinh Pháp Cú.

Tập sách nhỏ có tựa đề là “Yếu Lược Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Trong Kinh Pháp Cú” không phải là một quyển sách nghiên cứu thâm sâu về huyền nghĩa của kinh này, mà chỉ nhằm trình bày sơ lược về những tinh túy cốt lõi trong Kinh Pháp Cú. Tưởng cũng nên nhắc lại, kinh Pháp Cú gồm những thí dụ về giáo lý căn bản Phật giáo, rất phổ thông trong các xứ theo truyền thống Phật giáo nguyên thủy. Tuy nhiên, bộ kinh này thuộc văn học thế gian và được nhiều người biết đến ở các nước theo Phật giáo cũng như các nước không theo Phật giáo, vì ngoài những giáo lý của đạo Phật, bộ kinh còn chứa đựng tinh hoa của những ý tưởng trong việc răn dạy chung mọi người. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng đạo Phật là con đường tìm trở về với chính mình (hướng nội) nên giáo dục trong nhà Phật cũng là nên giáo dục hướng nội chứ không phải là hướng ngoại cầu hình cầu tướng. Điều quan trọng nhất ở đây là hành giả phải bước vào thực tập những cốt lõi của tinh túy trong giáo thuyết nhà Phật, để có thể thiết lập những mẫu mực đạo đức này trong những sinh hoạt đời sống hằng ngày của mình, làm cho đời sống của chúng ta trở nên yên bình, tỉnh thức và hạnh phúc hơn. Đường tu tập còn đòi hỏi nhiều cố gắng liên tục và hiểu biết đúng đắn. Chính vì thế mà mặc dù hiện tại đã có quá nhiều sách viết về Phật giáo, tôi cũng mạo muội biên soạn tập sách “Yếu Lược Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Trong Kinh Pháp Cú” song ngữ Việt Anh nhằm giới thiệu những cốt lõi tinh túy trong giáo pháp nhà Phật cho Phật tử ở mọi trình độ, đặc biệt là những người sơ cơ. Những mong sự đóng góp nhoi này sẽ mang lại lợi lạc cho những ai mong cầu có được cuộc sống an bình, tỉnh thức, và hạnh phúc.

Cẩn đề,
Thiện Phúc

Chương Một

Tổng Quan Về Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Về Việc Kết Tập Kinh Điển Phật Giáo:

Đức Phật đã nhập diệt, nhưng giáo lý của Ngài vẫn còn lưu truyền đến ngày nay một cách trọn vẹn. Mặc dù giáo huấn của Đức Thế Tôn không được ghi chép ngay thời Ngài còn tại thế, các đệ tử của Ngài luôn luôn nhuần nhĩ nằm lòng và truyền khẩu từ thế hệ này sang thế hệ khác. Vào thời Đức Phật còn tại thế, biết chữ là đặc quyền của giới thượng lưu ở Ấn Độ, vì thế truyền khẩu giáo lý là một dấu hiệu cho thấy dân chủ được coi trọng trong truyền thống Phật giáo đến mức cách trình bày giáo pháp bằng văn chương đã bị bỏ quên. Nhiều người không biết chữ, cho nên truyền khẩu là phương tiện phổ thông và hữu hiệu nhất để gìn giữ và phổ biến giáo pháp. Vì có nhiều khuynh hướng sai lạc về giáo pháp nên ba tháng sau ngày Đức Thế Tôn nhập diệt, các đệ tử của Ngài đã triệu tập Đại Hội Kết Tập Kinh Điển Phật Giáo để đọc lại di ngôn của Phật. Lịch sử phát triển Phật giáo có nhiều Hội Nghị kết tập kinh điển với những hoàn cảnh vẫn có phần chưa rõ. Lúc đầu các hội nghị này có thể là những hội nghị địa phương chỉ tập hợp vài cộng đồng tu sĩ. Sau đó mới có những hội nghị chung. Trong lịch sử Phật giáo, có bốn hội nghị lớn bên trong Ấn Độ và vài cuộc kết tập khác bên ngoài Ấn Độ.

Kinh Pháp Cú nằm trong Bộ Kinh Tiểu A Hàm, bộ kinh ghi chép những bài kệ ngắn. Tưởng cũng nên nhắc lại, bộ Tiểu A Hàm, Bắc Tông còn gọi là Tiểu Bộ Kinh, phần thứ năm của Đại Tạng Kinh gồm Mười lăm phần, bao gồm kinh Pháp Cú, kinh Vô Vấn Tự Thuyết, tạp kinh, Trưởng Lão Tăng Kệ, Trưởng Lão Ni Kệ, và kinh Bốn Sự, vân vân. Thứ nhất là những bài kệ ngắn, sưu tập các qui tắc làm lễ. Thứ nhì là Kinh Pháp Cú: Còn gọi là “Con Đường Chơn Lý”. Văn bản 423 câu nền tảng học thuyết Phật giáo (Pháp Cú), rất nổi tiếng tại những nước theo Phật giáo Nguyên thủy. Thứ ba là Hoan Hỷ Ca: 80 câu trang trọng của Phật. Thứ tư là những bài kinh bắt đầu bằng “Dạy như thế này”. Ngụ ngôn đạo đức được gán cho Phật. Thứ năm là Những bài kinh sưu tập: Văn bản điển lễ với trình độ văn chương cao. Thứ sáu là Câu chuyện những cảnh Trời: 83 sưu tập truyền thuyết cho thấy cuộc

sống đức hạnh sẽ tái sinh trong thế giới thần thánh. Thứ bảy là Câu chuyện cảnh giới ngạ quỷ: Sự tái sinh trong thế giới ma đói sau một đời tội lỗi. Thứ tám là Kệ của người thiện nam: Sư tập 107 thánh thi được gán cho những nhà sư ngày xưa của Phật giáo. Thứ chín là Kệ của người tín nữ: 73 Thánh thi của những sư nữ đức hạnh ngày xưa. Thứ mười là Túc Sanh Truyện: Những câu chuyện tái sinh của Bồ Tát. Những chuyện kể về tiền thân Đức Phật, các đệ tử cũng như những kẻ chống đối Ngài: Thứ mười một là Những bài trần thuật: Những bài bình giải về Kinh Sutta Nipata. Thứ mười hai là những bài đề cập đến kiến thức phân giải: Những bài luận phân tích theo phong cách của luận A Tỳ Đạt Ma. Thứ mười ba là Đời sống của chư vị A La Hán: Những mẫu chuyện từ thiện tiền kiếp của Tăng Ni và Thánh chúng. Thứ mười bốn là Tiểu sử của Đức Phật: Truyện kể bằng thơ về 24 vị Phật trước Phật Thích Ca. Thứ mười lăm là Những phẩm hạnh: Sư tập chuyện kể về những chủ đề lớn trong Jataka cho thấy Phật đã đạt được Thập thiện như thế nào.

II. Tổng Quan Về Kinh Pháp Cú:

Kinh Pháp Cú gồm những thí dụ về giáo lý căn bản Phật giáo, rất phổ thông trong các xứ theo truyền thống Phật giáo nguyên thủy. Tuy nhiên, bộ kinh này thuộc văn học thế gian và được nhiều người biết đến ở các nước theo Phật giáo cũng như các nước không theo Phật giáo, vì ngoài những giáo lý của đạo Phật, bộ kinh còn chứa đựng những ý tưởng răn dạy chung mọi người. Kinh có 423 câu kệ, xếp theo chủ đề thành 26 chương. Kinh Pháp Cú bàn về các nguyên tắc chủ yếu của triết học Phật giáo và cách sống của người Phật tử nên được các tu sĩ trẻ tại các nước vùng Nam Á học thuộc lòng. Hành giả tu thiền nên nhớ những lời đức Phật nhắc nhở trong Kinh Pháp Cú. Thứ nhất, đức Phật nhấn mạnh trong Kinh Pháp Cú về việc: “Đừng làm điều ác, tu tập hạnh lành, và giữ cho tâm ý thanh sạch.” Thứ nhì, phải theo Trung Đạo và Bát Thánh Đạo của các vị Phật; phải dựa vào Tam Bảo. Thứ ba, kinh khuyên hành giả nên tránh việc sự hành xác. Thứ năm, kinh cũng khuyên hành giả đừng nên chỉ nhìn bề ngoài đẹp đẽ của vạn pháp mà phải nhìn kỹ những khía cạnh không tốt đẹp của chúng. Thứ sáu, kinh luôn nhấn mạnh rằng tham, sân, si là những ngọn lửa nguy hiểm, nếu không kiềm chế được chắc hẳn sẽ không có được đời sống an lạc. Thứ bảy, kinh đặt nặng nguyên tắc nỗ lực bản thân, chứ không

có một ai có thể giúp mình rũ bỏ điều bất tịnh. Ngay cả chư Phật và chư Bồ Tát cũng không giúp bạn được. Các ngài chỉ giống như tấm bảng chỉ đường và hướng dẫn bạn mà thôi. Thứ tám, kinh khuyên hành giả nên sống hòa bình, chứ đừng nên dùng bạo lực, vì chỉ có tình thương mới thắng được hận thù, chứ hận thù không bao giờ thắng được hận thù. Thứ chín, kinh khuyên nên chinh phục sân hận bằng từ bi, lấy thiện thắng ác, lấy rộng lượng thắng keo kiệt, lấy chân thật thắng sự dối trá. Thứ mười, kinh khuyên hành giả không dùng lời cay nghiệt mà nói với nhau kéo rồi chính mình cũng sẽ được nghe những lời như thế. Dầu chúng ta nói là kinh chứa đựng những câu kệ về giáo pháp căn bản, nhưng trong Vườn Hoa Pháp Cú, hoa Thiền luôn nở khắp nơi và hương Thiền luôn tỏa khắp trong khắp khu vườn hoa tuyệt diệu này. Nói cách khác, Hương Thiền tỏa khắp trong từng chương của kinh Pháp Cú.

Chương Hai

Văn Bản Kinh Pháp Cú

I. Phẩm Song Yếu

(1-20)

Trong các pháp, tâm dẫn đầu, tâm là chủ, tâm tạo tác tất cả. Nếu đem tâm ô nhiễm nói năng hoặc hành động, sự khổ sẽ theo nghiệp kéo đến như bánh xe lăn theo chân con vật kéo xe (Pháp Cú 1). Trong các pháp, tâm dẫn đầu, tâm làm chủ, tâm tạo tác tất cả. Nếu đem tâm thanh tịnh tạo nghiệp nói năng hoặc hành động, sự vui sẽ theo nghiệp kéo đến như bóng với hình (Pháp Cú 2). “Người kia lăng mạ tôi, đánh đập tôi, phá hại tôi, và cướp đoạt của tôi.” Ai còn ôm ấp tâm niệm ấy, thì sự oán hận không thể nào dứt hết (Pháp Cú 3). “Người kia lăng mạ tôi, đánh đập tôi, phá hại tôi, và cướp đoạt của tôi.” Ai bỏ được tâm niệm ấy, thì sự oán giận tự nhiên san bằng (Pháp Cú 4). Ở thế gian này, chẳng phải hận thù trừ được hận thù, chỉ có từ bi mới trừ được hận thù. Đó là định luật của ngàn xưa (Pháp Cú 5). Người kia vì không hiểu rằng: “Chúng ta sắp bị hủy diệt, nên mới phí sức tranh luận hơn thua. Nếu họ hiểu rõ điều đó, thì chẳng còn tranh luận nữa.” (Pháp Cú 6). Những người chỉ muốn sống trong khoái lạc, không chịu nhiếp hộ các căn, ăn uống vô độ, biếng nhác chẳng tinh cần, họ là người dễ bị ma nhiếp phục như cành mềm trước cơn gió (Pháp Cú 7). Những người nguyện ở trong cảnh chẳng khoái lạc, khôn khéo nhiếp hộ các căn, uống ăn tiết độ, vững tin và siêng năng, ma không dễ gì thắng họ, như gió thổi núi đá (Pháp Cú 8). Mặc áo cà sa mà không rời bỏ những điều uế trước, không thành thật khắc kỷ, thà chẳng mặc còn hơn (Pháp Cú 9). Rời bỏ những điều uế trước, giữ gìn giới luật tinh nghiêm, khắc kỷ và chân thành, người như thế đáng mặc áo cà sa (Pháp Cú 10). Hảo huyền mà tưởng là chơn thật, chơn thật lại thấy là phi chơn, cứ tư duy một cách tà vạy, người như thế không thể nào đạt đến chơn thật (Pháp Cú 11). Chơn thật nghĩ là chơn thật, phi chơn biết là phi chơn, cứ tư duy một cách đúng đắn, người như thế mới thật chứng được chơn thật (Pháp Cú 12). Nhà lợp không kín ắt bị mưa dột thế nào, kẻ tâm không tu tất

bị tham dục lọt vào cũng thế (Pháp Cú 13). Nhà khéo lợp kín ắt không bị mưa dột, kẻ tâm khéo tu ắt không bị tham dục lọt vào (Pháp Cú 14). Ở chỗ này ăn năn, tiếp ở chỗ khác cũng ăn năn, kẻ làm điều ác nghiệp, cả hai nơi đều ăn năn; vì thấy ác nghiệp mình gây ra, kẻ kia sanh ra ăn năn và chết mòn (Pháp Cú 15). Ở chỗ này vui, tiếp ở chỗ khác cũng vui; kẻ làm điều thiện nghiệp, cả hai nơi đều an vui; vì thấy thiện nghiệp mình gây ra, người kia sanh ra an lạc và cực lạc (Pháp Cú 16). Ở chỗ này than buồn, tiếp ở chỗ khác cũng than buồn, kẻ gây điều ác nghiệp, cả hai nơi đều than buồn: nghĩ rằng “tôi đã tạo ác” vì vậy nên nó than buồn. Hơn nữa còn than buồn vì phải đọa vào cõi khổ (Pháp Cú 17). Ở chỗ này hoan hỷ, tiếp ở chỗ khác cũng hoan hỷ, kẻ tu hành phước nghiệp, cả hai nơi đều hoan hỷ: nghĩ rằng “tôi đã tạo phước” vì vậy nên nó hoan hỷ. Hơn nữa còn hoan hỷ vì được sanh vào cõi lành (Pháp Cú 18). Dù tụng nhiều kinh mà buông lung không chịu thực hành theo, thì chẳng hưởng được phần ích lợi của Sa-môn, khác nào kẻ chăn bò, chỉ lo đếm bò cho người khác (để lấy công, chứ sữa thịt của bò thì không hưởng được) (Pháp Cú 19). Tuy tụng ít kinh mà thường y giáo hành trì, hiểu biết chân chánh, diệt trừ tham sân si, tâm hiển lành thanh tịnh, giải thoát và xả bỏ thế tục, thì dù ở cõi này hay cõi khác, người kia vẫn hưởng phần ích lợi của Sa-môn (Pháp Cú 20).

II. Phẩm Không Buông Lung (21-32)

Không buông lung đưa tới cõi bất tử, buông lung đưa tới đường tử sanh; người không buông lung thì không chết, kẻ buông lung thì sống như thân ma (Pháp Cú 21). Kẻ trí biết chắc điều ấy, nên gắng làm chứ không buông lung. Không buông lung thì đặng an vui trong các cõi Thánh (Pháp Cú 22). Nhờ kiên nhẫn, đồng mãnh tu thiền định và giải thoát, kẻ trí được an ổn, chứng nhập Vô thượng Niết bàn (Pháp Cú 23). Không buông lung, mà ngược lại cố gắng, hăng hái, chánh niệm, khắc kỷ theo tịnh hạnh, sinh hoạt đúng như pháp, thì tiếng lành càng ngày càng tăng trưởng (Pháp Cú 24). Bằng sự cố gắng, hăng hái không buông lung, tự khắc chế lấy mình, kẻ trí tự tạo cho mình một hòn đảo chẳng có ngọn thủy triều nào nhận chìm được (Pháp Cú 25). Người ám độn ngu si đắm chìm trong vòng buông lung, nhưng kẻ trí lại chăm giữ

tâm mình không cho buông lung như anh nhà giàu chăm lo giữ của (Pháp Cú 26). Chớ nên đắm chìm trong buông lung, chớ nên mê say với dục lạc; hãy nên cảnh giác và tu thiền, mới mongặng đại an lạc (Pháp Cú 27). Nhờ trừ hết buông lung, kẻ trí không còn lo sợ gì. Bậc Thánh Hiền khi bước lên lầu cao của trí tuệ, nhìn lại thấy rõ kẻ ngu si ôm nhiều lo sợ, chẳng khác nào khi lên được núi cao, cúi nhìn lại muôn vật trên mặt đất (Pháp Cú 28). Tinh tấn giữa đám người buông lung, tỉnh táo giữa đám người mê ngủ, kẻ trí như con tuấn mã thẳng tiến bỏ lại sau con ngựa gầy hèn (Pháp Cú 29). Nhờ không buông lung, Ma Già lên làm chủ cõi chư Thiên, không buông lung luôn luôn được khen ngợi, buông lung luôn luôn bị khinh chê (Pháp Cú 30). Tỳ kheo nào thường ưa không buông lung hoặc sợ thấy sự buông lung, ta ví họ như ngọn lửa hồng, đốt tiêu tất cả kiết sử từ lớn chí nhỏ (Pháp Cú 31). Tỳ kheo nào thường ưa không buông lung hoặc sợ thấy sự buông lung, ta biết họ là người gần tới Niết bàn, nhất định không bị sa đọa dễ dàng như trước (Pháp Cú 32).

III. Phẩm Tâm ***(33-43)***

Tâm kẻ phàm phu thường xao động biến hóa rất khó chế phục gìn giữ, nhưng kẻ trí lại chế phục tâm mình làm cho chánh trực một cách dễ dàng, như thợ khéo uốn nắn mũi tên (Pháp Cú 33). Như con cá bị quăng lên bờ sợ sệt và vùng vẫy thế nào, thì cũng như thế, các người hãy đem tâm lo sợ, phấn đấu để mau thoát khỏi cảnh giới ác ma (Pháp Cú 34). Tâm phàm phu cứ xoay vần theo ngũ dục, xao động không dễ nắm bắt; chỉ những người nào đã điều phục được tâm mình mới được yên vui (Pháp Cú 35). Tâm phàm phu cứ xoay vần theo ngũ dục, biến hóa uẩn khó thấy, nhưng người trí lại thường phòng hộ tâm mình, và được yên vui nhờ tâm phòng hộ ấy (Pháp Cú 36). Tâm phàm phu cứ lén lút đi một mình, đi rất xa, vô hình vô dạng như ẩn nấu hang sâu, nếu người nào điều phục được tâm, thì giải thoát khỏi vòng ma trói buộc (Pháp Cú 37). Người tâm không an định, không hiểu biết chánh pháp, không tín tâm kiên cố, thì không thể thành tựu được trí tuệ cao (Pháp Cú 38). Người tâm đã thanh tịnh, không còn các điều hoặc loạn, vượt trên những nghiệp thiện ác thông thường, là người giác ngộ,

chẳng sợ hãi (Pháp Cú 39). Hãy biết rằng thân này mong manh như đồ gốm và giam giữ tâm người như thành quách, người hãy đánh dẹp ma quân với thanh huệ kiếm sẵn có của mình và nắm giữ phần thắng lợi, chứ đừng sanh tâm đắm trước (Pháp Cú 40). Thân này thật là ngắn ngủi! Nó sẽ ngủ một giấc dài dưới ba thước đất, vô ý thức bị vất bỏ như khúc cây khô vô dụng (Pháp Cú 41). Cái hại của kẻ thù gây ra cho kẻ thù hay oan gia đối với oan gia, không bằng cái hại của tâm niệm hướng về hành vi tà ác gây ra cho mình (Pháp Cú 42). Chẳng phải cha mẹ hay bà con nào khác làm, nhưng chính tâm niệm hướng về hành vi chánh thiện làm cho mình cao thượng hơn (Pháp Cú 43).

IV. Phẩm Hoa ***(44-59)***

Ai chinh phục được địa giới, diêm ma giới, thế gian này và cảnh giới chư Thiên; và ai khéo giảng nói pháp cú, như tay thợ khéo nhất hoa làm tràng (Pháp Cú 44). Bậc hữu học chinh phục được địa giới diêm ma giới, thiên giới, và bậc hữu học khéo giảng nói pháp cú như tay thợ khéo nhất hoa làm tràng (Pháp Cú 45). Hãy biết thân này như bọt nổi, rõ ràng là pháp huyễn hóa, để bề gãy mũi tên cám dỗ của bọn ma quân, mà thoát ngoài vòng dòn ngó của tử thần (Pháp Cú 46). Như nước lũ cuống phăng những xóm làng say ngủ giữa đêm trường, tử thần sẽ lôi phăng đi những người mê muội sinh tâm ái trước những bông hoa mình vừa góp nhặt được (Pháp Cú 47). Cứ sanh tâm ái trước và tham luyến mãi không chán những bông hoa mà mình vừa góp nhặt được, đó chính là cơ hội tốt cho tử thần lôi đi (Pháp Cú 48). Hàng Sa-môn (Mâu Ni) đi vào xóm làng để khát thực ví như con ong đi kiếm hoa, chỉ lấy mật rồi đi chứ không làm tổn thương về hương sắc (Pháp Cú 49). Chớ nên dòn ngó lỗi người, chớ nên dòn coi họ đã làm gì hay không làm gì, chỉ nên ngó lại hành động của mình, thử đã làm được gì và chưa làm được gì (Pháp Cú 50). Như thứ hoa tươi đẹp chỉ phô trương màu sắc mà chẳng có hương thơm, những người chỉ biết nói điều lành mà không làm điều lành chẳng đem lại ích lợi (Pháp Cú 51). Như thứ hoa tươi đẹp, vừa có màu sắc, lại có hương thơm, những người nói điều lành và làm được điều lành sẽ đưa lại kết quả tốt (Pháp Cú 52). Như từ đồng hoa có thể làm nên nhiều tràng hoa, từ nơi thân người có thể tạo

nên nhiều việc thiện (Pháp Cú 53). Mùi hương của các thứ hoa, dù là hoa chiên đàn, hoa đa già la, hay hoa mạt ly đều không thể bay ngược gió, chỉ có mùi hương đức hạnh của người chân chính, tuy ngược gió vẫn bay khắp cả muôn phương (Pháp Cú 54). Hương chiên đàn, hương đa già la, hương bạt tất kỳ, hương thanh liên, trong tất cả thứ hương, chỉ thứ hương đức hạnh là hơn cả (Pháp Cú 55). Hương chiên đàn, hương đa già la đều là thứ hương vi diệu, nhưng không sánh bằng hương người đức hạnh, xông ngát tận chư thiên (Pháp Cú 56). Người nào thành tựu các giới hạnh, hằng ngày chẳng buông lung, an trụ trong chính trí và giải thoát, thì ác ma không thể dòm ngó được (Pháp Cú 57). Như từ trong đồng bùn nhơ vất bỏ bên đường, mới sinh ra hoa sen thanh khiết ngát ngào làm đẹp ý mọi người (Pháp Cú 58). Cũng thế chỉ từ nơi chốn phàm phu manh muội mới sản xuất những vị đại đệ tử của bậc chánh giác, đem trí tuệ soi sáng thế gian (Pháp Cú 59).

V. Phẩm Ngụ **(60-75)**

Đêm rất dài với những kẻ mất ngủ, đường rất xa với kẻ lữ hành mỗi mệt. Cũng thế, vòng luân hồi sẽ tiếp nối vô tận với kẻ ngu si không minh đạt chánh pháp (Pháp Cú 60). Không được kết bạn với kẻ hơn mình, không được kết bạn với kẻ ngang mình, thà quyết chí ở một mình tốt hơn kết bạn với người ngu muội (Pháp Cú 61). “Đây là con ta, đây là tài sản ta,” kẻ phàm phu thường lo nghĩ như thế, nhưng chẳng biết chính ta còn không thiết có, huống là con ta hay tài sản ta? (Pháp Cú 62). Ngụ mà tự biết ngụ, tức là trí, ngụ mà tự xưng rằng trí, chính đó mới thật là ngu (Pháp Cú 63). Người ngụ suốt đời gần gũi người trí vẫn chẳng hiểu gì Chánh pháp, ví như cái muỗng múc canh luôn mà chẳng bao giờ biết được mùi vị của canh (Pháp Cú 64). Người trí dù chỉ gần gũi người trí trong khoảnh khắc cũng hiểu ngay được Chánh pháp, chẳng khác gì cái lưỡi dù mới tiếp xúc với canh trong khoảnh khắc, đã biết ngay được mùi vị của canh (Pháp Cú 65). Kẻ phàm phu không giác ngộ nên đi chung với cừu địch một đường. Cũng thế, những người tạo ác nghiệp nhất định phải cùng ác nghiệp đi đến khổ báo (Pháp Cú 66). Những người gây điều bất thiện, làm xong ăn năn khóc lóc, nhỏ lệ đầm dề, vì biết mình sẽ phải thọ lấy quả báo tương lai (Pháp Cú 67).

Những người tạo các thiện nghiệp, làm xong chẳng chút ăn năn, còn vui mừng hơn hở, vì biết mình sẽ thọ lấy quả báo tương lai (Pháp Cú 68). Khi ác nghiệp chưa thành thực, người ngu tưởng như đường mật, nhưng khi ác nghiệp đã thành thực, họ nhứt định phải chịu khổ đắng cay (Pháp Cú 69). Từ tháng này qua tháng khác, với món ăn bằng đầu ngọn cỏ Cô-sa (cỏ thơm), người ngu có thể lấy để nuôi sống, nhưng việc làm ấy không có giá trị bằng một phần mười sáu của người tư duy Chánh pháp (Pháp Cú 70). Người cất sữa bò, không phải chỉ sáng chiều đã thành ra vị để hồ được. Cũng thế, kẻ phàm phu tạo ác nghiệp tuy chẳng cảm thụ quả ác liền, nhưng nghiệp lực vẫn âm thầm theo họ như lửa ngún giữa tro than (Pháp Cú 71). Kẻ phàm phu, lòng thì muốn cầu được trí thức mà hành động lại dẫn tới diệt vong, nên hạnh phúc bị tổn hại mà trí tuệ cũng tiêu tan (Pháp Cú 72). Kẻ ngu xuẩn thường hay muốn danh tiếng mà mình không xứng: chỗ ngồi cao trong Tăng chúng, oai quyền trong Tăng lữ, danh vọng giữa các gia tộc khác (Pháp Cú 73). Hãy để cho người Tăng kẻ tục nghĩ rằng “sự nầy do ta làm, trong mọi việc lớn hay nhỏ đều do nơi ta cả.” Kẻ phàm phu cứ tưởng lầm như thế, nên lòng tham lam ngạo mạn tăng hoài (Pháp Cú 74). Một đảng đưa tới thế gian, một đảng đưa tới Niết bàn, hàng Tỳ kheo đệ tử Phật, hãy biết rõ như thế, chớ nên tham đắm lợi lạc thế gian để chuyên chú vào đạo giải thoát (Pháp Cú 75).

VI. Phẩm Trí Giả **(76-89)**

Nếu gặp được người hiền trí thường chỉ bày lầm lỗi và khiển trách mình những chỗ bất toàn, hãy nên kết thân cùng họ và xem như bậc trí thức đã chỉ kho tàng bảo vật. Kết thân với người trí thì lành mà không dữ (Pháp Cú 76). Những người hay khuyên răn dạy dỗ, cản ngăn tội lỗi kẻ khác, được người lành kính yêu bao nhiêu thì bị người dữ ghét bỏ bấy nhiêu (Pháp Cú 77). Chớ nên làm bạn với người ác, chớ nên làm bạn với người kém hèn, hãy nên làm bạn với người lành, với người chí khí cao thượng (Pháp Cú 78). Được uống nước Chánh pháp thì tâm thanh tịnh an lạc, nên người trí thường vui mừng, ưa nghe Thánh nhơn thuyết pháp (Pháp Cú 79). Người tưới nước lo dẫn nước, thợ làm cung tên lo uốn cung tên, thợ mộc lo nẩy mực đo cây, còn người trí thì lo tự

điều phục lấy mình (Pháp Cú 80). Như ngọn núi kiên cố, chẳng bao giờ bị gió lay, cũng như thế, những lời hủy báng hoặc tán dương chẳng bao giờ làm lay động người đại trí (Pháp Cú 81). Như nước hồ sâu, vừa yên lặng trong sạch, những người có trí tuệ sau khi nghe pháp, tâm họ cũng thanh tịnh và yên lặng (Pháp Cú 82). Người lành thường xa lìa mà không bàn đến những điều tham dục. Kẻ trí đã xa lìa niệm lự mừng lo, nên chẳng còn bị lay động vì khổ lạc (Pháp Cú 83). Không vị tình thiên hạ, cũng không vị tình một người nào, người trí không làm bất cứ điều gì sai quấy: không nên cầu con trai, sự giàu có, vương quốc bằng việc sai quấy; không nên cầu mong thành công của mình bằng những phương tiện bất chánh. Được vậy mới thật là người đạo đức, trí tuệ và ngay thẳng (Pháp Cú 84). Trong nhân loại chỉ có một ít người đạt đến bến bờ kia, còn bao nhiêu người khác thì đang bồi hồi vờ vẩn tại bờ này (Pháp Cú 85). Những người nào hay thuyết pháp, hay theo Chánh pháp tu hành, thì được đạt tới bờ kia, thoát khỏi cảnh giới tà ma khó thoát (Pháp Cú 86). Người trí hãy nên rời bỏ hắc pháp (ác pháp) mà tu tập bạch pháp (thiện pháp), xa gia đình nhỏ hẹp, xuất gia sống độc thân theo pháp tắc Sa-môn (Pháp Cú 87). Người trí phải gột sạch những điều cấu uế trong tâm, hãy cầu cái vui Chánh pháp, xa lìa ngũ dục mà chứng Niết bàn (Pháp Cú 88). Người nào thường chính tâm tu tập các phép giác chi, xa lìa tánh cố chấp, rời bỏ tâm nhiễm ái, diệt hết mọi phiền não để trở nên sáng suốt, thì sẽ giải thoát và chứng đắc Niết bàn ngay trong đời hiện tại (Pháp Cú 89).

VII. Phẩm A La Hán (90-99)

Người đã giải thoát hết thấy, đã dứt hết thấy buộc ràng, là người đi đường đã đến đích (Pháp Cú 90). Kẻ dưng mãnh chánh niệm, tâm không ưa thích tại gia, ví như con ngỗng khi ra khỏi ao, chúng bỏ lại cái nhà ao hồ của chúng không chút nhớ tiếc (Pháp Cú 91). Những vị A-la-hán không chất chứa tài sản, biết rõ mục đích sự ăn uống, tự tại đi trong cảnh giới “không, vô tướng, giải thoát” như chim bay giữa hư không (Pháp Cú 92). Những vị A-la-hán, dứt sạch các hoặc lậu, không tham đắm uống ăn, tự tại đi trong cảnh giới “không, vô tướng, giải thoát” như chim bay giữa hư không (Pháp Cú 93). Những vị A-la-hán

đã tịch tịnh được các căn, như tên kỵ mã đã điều luyện được ngựa lành, nên không còn phiền não ngã mạn và được các hàng như thiên kính mộ (Pháp Cú 94). Những vị A-la-hán đã bỏ hết lòng sân hận, tâm như cội đất bằng, lại chí thành kiên cố như nhân đà yết la, như ao báu không bùn, nên chẳng còn bị luân hồi xoay chuyển (Pháp Cú 95). Những vị A-la-hán ý nghiệp thường vắng lặng, ngữ nghiệp hành nghiệp thường vắng lặng, lại có chánh trí giải thoát, nên được an ổn luôn (Pháp Cú 96). Những vị A-la-hán chẳng còn phải tin ai, đã thấu hiểu đạo vô vi, dứt trừ vĩnh viễn nguyên nhân, cùng quả báo ràng buộc, lòng tham dục cũng xa lìa. Chính đó là bậc Vô thượng sĩ (Pháp Cú 97). Dù ở xóm làng, dù ở rừng núi, dù ở đất bằng, dù ở gò trũng, dù ở biển cả hay đất khô, dù ở bất cứ chốn nào mà có vị A-la-hán, thì ở đó đầy đầy cảnh tượng yên vui (Pháp Cú 98). Lâm dã là cảnh rất vui đối với vị A-la-hán, nhưng người đời chẳng ưa thích, trái lại dục lạc là cảnh ưa thích đối với người đời, vị A-la-hán lại lánh xa (Pháp Cú 99).

VIII. Phẩm Ngàn (100-115)

Tụng đến ngàn câu vô nghĩa, chẳng bằng một câu có nghĩa lý, nghe xong tâm liền thanh tịnh (Pháp Cú 100). Tụng đến ngàn câu kệ vô nghĩa, chẳng bằng một câu kệ có nghĩa lý, nghe xong tâm liền thanh tịnh (Pháp Cú 101). Tụng đến trăm câu kệ vô nghĩa, chẳng bằng một pháp cú, nghe xong tâm liền thanh tịnh (Pháp Cú 102). Thắng ngàn quân địch chưa thể gọi là thắng, tự thắng được mình mới là chiến công oanh liệt nhất (Pháp Cú 103). Tự thắng mình còn vẻ vang hơn thắng kẻ khác. Muốn thắng mình phải luôn luôn chế ngự lòng tham dục (Pháp Cú 104). Dù là thiên thần, Càn thất bà, dù là Ma vương, hay Phạm thiên, không một ai chẳng thất bại trước người đã tự thắng (Pháp Cú 105). Mỗi tháng bỏ ra hàng ngàn vàng để sắm vật hy sinh, tế tự cả đến trăm năm, chẳng bằng trong giây lát cúng dường bậc chân tu; cúng dường bậc chân tu trong giây lát thắng hơn tế tự quỷ thần cả trăm năm (Pháp Cú 106). Cả trăm năm ở tại rừng sâu thờ lửa, chẳng bằng trong giây lát cúng dường bậc chân tu; cúng dường bậc chân tu trong giây lát thắng hơn thờ lửa cả trăm năm (Pháp Cú 107). Suốt một năm bố thí cúng dường để cầu phước, công đức chẳng bằng một phần tư sự kính lễ

bạc chính trực (chánh giác) (Pháp Cú 108). Thường hoan hỷ, tôn trọng, kính lễ các bậc trưởng lão thì được tăng trưởng bốn điều: sống lâu, đẹp đẽ, tươi trẻ, khỏe mạnh (Pháp Cú 109). Sống trăm tuổi mà phá giới và buông lung, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà trì giới, tu thiền định (Pháp Cú 110). Sống trăm tuổi mà thiếu trí huệ, không tu thiền, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà đủ trí, tu thiền định (Pháp Cú 111). Sống trăm tuổi mà giải đãi không tinh tấn, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà hăng hái tinh cần (Pháp Cú 112). Sống trăm tuổi mà không thấy pháp vô thường sinh diệt, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà được thấy pháp sinh diệt vô thường (Pháp Cú 113). Sống trăm tuổi mà không thấy đạo tịch tịnh vô vi, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà được thấy đạo tịch tịnh vô vi (Pháp Cú 114). Sống trăm tuổi mà không thấy pháp tối thượng, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà được thấy pháp tối thượng (Pháp Cú 115).

IX. Phẩm Ác ***(116-128)***

Hãy gấp rút làm lành, chế chỉ tâm tội ác. Hễ biếng nhác việc lành giờ phút nào thì tâm ưa chuyện ác giờ phút nấy (Pháp Cú 116). Nếu đã lỡ làm ác chớ nên thường làm hoài, chớ vui làm việc ác; hễ chứa ác như đinh thọt khổ (Pháp Cú 117). Nếu đã làm việc lành hãy nên thường làm mãi, nên vui làm việc lành; hễ chứa lành như đinh thọt lạc (Pháp Cú 118). Khi nghiệp ác chưa thành thực, kẻ ác cho là vui, đến khi nghiệp ác thành thực kẻ ác mới hay là ác (Pháp Cú 119). Khi nghiệp lành chưa thành thực, người lành cho là khổ, đến khi nghiệp lành thành thực, người lành mới biết là lành (Pháp Cú 120). Chớ khinh điều ác nhỏ, cho rằng “chẳng đưa lại quả báo cho ta.” Phải biết giọt nước nhiều lâu ngày cũng làm đầy bình. Kẻ ngu phu sở dĩ đầy tội ác bởi chứa dồn từng khi ít mà nên (Pháp Cú 121). Chớ nên khinh điều lành nhỏ, cho rằng “chẳng đưa lại quả báo cho ta.” Phải biết giọt nước nhiều lâu ngày cũng làm đầy bình. Kẻ trí sở dĩ toàn thiện bởi chứa dồn từng khi ít mà nên (Pháp Cú 122). Người đi buôn mang nhiều của báu mà thiếu bạn đồng hành, tránh xa con đường nguy hiểm làm sao, như kẻ tham sống tránh xa thuốc độc thế nào, thì các người cũng phải tránh xa điều ác thế ấy (Pháp Cú 123). Với bàn tay không thương tích, có thể

nắm thuốc độc mà không bị nhiễm độc, với người không làm ác thì không bao giờ bị ác (Pháp Cú 124). Đem ác ý xâm phạm đến người không tà vạy, thanh tịnh và vô nhiễm, tội ác sẽ trở lại kẻ làm ác như ngược gió tung bụi (Pháp Cú 125). Một số sinh ra từ bào thai, kẻ ác thì đọa vào địa ngục, người chính trực thì sinh lên chư thiên, nhưng cõi Niết bàn chỉ dành riêng cho những ai đã diệt sạch nghiệp sanh tử (Pháp Cú 126). Chẳng phải bay lên không trung, chẳng phải lặn xuống đáy bể, chẳng phải chui vào hang sâu núi thẳm, dù tìm khắp thế gian này, chẳng có nơi nào trốn khỏi ác nghiệp đã gây (Pháp Cú 127). Chẳng phải bay lên không trung, chẳng phải lặn xuống đáy bể, chẳng phải chui vào hang sâu núi thẳm, dù tìm khắp thế gian này, chẳng rõ nơi nào trốn khỏi tử thần (Pháp Cú 128).

X. Phẩm Dao Trượng (129-145)

Ai ai cũng sợ gươm đao, ai ai cũng sợ sự chết; vậy nên lấy lòng mình suy lòng người, chớ giết chớ bảo giết (Pháp Cú 129). Ai ai cũng sợ gươm đao, ai ai cũng thích được sống còn; vậy nên lấy lòng mình suy lòng người, chớ giết chớ bảo giết (Pháp Cú 130). Người nào cầu hạnh phúc cho mình mà lại lấy đao gây phá hại hạnh phúc kẻ khác, thì sẽ không được hạnh phúc (Pháp Cú 131). Người nào cầu hạnh phúc cho mình mà không lấy đao gây phá hại hạnh phúc kẻ khác, thì sẽ được hạnh phúc (Pháp Cú 132). Chớ nên nói lời thô ác. Khi người dùng lời thô ác nói với người khác. Người khác cũng dùng lời thô ác nói với người, thương thay những lời nóng giận thô ác chỉ làm cho các người đau đớn khó chịu như đao gây mà thôi (Pháp Cú 133). Nếu người mặc nhiên như cái đồng la bể trước những người đem lời thô ác cãi vã đến cho mình, tức là người đã tự tại đi trên đường Niết Bàn. Người kia chẳng làm sao tìm sự tranh cãi với người được nữa (Pháp Cú 134). Như với chiếc gậy, người chần trâu xua trâu ra đồng, sự già sự chết cũng thế, thường xua chúng sanh đến tử vong (Pháp Cú 135). Kẻ ngu phu tạo các ác nghiệp vẫn không tự biết có quả báo gì chẳng? Người ngu tự tạo ra nghiệp để chịu khổ, chẳng khác nào tự lấy lửa đốt mình (Pháp Cú 136). Nếu lấy đao gây hại người toàn thiện toàn nhân, lập tức kẻ kia phải thọ lấy đau khổ trong mười điều (Pháp Cú 137). Thống khổ về

tiền tài bị tiêu mất, thân thể bị bại hoại, hoặc bị trọng bệnh bức bách (Pháp Cú 138). Hoặc bị tán tâm loạn ý, hoặc bị vua quan áp bách, hoặc bị vu trọng tội, hoặc bị quyến thuộc ly tán (Pháp Cú 139). Hoặc bị tài sản tan nát, hoặc phòng ốc nhà cửa bị giặc thiêu đốt, và sau khi chết bị đọa vào địa ngục (Pháp Cú 140). Chẳng phải đi chân không, chẳng phải để tóc xù (bờm), chẳng phải xoa tro đất vào mình, chẳng phải tuyết thực, chẳng nằm trên đất, chẳng phải để thân mình nhớp nhúa, cũng chẳng phải ngồi xồm mà người ta có thể trở nên thanh tịnh, nếu không dứt trừ nghi hoặc (Pháp Cú 141). Người nào nghiêm giữ thân tâm, chế ngự khắc phục ráo riết, thường tu phạm hạnh, không dùng đao gậy gia hại sanh linh, thì chính người ấy là một Thánh Bà la môn, là Sa môn, là Tỳ khưu vậy (Pháp Cú 142). Biết lấy điều hổ thẹn để tự cấm ngăn mình, thế gian ít người làm được. Người đã làm được, họ khéo tránh hổ nhục như ngựa hay khéo tránh roi da (Pháp Cú 143). Các người hãy nỗ lực sám hối như ngựa đã hay còn thêm roi, hãy ghi nhớ lấy chánh tín, tịnh giới, tinh tiến, tam-ma-địa (thiền định) trí phân biệt Chánh pháp, và minh hành túc để tiêu diệt vô lượng thống khổ (Pháp Cú 144). Người tưới nước lo dẫn nước, thợ làm tên lo uốn tên, thợ mộc lo nẩy mực cửa cây, người làm lành thì tự lo chế ngự (Pháp Cú 145).

XI. Phẩm Lão ***(146-156)***

Làm sao vui cười, có gì thích thú, khi ở trong cõi đời luôn luôn bị thiêu đốt? Ở trong chỗ tối tăm bưng bít, sao không tìm tới ánh quang minh? (Pháp Cú 146). Hãy ngắm cái thân tốt đẹp này chỉ là đồng xương lở lói, chồng chất tật bệnh đã được người ta tưởng là êm ái, trong đó tuyệt đối không có gì trường tồn (Pháp Cú 147). Cái hình hài suy già này là cái rừng tập trung bệnh tật, dễ hư nát. Đã có tụ tất có tán, có sinh tất có tử (Pháp Cú 148). Trái hồ lô (trái bầu) về mùa thu thì khô tàn. Thân này cũng vậy, khi đã hư hoại thì chỉ còn một đồng xương màu lông hạc; rõ thật chẳng có gì vui (Pháp Cú 149). Thân này là cái thành xây bằng xương cốt và tô quét bằng máu thịt, để cất chứa sự già sự chết, ngã mạn và dối gian (Pháp Cú 150). Cái xe vua đi dù được trang hoàng lộng lẫy cũng phải hư hoại, thân này dù có trau tria cũng có lúc già yếu. Chỉ trừ thiện pháp của bậc thiện nhân là không bị suy

già và cứ di chuyển từ người lành này sang người lành khác (Pháp Cú 151). Những người ít nghe kém học, suốt đời chỉ như trâu nái, gân thịt dẫu lớn mạnh mà trí tuệ không tăng thêm (Pháp Cú 152). Ta lang thang trong vòng luân hồi qua bao kiếp sống, tìm mãi mà không gặp kẻ làm nhà. Đau khổ thay kiếp sống cứ tái diễn mãi! (Pháp Cú 153). Hỡi kẻ làm nhà! Nay ta gặp được người rồi. Người không thể làm nhà nữa! Bao nhiêu rui mè của người đều gãy cả rồi, cột kèo của người đã tan vụn cả rồi. Trí ta đã đạt đến Vô thượng Niết bàn, bao nhiêu dục vọng đều dứt sạch cả (Pháp Cú 154). Lúc thanh niên cường tráng đã không kiếm ra tài của, cũng chẳng lo tu hành, thì khi già cả chẳng khác gì con cò già bên bờ ao, chẳng kiếm ra mồi, nằm khô héo chết mòn (Pháp Cú 155). Lúc thanh niên cường tráng đã không kiếm ra tài của, cũng chẳng lo tu hành, nên khi già nằm xuống, đáng người như cây cung gãy, cứ buồn than về dĩ vãng (Pháp Cú 156).

XII. Phẩm Tự Kỷ (157-166)

Nếu tự biết thương mình, phải gắng tự bảo hộ, trong ba thời phải có một; người có trí nên tỉnh ngộ chớ mê man (Pháp Cú 157). Trước hãy tự đặc mình vào Chánh đạo rồi sau giáo hóa kẻ khác, được như vậy mới tránh khỏi đều lầm lỗi xảy ra (Pháp Cú 158). Nếu muốn khuyên người khác nên làm như mình, trước hãy tự sửa mình rồi sau sửa người, vì tự sửa mình vốn là điều khó nhất (Pháp Cú 159). Chính tự mình làm chỗ nương cho mình, chứ người khác làm sao nương được? Tự mình khéo tu tập mới đạt đến chỗ nương dựa nhiệm mầu (Pháp Cú 160). Ác nghiệp chính do mình tạo, từ mình sinh ra. Ác nghiệp làm hại kẻ ngu phu để dành như kim cang phá hoại bảo thạch (Pháp Cú 161). Sự phá giới làm hại mình như dây mang-la bao quanh cây Ta-la làm cho cây này khô héo. Người phá giới chỉ là người làm điều mà kẻ thù muốn làm cho mình (Pháp Cú 162). Việc hung ác thì dễ làm nhưng chẳng lợi gì cho ta, trái lại việc từ thiện có lợi cho ta thì lại rất khó làm (Pháp Cú 163). Những người ác tuệ ngu si, vì tâm tà kiến mà vu miệt giáo pháp A-la-hán, vu miệt người lành Chánh đạo và giáo pháp đức Như Lai để tự mang lấy bại hoại, như giống cỏ cách-tha hễ sinh hoa quả xong liền tiêu diệt (Pháp Cú 164). Làm dữ bởi ta mà nhiễm ô cũng

bởi ta, làm lành bởi ta mà thanh tịnh cũng bởi ta. Tịnh hay bất tịnh đều bởi ta, chứ không ai có thể làm cho ai thanh tịnh được (Pháp Cú 165). Chớ vì lợi cho kẻ khác mà quên hẳn lợi ích cho chính mình. Người biết lo ích lợi cho mình mới thường chuyên tâm vào những điều ích lợi (Pháp Cú 166).

XIII. Phẩm Thế Gian **(167-178)**

Chớ nên theo điều ty liệt, chớ nên đem thân buông lung, chớ nên theo tà thuyết, chớ làm tăng trưởng tục trần (Pháp Cú 167). Hăng hái đừng buông lung, làm lành theo Chánh pháp. Người thực hành đúng Chánh pháp thì đời này vui đời sau cũng vui (Pháp Cú 168). Hãy làm lành theo Chánh pháp, việc ác tránh không làm. Người thực hành đúng Chánh pháp, thì đời này vui đời sau cũng vui (Pháp Cú 169). Người nào xem thế gian này như bọt nước, như ảo ảnh thì sẽ chấm dứt mọi đau khổ và chẳng còn sợ thần chết kéo lôi (Pháp Cú 170). Giả sử thế gian này có được trang hoàng long lẫy như chiếc xe của vua đi nữa, thì trong số người đến xem, chỉ người ngu mới tham đắm, chứ kẻ trí nào hề bận tâm (Pháp Cú 171). Người nào trước buông lung sau lại tỉnh tấn, người đó là ánh sáng chiếu cõi thế gian như vầng trăng ra khỏi mây mù (Pháp Cú 172). Người nào trước làm ác sau lại làm lành, người đó là ánh sáng chiếu cõi thế gian như vầng trăng ra khỏi mây mù (Pháp Cú 173). Như chim thoát khỏi lưới, chẳng mấy con bay thẳng lên trời cao, trong thế gian này mù mịt chẳng mấy người sáng suốt trông thấy cao xa (Pháp Cú 174). Con thiên nga chỉ bay được giữa không trung, người có thần thông chỉ bay được khỏi mặt đất, duy bậc đại trí, trừ hết ma quân mới bay được khỏi thế gian này (Pháp Cú 175). Những ai vi phạm đạo Nhất thừa, những ai ưa nói lời vọng ngữ, những ai không tin tưởng đời sau, thì chẳng có điều ác nào mà họ không làm được (Pháp Cú 176). Người sân tham không thể sanh lên cõi trời, người ngu si không ưa tán dương việc bố thí, nhưng người trí thấy bố thí lại tùy hỷ công đức và tương lai họ sẽ dự hưởng phần an lạc (Pháp Cú 177). Người thống suất cõi đất, người làm chủ chư thiên, hết thấy vị thế chủ ấy, chẳng sánh kịp một vị đã chứng quả Tu-đà-hoàn (Pháp Cú 178).

XIV. Phẩm Phật Đà (179-196)

Chẳng ai hơn nổi người đã thắng phục dục tình. Người đã thắng phục dục tình không còn bị thất bại trở lại, huống Phật trí mệnh mông không dấu tích, các người lấy gì mà hồng cảm đồ được (Pháp Cú 179). Người dứt hết trói buộc, ái dục còn khó cảm đồ được họ, huống Phật trí mệnh mông không dấu tích, các người lấy gì mà hồng cảm đồ được ư? (Pháp Cú 180). Người trí thường ưa tu thiền định, ưa xuất gia và ở chỗ thanh vắng. Người có Chánh niệm và Chánh giác bao giờ cũng được sự ái kính của Thiên nhơn (Pháp Cú 181). Được sinh làm người là khó, được sống còn là khó, được nghe Chánh pháp là khó, được gặp Phật ra đời là khó (Pháp Cú 182). Chớ làm các điều ác, gắng làm các việc lành, giữ tâm ý trong sạch. Ấy lời chư Phật dạy (Pháp Cú 183). Chư Phật thường dạy: “Niết bàn là quả vị tối thượng, nhẩn nhục là khổ hạnh tối cao. Xuất gia mà náo hại người khác, không gọi là xuất gia Sa-môn.” (Pháp Cú 184). Chớ nên phỉ báng, đừng làm náo hại, giữ giới luật tinh nghiêm, uống ăn có chừng mực, riêng ở chỗ tịch tịnh, siêng tu tập thiền định; ấy lời chư Phật dạy (Pháp Cú 185). Giả sử mưa xuống bạc vàng cũng chẳng thỏa mãn được lòng tham dục. Người trí đã biết rõ sự dâm dật vui ít khổ nhiều (Pháp Cú 186). Thế nên, dù sự dục lạc ở cõi trời, người cũng chớ sanh tâm mong cầu. Đệ tử các đấng Giác ngộ, chỉ mong cầu diệt trừ ái dục mà thôi (Pháp Cú 187). Vì sợ hãi bất an mà đến quy-y thần núi, quy-y rừng cây, quy-y miếu thờ thọ thần (Pháp Cú 188). Nhưng đó chẳng phải là chỗ nương dựa yên ổn, là chỗ quy-y tối thượng, ai quy-y như thế khổ não vẫn còn nguyên (Pháp Cú 189). Trái lại, quy-y Phật, Pháp, Tăng, phát trí huệ chơn chánh (Pháp Cú 190). Hiểu thấu bốn lẽ mẫu: biết khổ, biết khổ nhân, biết khổ diệt và biết tám chi Thánh đạo, diệt trừ hết khổ não (Pháp Cú 191). Đó là chỗ quy-y an ổn, là chỗ quy-y tối thượng. Ai quy-y được như vậy mới giải thoát khổ đau (Pháp Cú 192). Rất khó gặp được các bậc Thánh nhân, vì chẳng thường có. Phàm ở đâu có vị Thánh nhơn ra đời thì gia tộc đó được an lành (Pháp Cú 193). Hạnh phúc thay đức Phật ra đời! Hạnh phúc thay diễn nói Chánh pháp! Hạnh phúc thay Tăng già hòa hợp! Hạnh phúc thay đồng tiến đồng tu! (Pháp Cú 194). Kẻ nào cúng dường

những vị đáng cúng dường, hoặc chư Phật hay đệ tử, những vị thoát ly hư vọng, vượt khỏi hối hận lo âu (Pháp Cú 195). Công đức của người ấy đã cúng dường các bậc tịch tịnh vô úy ấy, không thể kể lường (Pháp Cú 196).

XV. Phẩm Lạc ***(197-208)***

Sung sướng thay chúng ta sống không thù oán giữa những người thù oán; giữa những người thù oán, ta sống không thù oán (Pháp Cú 197). Sung sướng thay chúng ta sống không tật bệnh giữa những người tật bệnh; giữa những người tật bệnh chúng ta sống không tật bệnh (Pháp Cú 198). Sung sướng thay chúng ta sống không tham dục giữa những người tham dục; giữa những người tham dục, chúng ta sống không tham dục (Pháp Cú 199). Sung sướng thay chúng ta sống không bị điều gì chướng ngại. Ta thường sống với những điều an lạc như các vị thần giữa cõi trời Quang-âm (Pháp Cú 200). Thắng lợi thì bị thù oán, thất bại thì bị đau khổ; chẳng màng tới thắng bại, sẽ sống một đời hòa hiếu an vui (Pháp Cú 201). Không lửa nào bằng lửa tham dục, không ác nào bằng ác sân si, không khổ nào bằng khổ ngũ ấm, và không vui nào bằng vui Niết bàn (Pháp Cú 202). Đói là chứng bệnh lớn, vô thường là nỗi khổ lớn; biết được đúng đắn như thế, đạt đến Niết bàn vui tối thượng (Pháp Cú 203). Vô bệnh là điều rất lợi, biết đủ là kẻ rất giàu, thành tín là nơi chí thân, Niết bàn là vui tối thượng (Pháp Cú 204). Ai đã từng nếm được mùi độc cư, ai đã từng nếm được mùi tịch tịnh, người ấy càng ưa nếm pháp vị để xa lìa mọi tội ác, sợ hãi (Pháp Cú 205). Gặp được bậc Thánh nhân là rất quý, vì sẽ chung hưởng sự vui lành. Bởi không gặp kẻ ngu si nên người kia thường hoan hỷ (Pháp Cú 206). Đi chung với người ngu, chẳng lúc nào không lo buồn. Ở chung với kẻ ngu khác nào ở chung với quân địch. Ở chung với người trí khác nào hội ngộ với người thân (Pháp Cú 207). Đúng như vậy, người hiền trí, người đa văn, người nhẫn nhục, người trì giới chân thành và các bậc Thánh giả là chỗ nương dựa tốt nhất cho mọi người. Được đi theo những bậc thiện nhân hiền huệ ấy, khác nào mặt trăng đi theo đường tịnh đạo (Pháp Cú 208).

XVI. Phẩm Hỷ Ái ***(209-220)***

Chuyên làm những việc không đáng làm, nhác tu những điều cần tu, bỏ việc lành mà chạy theo dục lạc, người như thế dù có hâm mộ kẻ khác đã cố gắng thành công, cũng chỉ là hâm mộ suông (Pháp Cú 209). Chớ kết giao với người đáng ưa, chớ kết giao với người không đáng ưa: không gặp được người thương yêu là khổ, mà gặp phải người cừu oán cũng khổ (Pháp Cú 210). Thế nên chớ đắm yêu, vì đắm yêu bị biệt ly là khổ. Nếu không còn những niệm yêu ghét, tức không điều gì ràng buộc được (Pháp Cú 211). Từ hỷ ái sinh lo, từ hỷ ái sinh sợ; xa lìa hết hỷ ái, chẳng còn lo sợ gì (Pháp Cú 212). Từ tham ái sinh lo, từ tham ái sinh sợ; xa lìa hết tham ái, chẳng còn lo sợ gì (Pháp Cú 213). Từ tham dục sinh lo, từ tham dục sinh sợ; xa lìa hết tham dục, chẳng còn lo sợ gì (Pháp Cú 214). Từ lạc dục sinh lo, từ lạc dục sinh sợ; xa lìa hết lạc dục, chẳng còn lo sợ gì (Pháp Cú 215). Từ ái dục sinh lo, từ ái dục sinh sợ; xa lìa hết ái dục, chẳng còn lo sợ gì (Pháp Cú 216). Đầy đủ giới hạnh và Chánh kiến, an trú Chánh pháp, rõ lý chơn thường và viên mãn các công hạnh, là người đáng kính mến (Pháp Cú 217). Khát cầu pháp ly ngôn, sung mãn tâm lự sát, không đắm mê dục lạc, ấy là bậc thượng lưu (Pháp Cú 218). Người khác ly hương lâu ngày, khi từ phương xa trở về yên ổn được bà con thân hữu đón mừng thế nào (Pháp Cú 219). Thì người tạo phước nghiệp cũng vậy, khi từ cõi đời này sang cõi đời khác, phước nghiệp của họ là kẻ thân hữu đón mừng họ (Pháp Cú 220).

XVII. Phẩm Phẫn Nộ ***(221-234)***

Xa bỏ lòng giận dữ, trừ diệt tánh kiêu căng, giải thoát mọi ràng buộc, không chấp trước danh sắc; người không có một vật chi ấy, sự khổ chẳng còn theo dõi được (Pháp Cú 221). Người nào ngăn được cơn giận dữ nổi lên như dừng được chiếc xe đang chạy mạnh, mới là kẻ chế ngự giỏi, ngoài ra chỉ là kẻ cầm cương hờ mà thôi (Pháp Cú 222). Lấy từ bi thắng nóng giận, lấy hiền lành thắng hung dữ, lấy bố thí

thắng xan tham, lấy chơn thật thắng ngoa ngụy (Pháp Cú 223). Nói chân thật, không giận hờn, đích thân bố thí cho người đến xin. Đó là ba việc lành đưa người đến cõi chư Thiên (Pháp Cú 224). Không làm hại người thanh tịnh, thường chế phục thân tâm, thì đạt đến nơi chẳng chết; chẳng còn ưu bi (Pháp Cú 225). Những người thường giác tỉnh, thường tu tập chuyên cần, thường để chí hướng tới Niết bàn, thì mọi phiền não đều dứt sạch (Pháp Cú 226). A-Đa-La nên biết: Đây không phải chỉ là chuyện đời nay mà đời xưa người ta cũng từng nói: Làm thịnh bị người chê, nói nhiều bị người chê, nói ít cũng bị người chê. Làm người mà không bị chê, thật là chuyện khó có thể ở thế gian này (Pháp Cú 227). Toàn bị người chê cả, hay toàn được người khen cả, là điều quá khứ chưa từng có, hiện tại tìm không ra, và vị lai cũng không dễ gì thấy được (Pháp Cú 228). Cứ mỗi buổi mai thức dậy tự biết phản tỉnh, hành động không sai quấy, trí tuệ hiển minh và giới hạnh thanh tịnh, đó là người đáng được kể trí tán dương (Pháp Cú 229). Phẩm đúng loại vàng Diêm phù ai lại chê bai được? Hạnh đúng Bà la môn, chư thiên nào lại không tán thưởng? (Pháp Cú 230). Gìn giữ thân đừng nóng giận, điều phục thân hành động, xa lìa thân làm ác, dùng thân tu hạnh lành (Pháp Cú 231). Gìn giữ lời nói đừng nóng giận, điều phục lời nói chánh chơn, xa lìa lời nói thô ác, dùng lời nói tu hành (Pháp Cú 232). Gìn giữ ý đừng nóng giận, điều phục ý tinh thuần, xa lìa ý hung ác, dùng ý để tu chân (Pháp Cú 233). Người trí chẳng những lo điều phục thân nghiệp, còn điều phục ngôn ngữ và tâm ý, cả ba nghiệp thấy điều phục hoàn toàn (Pháp Cú 234).

XVIII. Phẩm Cấu Uế (235-255)

Người nay đã giống ngọn lá héo khô; Diêm ma sứ giả (tử thần) ở sát bên mình. Người đang đứng trước ngưỡng cửa chết, bước lữ đồ người thiếu hẳn tư lương (Pháp Cú 235). Người hãy tự tạo cho mình một hòn đảo an toàn, gấp rút tinh cần làm kẻ khôn ngoan, gột sạch bao nhiêu phiền não trần cấu, để bước lên Thánh cảnh hàng chư thiên (Pháp Cú 236). Đời sống người nay sắp lụn tàn, người đang dịch bước gần Diêm vương, giữa đường đã không nơi ngồi nghỉ, bước lữ hành người cũng thiếu hẳn tư lương (Pháp Cú 237). Người hãy tạo lấy cho

mình một hòn đảo an toàn, gấp rút tinh cần làm kẻ khôn ngoan, gột sạch bao nhiêu phiền não trần cấu, chớ trở lui đường sanh lão nguy nan (Pháp Cú 238). Hết sát na này đến sát na khác, người trí lo gột trừ dần những cấu uế nơi mình như anh thợ vàng cần mẫn lọc trừ quặng bã khỏi chất vàng ròng (Pháp Cú 239). Như sét do sắt sinh ra rồi trở lại ăn sắt, cũng như ác nghiệp do người ta gây ra rồi trở lại dắt người ta đi vào cõi ác (Pháp Cú 240). Không tụng tập là vết nhơ của kinh điển, không siêng năng là vết nhơ của nghiệp nhà, biếng nhác là vết nhơ của thân thể và nơi ăn chốn ở, phóng túng là vết nhơ của phép hộ vệ (Pháp Cú 241). Tà hạnh là vết nhơ của người đàn bà, xan lẫn là vết nhơ của sự bố thí; đối với cõi này hay cõi khác, thì tội ác lại chính là vết nhơ (Pháp Cú 242). Trong hết thảy nhơ cấu đó, vô minh cấu là hơn cả. Các người có trừ hết vô minh mới trở thành hàng Tỳ kheo thanh tịnh (Pháp Cú 243). Sống không biết xấu hổ, sống lỗ mãng trơ trẽn như quạ điều, sống chê bai kẻ khác, sống đại đốmers khoa trương, sống ngạo mạn tà ác, sống như thế ấy chẳng khó khăn gì (Pháp Cú 244). Sống biết hổ thẹn, thường cầu thanh tịnh, sống không đam mê dục lạc, sống khiêm tốn, sống trong sạch, sống dồi dào kiến thức, sống như thế mới thật khó làm (Pháp Cú 245). Trong thế gian này, ai hay sát sinh, hay nói dối, hay lấy cắp, hay phạm dâm, hay rượu chè say sưa (Pháp Cú 246). Ai có các hành vi đó, tức đã tự đào bỏ thiện căn của mình ngay ở cõi đời này (Pháp Cú 247). Các người nên biết: “Hễ không lo chế ngăn tức là ác.” Vậy các người chớ tham, chớ làm điều phi pháp mà phải sa vào thống khổ đời đời (Pháp Cú 248). Vì có tín tâm hoan hỷ nên người ta mới bố thí, trái lại kẻ có tâm ganh ghét người khác được ăn, thì ngày hoặc đêm kẻ kia không thể nào định tâm được (Pháp Cú 249). Nhưng kẻ nào đã cắt được, nhổ được, diệt được tâm tưởng ấy, thì ngày hoặc đêm, kẻ kia đều được định tâm (Pháp Cú 250). Không lửa nào dừ bằng lửa tham dục, không cố chấp nào bền bằng tâm sân giận, không lưới nào trói buộc bằng lưới ngu si, không giòng sông nào đắm chìm bằng sông ái dục (Pháp Cú 251). Thấy lỗi người thì dễ, thấy lỗi mình mới khó. Lỗi người ta cố phanhtìm như tìm thóc trong gạo, còn lỗi mình ta cố che dấu như kẻ cờ gian bạc lận thu dấu quân bài (Pháp Cú 252). Nếu thấy lỗi người thì tâm ta dễ sinh nóng giận mà phiền não tăng thêm, nếu bỏ đi thì phiền não cũng xa lánh (Pháp Cú 253). Giữa hư không thì làm gì có dấu vết, trong ngoại đạo thì làm gì có Sa-môn, chúng sanh thì thích điều hư vọng mà Như lai làm gì còn hư vọng (Pháp Cú 254).

Giữa hư không làm gì có dấu vết, trong ngoại đạo làm gì có Sa-môn, năm uẩn thì không thường trú mà Như Lai thì chẳng loạn động bao giờ (Pháp Cú 255).

XIX. Phẩm Pháp Trụ (256-272)

Sự lỗ mãng đâu phải hạnh của người phụng thờ Chánh pháp; vậy các người cần biện biệt cho rõ đâu chánh và đâu tà (Pháp Cú 256). Không khi nào lỗ mãng, đúng phép và công bình mới là người dẫn đạo. Kể trí nhờ hộ trì Chánh pháp nên gọi là người an trụ Chánh pháp (Pháp Cú 257). Chẳng phải cậy nhiều lời mà cho là người có trí, nhưng an tịnh không cừ oán, không sợ hãi mới là người có trí (Pháp Cú 258). Chẳng phải cậy nhiều lời mà cho là người hộ trì Chánh pháp, nhưng tuy ít học mà do thân thực thấy Chánh pháp, không buông lung, mới là người hộ trì Chánh pháp (Pháp Cú 259). Trưởng lão, chẳng phải vì bạc đầu. Nếu chỉ vì tuổi tác cao mà xưng trưởng lão, thì đó chỉ là xưng xuông (Pháp Cú 260). Đủ kiến giải chân thật, giữ trọn các pháp hành, không sát hại sinh linh, lo tiết chế điều phục, đó mới là có trí: trừ hết các cấu nhơ, mới đáng danh trưởng lão (Pháp Cú 261). Những người hư ngụy, tật đổ và xan tham, tuy có biện tài lưu loát, tướng mạo đoan trang cũng chẳng phải là người lương thiện (Pháp Cú 262). Chỉ nhờ trừ diệt tận gốc lòng sân hận, mới là người lương thiện (Pháp Cú 263). Người vọng ngữ về pháp giới, dù cạo tóc chưa phải là sa-môn; huống còn chất đầy tham dục, làm sao thành được bậc sa-môn? (Pháp Cú 264). Người nào dứt hết các điều ác, không luận lớn hay nhỏ; nhờ dứt hết các ác, mà được gọi sa-môn (Pháp Cú 265). Chỉ mang bình khát thực, đâu phải là Tỳ kheo! Chỉ làm nghi thức tôn giáo, cũng chẳng Tỳ Kheo vậy! (Pháp Cú 266). Bỏ thiện và bỏ ác, chuyên tu hạnh thanh tịnh, lấy “biết” mà ở đời, mới thật là Tỳ Kheo (Pháp Cú 267). Kể ngu muội vô trí, dù làm thỉnh cũng không gọi được là tịch tịnh (Pháp Cú 268). Kể trí tuệ sáng suốt như bàn cân, biết cân nhắc điều thiện lẽ ác mà chọn lành bỏ dữ, mới gọi là người tịch tịnh. Biết được cả nội giới và ngoại giới nên gọi là người tịch tịnh (Pháp Cú 269). Còn sát hại chúng sanh, đâu được xưng là Ariya (hiền đức cao thượng)? Không sát hại chúng sanh mới gọi là Ariya (Pháp Cú 270). Chẳng phải do giới

luật đầu đà, chẳng phải do nghe nhiều học rộng, chẳng phải do chứng được tam muội, chẳng phải do ở riêng một mình, đã vội cho là “hưởng được cái vui xuất gia, phạm phu không bì kịp.” (Pháp Cú 271). Các người chớ vội tin những điều ấy khi mê lầm phiền não của các người chưa trừ (Pháp Cú 272).

XX. Phẩm Đạo **(273-289)**

Bát Chánh Đạo là đạo thù thắng hơn các đạo. Tứ đế là lý thù thắng hơn các lý. Ly dục là pháp thù thắng hơn các pháp. Cụ nhân là bậc thù thắng hơn các bậc Thánh hiền (Pháp Cú 273). Chỉ có con đường này, chẳng còn con đường nào khác có thể làm cho tri kiến các người thanh tịnh. Các người thuận làm theo, thì bọn ma bị rối loạn (Pháp Cú 274). Các người thuận tu theo Chánh đạo trên này, thì khổ não sẽ dứt hết, và biết rằng Đạo ta nói có sức trừ diệt chông gay (Pháp Cú 275). Các người hãy tự nỗ lực lên! Như Lai chỉ dạy cho con đường giác ngộ, chứ không giác ngộ cho ai được. Sự trói buộc của ma vương sẽ tùy sức thiền định của các người mà được cởi mở (Pháp Cú 276). Các hành đều vô thường; khi đem trí tuệ soi xét được như thế thì sẽ nhàm lìa thống khổ để đi đến giải thoát. Đó là Đạo thanh tịnh (Pháp Cú 277). Các hành đều là khổ; khi đem trí tuệ soi xét được như thế thì sẽ nhàm lìa thống khổ để được giải thoát. Đó là Đạo thanh tịnh (Pháp Cú 278). Hết thấy pháp đều vô ngã; khi đem trí tuệ soi xét như thế thì sẽ nhàm lìa thống khổ để được giải thoát. Đó là Đạo thanh tịnh (Pháp Cú 279). Khi đáng nỗ lực, không nỗ lực, thiếu niên cường tráng đã lười biếng, ý chí tiêu trầm và nhu nhược: kẻ biếng nhác làm gì có trí để ngộ Đạo (Pháp Cú 280). Thận trọng lời nói, kềm chế ý nghĩ, thân không làm ác, ba nghiệp thanh tịnh, là được Đạo Thánh Nhơn (Pháp Cú 281). Tu Du-già thì trí phát, bỏ Du-già thì tuệ tiêu. Biết rõ hay lẽ này thế nào là đắc thất, rồi nỗ lực thực hành, sẽ tăng trưởng thêm trí tuệ (Pháp Cú 282). Hãy trốn rừng dục vọng, chớ trốn cây thọ lâm; từ dục vọng sinh ra lo sợ, hãy thoát ngoài rừng dục vọng (Pháp Cú 283). Những sợi dây tình giữa gái trai chưa dứt thì tâm còn bị buộc ràng, như trâu con còn bú sữa, thì chẳng rời vú mẹ bao giờ (Pháp Cú 284). Tự mình dứt hết ái tình, như lấy tay bẻ cành sen thu; siêng tu Đạo tịch tịnh. Đó là

Niết bàn mà đức Thiện thế đã truyền dạy (Pháp Cú 285). “Mùa mưa ta ở đây, đông hạ ta cũng ở đây,” đây là tâm tưởng của hạng người ngu si, không tự giác những gì nguy hiểm (Pháp Cú 286). Người đắm yêu con cái và súc vật thì tâm thường mê hoặc, nên bị tử thần bắt đi như xóm làng đang say ngủ bị cơn nước lũ lôi cuốn mà không hay (Pháp Cú 287). Một khi tử thần đã đến, chẳng có thân thuộc nào có thể thế thay, dù cha con thân thích chẳng làm sao cứu hộ (Pháp Cú 288). Biết rõ lý lẽ trên, người trí hãy gắng trì giới, thấu hiểu đường Niết bàn, mau làm cho thanh tịnh (Pháp Cú 289).

XXI. Phẩm Tập ***(290-305)***

Nếu bỏ vui nhỏ mà được hưởng vui lớn, kẻ trí sẽ làm như thế (Pháp Cú 290). Gieo khổ cho người để cầu vui cho mình, sẽ bị lòng sân hận buộc ràng, không bao giờ thoát khỏi nỗi oán tắng (Pháp Cú 291). Việc đáng làm không làm, việc không đáng lại làm, những người phóng túng ngạo mạn, lậu tập mãi tăng thêm (Pháp Cú 292). Thường quan sát tự thân, không làm việc không đáng, việc đáng gắng chuyên làm, thì khổ đau lậu tập dần tiêu tan (Pháp Cú 293). Hãy diệt mẹ (ái dục) và cha (kiêu căng), diệt hai dòng sát-đế-lợi, diệt Vương quốc, luôn cả quần thần mà hưởng về Bà-la-môn vô ưu (Pháp Cú 294). Hãy diệt mẹ (ái dục) và cha (kiêu căng), diệt hai dòng Bà-la-môn, diệt luôn hổ tướng “nghi” thứ năm mà hưởng về Bà-la-môn vô ưu (Pháp Cú 295). Đệ tử Kiều Đáp Ma, phải luôn tự tỉnh giác, vô luận ngày hay đêm, thường niệm tưởng Phật Đà (Pháp Cú 296). Đệ tử Kiều Đáp Ma, phải luôn tự tỉnh giác, vô luận ngày hay đêm, thường niệm tưởng Đạt Ma (Pháp Cú 297). Đệ tử Kiều Đáp Ma, phải luôn tự tỉnh giác, vô luận ngày hay đêm, thường niệm tưởng Tăng già (Pháp Cú 298). Đệ tử Kiều Đáp Ma, phải luôn tự tỉnh giác, vô luận ngày hay đêm, thường niệm tưởng sắc thân (Pháp Cú 299). Đệ tử Kiều Đáp Ma, phải luôn tự tỉnh giác, vô luận ngày hay đêm, thường vui điều bất sát (Pháp Cú 300). Đệ tử Kiều Đáp Ma, phải luôn tự tỉnh giác, vô luận ngày hay đêm, thường ưa tu thiền quán (Pháp Cú 301). Xuất gia dứt hết ái dục là khó, tại gia theo đường sinh hoạt là khó, không phải bận mà chung ở là khổ, qua lại trong vòng luân hồi là khổ. Vậy các người hãy giác ngộ để

đừng qua lại trong vòng thống khổ ấy (Pháp Cú 302). Chánh tín mà giới hạnh, được danh dự và thánh tài, người nào được như thế, đến đâu cũng tôn vinh (Pháp Cú 303). Làm lành thì danh được vang xa, tỏ rạng như lên núi tuyết, làm ác thì tối tăm như bắn cung ban đêm (Pháp Cú 304). Ngồi một mình, nằm một mình, đi đứng một mình không buồn chán, một mình tự điều luyện, vui trong chốn rừng sâu (Pháp Cú 305).

XXII. Phẩm Địa Ngục (306-319)

Thường nói lời vọng ngữ thì sa đọa; có làm mà nói không, người tạo hai nghiệp ấy, chết cũng đọa địa ngục (Pháp Cú 306). Không ngăn trừ ác hạnh thì dù mặc áo cà sa, người ác cũng sẽ vi nghiệp ác, chết phải đọa địa ngục (Pháp Cú 307). Phá giới chẳng tu hành, thà nuốt hừng sắt nóng hừng hực lửa đốt thân còn hơn thọ lãnh của tín thí (Pháp Cú 308). Buông lung theo tà dục, sẽ chịu bốn việc bất an: mắc tội vô phước, ngủ không yên, bị chê là vô luân, đọa địa ngục (Pháp Cú 309). Vô phước đọa ác thú bị khủng bố, ít vui, quốc vương kết trọng tội: đó là kết quả của tà dâm. Vậy chớ nên phạm đến (Pháp Cú 310). Cũng như vụng nắm cỏ cô-sa (cỏ thơm) thì bị đứt tay, làm sa-môn mà theo tà hạnh thì bị đọa địa ngục (Pháp Cú 311). Những người giải đãi, nhiễm ô và hoài nghi việc tu phạm hạnh, sẽ không làm sao chứng thành quả lớn (Pháp Cú 312). Việc đáng làm hãy làm cho hết sức! Phóng dăng và rong chơi chỉ tăng thêm trần dục mà thôi (Pháp Cú 313). Không tạo ác nghiệp là hơn, vì làm ác nhứt định thọ khổ; làm các thiện nghiệp là hơn, vì làm lành nhứt định thọ vui (Pháp Cú 314). Như thành quách được phòng hộ thế nào, tự thân các người cũng phải nên phòng hộ như thế. Một giây lát cũng chớ buông lung. Hễ một giây lát buông lung là một giây lát sa đọa địa ngục (Pháp Cú 315). Không đáng hổ lại hổ, việc đáng hổ lại không, cứ ôm tà kiến ấy, địa ngục khó lánh xa (Pháp Cú 316). Không đáng sợ lại sợ, việc đáng sợ lại không, cứ ôm tà kiến ấy, địa ngục khó lánh xa (Pháp Cú 317). Không lỗi tưởng là lỗi, có lỗi lại tưởng không, cứ ôm tà kiến ấy, địa ngục khó lánh xa (Pháp Cú 318). Lỗi biết rằng lỗi, không lỗi biết rằng không lỗi, giữ tâm chánh kiến ấy, đường lành thấy chẳng xa (Pháp Cú 319).

XXIII. Phẩm Voi **(320-333)**

Voi xuất trần nhẩn chịu cung tên như thế nào, ta đây thường nhẩn chịu mọi điều phỉ báng như thế ấy. Thật vậy, đời rất lắm người phá giới (thường ghét kẻ tu hành) (Pháp Cú 320). Luyện được voi để đem dự hội, luyện được voi để cho vua cỡi là giỏi, nhưng nếu luyện được lòng ẩn nhẫn trước sự chê bai, mới là người có tài điều luyện hơn cả mọi người (Pháp Cú 321). Con la thuần tánh là con vật lành tốt, con tuần mã tín độ là con vật lành tốt, nhưng kẻ đã tự điều luyện được mình lại càng lành tốt hơn (Pháp Cú 322). Chẳng phải nhờ xe hay ngựa mà đến được cảnh giới Niết bàn, chỉ có người đã điều luyện lấy mình mới đến được Niết bàn (Pháp Cú 323). Con voi tên là Tài Hộ (Mhamapala-Hộ vệ tài sản) nhưng đến kỳ phát dục thì lưng lẳng khó trị, khó buộc trời, không ăn gì cả và chỉ tưởng nhớ đến rừng sâu (Pháp Cú 324). Như heo kia ưa ngủ, lại tham ăn, kẻ phạm ngu vì tham ăn ưa ngủ, nên phải bị tiếp tục sanh mãi trong vòng luân hồi (Pháp Cú 325). Trong những thời quá khứ, ta cũng từng thả tâm theo dục lạc, tham ái và nhàn du, nhưng nay đã điều phục được tâm ta như con voi đã bị điều phục dưới tay người quản tượng tài giỏi (Pháp Cú 326). Hãy vui vẻ siêng năng, gìn giữ tự tâm để tự cứu mình ra khỏi nguy nan, như voi gắng sức để vượt khỏi chốn sa lầy (Pháp Cú 327). Nếu gặp bạn đồng hành hiền lương cẩn trọng, giàu trí lực, hàng phục được gian nguy, thì hãy vui mừng mà đi cùng họ (Pháp Cú 328). Nếu không gặp được bạn đồng hành hiền lương, giàu trí lực, thì hãy như vua tránh nước loạn như voi bỏ về rừng (Pháp Cú 329). Thà ở riêng một mình hơn cùng người ngu kết bạn. Ở một mình còn rảnh rang khỏi điều ác dục như voi một mình thênh thang giữa rừng sâu (Pháp Cú 330). Gặp bạn xa lâu ngày là vui, sung túc phải lúc là vui, mệnh chung có được thiện nghiệp là vui, lìa hết thống khổ là vui (Pháp Cú 331). Được kính dưỡng mẹ hiền là vui, kính dưỡng thân phụ là vui, kính dưỡng sa-môn là vui, kính dưỡng Thánh nhơn là vui (Pháp Cú 332). Già vẫn sống đức hạnh là vui, thành tựu chánh tín là vui, đầy đủ trí tuệ là vui, không làm điều ác là vui (Pháp Cú 333).

XXIV. Phẩm Ái Dục **(334-359)**

Nếu buông lung thì tham ái tăng lên hoài như giống cỏ Tỳ-la-na mọc tràn lan, từ đời này tiếp đến đời nọ như vượn chuyền cây tìm trái (Pháp Cú 334). Nếu ở thế gian này mà bị ái dục buộc ràng, thì những điều sầu khổ càng tăng mãi như loài cỏ tỳ-la gặp mưa (Pháp Cú 335). Nếu ở thế gian này, mà hàng phục được những ái dục khó hàng phục, thì sầu khổ tự nhiên rụng tàn như nước ngọt lá sen (Pháp Cú 336). Đây là sự lành mà Ta bảo với các người: “Các người hãy dồn sức vào để nhổ sạch gốc ái dục, như người muốn trừ sạch giống cỏ tỳ-la phải nhổ hết gốc nó. Các người chớ lại để bị ma làm hại như loài cỏ lau gặp cơn hồng thủy!” (Pháp Cú 337). Đốn cây mà chưa đào hết gốc rễ thì tước vẫn ra hoài, đoạn trừ ái dục mà chưa sạch căn gốc thì khổ não vẫn nảy sinh trở lại mãi (Pháp Cú 338). Những người có đủ 36 dòng ái dục, họ mạnh mẽ dong ruổi theo dục cảnh chẳng chút ngại ngùng, bởi vậy người đã có tâm tà kiến, hằng bị những tư tưởng ái dục làm trôi dạt hoài (Pháp Cú 339). Lòng ái dục tuôn chảy khắp nơi như giống cỏ man-la mọc tràn lan mặt đất. Người hãy xen giống cỏ đó để dùng tuệ kiếm đoạn hết căn gốc ái dục đi (Pháp Cú 340). Người đời thường vui thích theo ái dục, ưa dong ruổi lục trần, tuy họ có hưởng cầu an lạc mà vẫn bị quanh quẩn trong chốn trầm luân (Pháp Cú 341). Những người trì trệ theo ái dục khác nào thỏ bị sa lưới. Càng buộc ràng với phiền não, càng chịu khổ lâu dài (Pháp Cú 342). Những người trì trệ theo ái dục, khác nào thỏ bị sa lưới. Hàng Tỳ kheo vì cầu vô dục nên phải trước tự gắng lìa dục (Pháp Cú 343). Người đã lìa dục xuất gia, lại tìm vui ở chốn sơn lâm, khác nào trở lại nhà; người hãy xem hạng người đó, kẻ đã được mở ra rồi lại tự trói vào! (Pháp Cú 344). Đối với người trí, sự trói buộc bằng dây gai, bằng cây, bằng sắt chưa phải kiên cố, chỉ có lòng luyến ái vợ con tài sản mới thật sự là sự trói buộc chắc bền (Pháp Cú 345). Những kẻ dắt người vào sa đoạ, là như sự trói buộc chắc bền, nó hình như khoan dung hòa huyễn mà thật khó lòng thoát ra. Hãy đoạn trừ đừng dính mắc, lìa dục mà xuất gia (Pháp Cú 346). Những người say đắm theo ái dục, tự lao mình trong lưới buộc như nhện giăng tơ. Ai dứt được sự ràng buộc không còn dính mắc nữa, thì

sẽ xa mọi thống khổ để ngao du tự tại (Pháp Cú 347). Bỏ quá khứ, hiện tại, vị lai, mà vượt qua bờ kia; tâm đã giải thoát tất cả, thì không còn bị sanh già trở lại (Pháp Cú 348). Những kẻ bị tư tưởng xấu ác làm tao loạn, thường cầu mong dục lạc thật nhiều. Mong dục lạc tăng nhiều là tự trói mình càng thêm chắc chắn (Pháp Cú 349). Muốn lìa xa ác tưởng hãy thường nghĩ tới bất tịnh. Hãy trừ hết ái dục, đừng để ác ma buộc ràng (Pháp Cú 350). Bước tới chỗ cứu cánh thì không còn sợ hãi; xa lìa ái dục thì không còn nhiễm ô: nhỏ lấy mũi tên sanh hữu thì chỉ còn một thân này là cuối cùng, không bị tiếp tục sanh nữa (Pháp Cú 351). Xa lìa ái dục không nhiễm trước, thông đạt từ vô ngại, thấu suốt nghĩa vô ngại, và thứ lớp của tự cú, đó thật là bậc đại trí đại trượng phu, chỉ còn một thân này là cuối cùng, không bị tiếp tục sinh nữa (Pháp Cú 352). Ta đã hàng phục tất cả. Ta đã rõ biết tất cả. Ta không nhiễm một pháp nào. Ta xa lìa hết thấy, diệt dục mà giải thoát và tự mình chứng ngộ, thì còn ai là Thầy ta nữa (Pháp Cú 353). Trong các cách bố thí, pháp thí là hơn cả; trong các chất vị, pháp vị là hơn cả; trong các hỷ lạc, pháp hỷ là hơn cả; người nào trừ hết mọi ái dục là vượt trên mọi đau khổ (Pháp Cú 354). Giàu sang chỉ làm hại người ngu chứ không phải để cầu sang bờ giác. Người ngu bị tài dục hại mình như mình đã vì tài dục hại người khác (Pháp Cú 355). Cỏ làm hại rất nhiều ruộng vườn, tham dục làm hại rất nhiều thế nhân. Vậy nên bố thí cho người lìa tham, sẽ được quả báo lớn (Pháp Cú 356). Cỏ làm hại rất nhiều ruộng vườn, sân nhuế làm hại rất nhiều thế nhân. Vậy nên bố thí cho người lìa sân, sẽ được quả báo lớn (Pháp Cú 357). Cỏ làm hại rất nhiều ruộng vườn, ngu si làm hại rất nhiều thế nhân. Vậy nên bố thí cho người lìa si, sẽ được quả báo lớn (Pháp Cú 358). Cỏ làm hại rất nhiều ruộng vườn, ái dục làm hại rất nhiều thế nhân. Vậy nên bố thí cho người lìa dục, sẽ được quả báo lớn (Pháp Cú 359).

XXV. Phẩm Tỳ Kheo ***(360-382)***

Chế phục được mắt, lành thay; chế phục được tai, lành thay; chế phục được mũi, lành thay; chế phục được lưỡi, lành thay (Pháp Cú 360). Chế phục được thân, lành thay; chế phục được lời nói, lành thay; chế phục được tâm ý, lành thay; chế phục được hết thấy, lành thay. Tỳ

kheo nào chế phục được hết thấy thì giải thoát hết thấy khổ (Pháp Cú 361). Gìn giữ tay chân và ngôn ngữ, gìn giữ cái đầu cao, tâm mến thích thiền định, riêng ở một mình, thanh tịnh và tự biết đầy đủ, ấy là bậc Tỳ kheo (Pháp Cú 362). Tỳ kheo nào điều nhiếp được ngôn ngữ, khôn khéo và tịch tịnh, thì khi diễn bày pháp nghĩa, lời lẽ rất hòa ái rõ ràng (Pháp Cú 363). Tỳ kheo nào an trú trong lạc viên Chánh-pháp, mến pháp và theo pháp, tư duy nhờ tưởng pháp, thì sẽ không bị thối chuyển khỏi tịnh đạo (Pháp Cú 364). Chớ nên khinh điều mình đã chứng, chớ thêm muốn điều người khác đã chứng. Tỳ kheo nào chỉ lo thêm muốn điều người khác tu chứng, cuối cùng mình không chứng được tam-ma-địa (chánh định) (Pháp Cú 365). Hàng Tỳ kheo dù được chút ít cũng không sinh tâm khinh hiềm, cứ sinh hoạt thanh tịnh và siêng năng, nên đáng được chư thiên khen ngợi (Pháp Cú 366). Nếu với thân tâm không lằm chập là “ta” hay “của ta.” Vì không ta và của ta nên không lo sợ. Người như vậy mới gọi là Tỳ kheo (Pháp Cú 367). Hàng Tỳ kheo an trú trong tâm từ bi, vui thích giáo pháp Phật Đà, sẽ đạt đến cảnh giới tịch tịnh an lạc, giải thoát các hành (vô thường) (Pháp Cú 368). Tỳ kheo mức nước trong chiếc thuyền này, hễ nước hết thì thuyền nhẹ và mau đi; Cũng như thế, đoạn trừ tham dục và sân nhuế trong thân này, hễ tham dục hết thì mau chứng đến Niết bàn (Pháp Cú 369). Tỳ kheo nào đoạn được năm điều phiền não: tham, sân, si, mạn, nghi; bỏ được năm điều: tham ái sắc, tham ái vô sắc, lừa đảo, phóng dật, và si mê; siêng tu năm điều: tín, tấn, niệm, định, huệ; vượt khỏi năm điều say đắm: tham ái, sân hận, si mê, tà kiến. Ta gọi là người đã vượt qua dòng nước lũ (Pháp Cú 370). Này các Tỳ Kheo, hãy mau tu thiền định! Chớ buông lung, chớ mê hoặc theo dục ái. Đừng đợi đến khi nuốt hườn sắt nóng, mới ăn năn than thở (Pháp Cú 371). Không có trí huệ thì không có thiền định, không có thiền định thì không có trí tuệ. Người nào gồm đủ thiền định và trí tuệ thì gần đến Niết bàn (Pháp Cú 372). Tỳ kheo đi vào chỗ yên tĩnh thì tâm thường vắng lặng, quán xét theo Chánh pháp thì được thọ hưởng cái vui siêu nhân (Pháp Cú 373). Người nào thường nghĩ đến sự sanh diệt của các uẩn, thì sẽ được vui mừng hạnh phúc. Nên biết: người đó không bị chết (Pháp Cú 374). Nếu là bậc Tỳ kheo sáng suốt, dù ở trong đời, trước tiên vẫn lo nhiếp hộ các căn và biết đủ, hộ trì giới luật (Pháp Cú 375). Thái độ thì phải thành khẩn, hành vi thì phải đoan chánh; được vậy, họ là người nhiều vui và sạch hết khổ não (Pháp Cú 376). Cành hoa Bạt-tất-ca bị úa tàn

như thế nào, thì Tỳ kheo các ông, cũng làm cho tham sân úa tàn thế ấy (Pháp Cú 377). Vị Tỳ kheo nào thân ngữ thanh tịnh, tâm an trú tam muội, xa lìa nơi dục lạc, Ta gọi họ là người tịch tịnh (Pháp Cú 378). Các người hãy tự kính sách, các người hãy tự phản tỉnh! Tự hộ vệ và chánh niệm theo Chánh pháp mới là Tỳ kheo an trú trong an lạc (Pháp Cú 379). Chính các người là kẻ bảo hộ cho các người, chính các người là nơi nương náu cho các người. Các người hãy gắng điều phục lấy mình như thương khách lo điều phục con ngựa mình (Pháp Cú 380). Tỳ kheo nào đầy tâm hoan hỷ, thành tín theo giáo pháp Phật Đà, sẽ đạt đến cảnh giới tịch tịnh an lạc, giải thoát các hành (vô thường) (Pháp Cú 381). Những Tỳ kheo tuy tuổi nhỏ mà siêng tu đúng giáo pháp Phật Đà, là ánh sáng chiếu soi thế gian, như mặt trăng ra khỏi mây mù (Pháp Cú 382).

XXVI. Phẩm Bà La Môn **(383-423)**

Dừng cảm đoạn trừ dòng ái dục, các người mới là Bà-la-môn! Nếu thấu rõ các uẩn diệt tận, các người liền thấy được vô tác (Niết bàn) (Pháp Cú 383). Nhờ thường trú trong hai pháp, hàng Bà-la-môn đạt đến bờ kia; dù có bao nhiêu ràng buộc, đều bị trí tuệ dứt sạch (Pháp Cú 384). Không bờ kia cũng không bờ này, hai bờ đều không thật, chỉ xa lìa khổ não chẳng bị trói buộc nữa. Ta gọi họ là Bà-la-môn (Pháp Cú 385). Ai nhập vào thiền định, an trú chỗ ly trần, sự tu hành viên mãn, phiền não lậu dứt sạch, chứng cảnh giới tối cao, Ta gọi họ là Bà-la-môn (Pháp Cú 386). Mặt trời chiếu sáng ban ngày, mặt trăng chiếu sáng ban đêm, khí giới chiếu sáng dòng vua chúa, thiền định chiếu sáng kẻ tu hành, nhưng hào quang Phật chiếu sáng khắp thế gian (Pháp Cú 387). Dứt bỏ các ác nghiệp, gọi là Bà-la-môn; thường tu hành thanh tịnh, thì gọi là Sa-môn; còn trừ bỏ cấu uế, gọi là người xuất gia (Pháp Cú 388). Chớ nên đánh đập Bà-la-môn! Bà-la-môn chớ nên sân hận! Người đánh đập mang điều đáng hổ, người sân hận hay lấy oán trả oán lại càng đáng hổ hơn (Pháp Cú 389). Bà-la-môn! Đây không phải là điều ích nhỏ, nếu biết vui mừng chế phục tâm mình. Tùy lúc đoạn trừ tâm độc hại mà thống khổ sẽ được ngăn dứt liền (Pháp Cú 390). Chế ngăn thân, ngữ, ý không cho làm các điều ác, chế ngăn được ba chỗ

đó, Ta gọi họ là Bà-la-môn (Pháp Cú 391). Được nghe đấng Chánh đẳng giác thuyết pháp, bất luận ở nơi nào, hãy đem hết lòng cung kính như Bà-la-môn kính thờ thần lửa (Pháp Cú 392). Chẳng phải vì nóm tóc, chẳng phải vì chủng tộc, cũng chẳng phải tại nơi sanh mà gọi là Bà-la-môn; nhưng ai hiểu biết chân thật, thông đạt chánh pháp, đó mới là kẻ Bà-la-môn hạnh phúc (Pháp Cú 393). Người ngu bó tóc chùm hay cạo tóc, và chuyên mặc áo da lộc hay áo cà sa đâu có ích chi? Trong lòng còn chứa đầy tham dục, thì dung nghi bên ngoài chỉ là trang điểm suông (Pháp Cú 394). Dù mặc áo phấn tảo, gầy ốm lộ gân xương, mà ở rừng sâu tu thiền định, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 395). Bà-la-môn không phải từ bụng mẹ đẻ ra. Nếu cứ chấp chặt các phiền não, thì chỉ được gọi là “Bồ” suông. Người nào lìa hết chấp trước, dù nghèo Ta gọi Bà-la-môn (Pháp Cú 396). Đoạn hết các kiết sử, không còn sợ hãi chi, không bị đấm trước ràng buộc. Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 397). Như ngựa bỏ đai da, bỏ cương dây và đồ sở thuộc, người giác tri bỏ tất cả chướng ngại, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 398). Nhấn nhục khi bị đánh mắng, không sanh lòng sân hận; người có đội quân nhấn nhục hùng cường, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 399). Đầy đủ các đức hạnh không nóng giận, trì giới thanh tịnh không dục nhiễm, thì chỉ ngang thân này là cuối cùng, không bị tiếp tục sanh nữa, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 400). Người nào không nhiễm đắm những điều ái dục như giọt nước trên lá sen, như hột cải đặt đầu mũi kim, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 401). Nếu ngay tại thế gian này, ai tự giác ngộ và diệt trừ đau khổ, trút bỏ gánh nặng mà giải thoát, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 402). Người có trí tuệ sâu xa, biết rõ thế nào là đạo, thế nào là phi đạo và chứng đến cảnh giới vô thượng, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 403). Chẳng lẫn lộn với tục luân, chẳng tạp xen với Tăng lữ, xuất gia lìa ái dục, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 404). Thả bỏ con dao sát hại đối với bất luận loài nào, lớn hay nhỏ, mà đã người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 405). Ở giữa đám người cừu địch mà gây tình hữu nghị, ở giữa đám người hung hăng cầm gậy mà giữ khí ôn hòa, ở giữa đám người chấp đắm mà lòng không chấp đắm, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 406). Từ lòng tham dục, sân nhuế, kiêu mạn cho đến lòng hư ngụy đều thoát bỏ cả như bột cải không dính đầu mũi kim, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 407). Chỉ nói lời chân thật hữu ích, chẳng nói lời thô ác, chẳng xúc

giận đến ai, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 408). Đối với bất luận vật gì xấu hay tốt, dài hay ngắn, thô hay tế mà người ta không cho thì không bao giờ lấy, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 409). Đối với đời này cũng như đời khác đều không mong lòng dục vọng, vô dục nên giải thoát, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 410). Người không còn tham dục và nghi hoặc thì được giác ngộ chứng bậc vô sanh, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 411). Nếu đối với thế gian này tâm không chấp trước thiện ác, thanh tịnh không ưu lo, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 412). Dứt sạch ái dục không cho tiếp tục sanh ra, như trăng trong không bọt, như nước yên lặng sáng ngời, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 413). Vượt khỏi con đường gồ ghề lấy lợi, ra khỏi biển luân hồi ngu si mà lên đến bờ kia, an trú trong thiền định, không dục vọng, không nghi lằm, cũng không chấp đắm rằng mình chứng Niết Bàn tịch tịnh, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 414). Xa bỏ dục lạc ngay tại đời này mà xuất gia làm Sa-môn, không cho phát sinh trở lại, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 415). Xa bỏ ái dục ngay tại đời này mà xuất gia làm Sa-môn, không cho phát sinh trở lại, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 416). Ra khỏi trói buộc của nhân gian, vượt khỏi trói buộc ở thiên thượng, hết thấy trói buộc đều xa lánh, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 417). Xa bỏ những điều đáng mừng và điều không đáng mừng, thanh lương không phiền não, dũng mãnh hơn thế gian, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 418). Nếu biết tất cả loài hữu tình tử thế nào, sinh thế nào, rồi đem tâm khôn khéo vượt qua, không chấp trước, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 419). Dù chư thiên, Càn-thát-bà hay nhân loại, không ai biết được nơi chốn của những vị A-la-hán đã dứt sạch phiền não, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 420). Đối với pháp quá khứ, vị lai hay hiện tại, người kia chẳng có một vật chi; người không chấp đắm một vật chi ấy, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 421). Hạng người dũng mãnh tôn quý như trâu chúa, hạng người thắng lợi vô dục như đại tiên, hạng người tắm xong sạch sẽ và giác tỉnh, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 422). Những vị Mâu Ni (thanh tịnh) hay biết đời trước, thấy cả cõi thiên và các cõi đau khổ (ác thú), đã trừ diệt sự tục sinh, thiện nghiệp hoàn toàn, thành bậc vô thượng trí; người viên mãn thành tựu mọi điều như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 423).

Chương Ba

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Cà Sa Trong Kinh Pháp Cú

Cà sa là y áo của nhà sư. Mảnh vải vuông gồm những mẫu nhỏ vá lại với nhau. Người ta khoác nó quanh cổ bằng một dây dây. Thứ vải này tượng trưng cho áo cà sa vá của Phật Thích Ca ngày trước. Theo Phật giáo, có mười đức khi mặc vào người chiếc áo cà sa: chiếc áo biểu tỏ lòng biết sám hối và tầm quý; chiếc áo giữ cho thân thể không nóng không lạnh, tránh được muỗi mòng và độc trùng; chiếc áo biểu tỏ chánh hạnh của nhà sư; chư thiên nhân tỏ lòng tôn kính chiếc áo như tôn kính chùa tháp; chiếc áo biểu tỏ sự ly ái dục; chiếc áo tương hợp với con đường tận diệt ác dục; những hành động xấu ác dễ dàng bị khám phá khi chiếc áo được mặc vào; những ai mặc cà sa không cần bất cứ món trang sức nào khác; người mặc áo cà sa luôn sẵn sàng tu tập bát chánh đạo; những người mặc áo cà sa luôn chuyên cần tu tập con đường với tâm vô cấu nhiễm. Tinh hoa những lời Phật dạy về Cà Sa lúc nào cũng lan tỏa khắp trong Vườn Hoa Pháp Cú. ***Trong Kinh Pháp Cú, Phẩm I, Phẩm Phẩm Song Yếu, Đức Phật đã dạy:*** Mặc áo cà sa mà không rời bỏ những điều uế trước, không thành thật khắc kỷ, thà chẳng mặc còn hơn (Pháp Cú 9). Rời bỏ những điều uế trước, giữ gìn giới luật tinh nghiêm, khắc kỷ và chân thành, người như thế đáng mặc áo cà sa (Pháp Cú 10). ***Cũng trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XXII, Phẩm Địa Ngục, Đức Phật đã dạy:*** Không ngăn trừ ác hạnh thì dù mặc áo cà sa, người ác cũng sẽ vì nghiệp ác, chết phải đọa địa ngục (Pháp Cú 307).

Chương Bốn

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Phóng Dật Buông Lung Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Phóng Dật Buông Lung:

Trong giáo thuyết Phật giáo, phóng Dật có nghĩa là buông lung phóng túng. Đức Phật biết rõ tâm tư của chúng sanh mọi loài. Ngài biết rằng kẻ ngu si chuyên sống đời phóng dật buông lung, còn người trí thời không phóng túng. Do đó Ngài khuyên người có trí nỗ lực khéo chế ngự, tự xây dựng một hòn đảo mà nước lụt không thể ngập tràn. Ai trước kia sống phóng dật nay không phóng dật sẽ chói sáng đời này như trăng thoát mây che. Đối với chư Phật, một người chiến thắng ngàn quân địch ở chiến trường không thể so sánh với người đã tự chiến thắng mình, vì tự chiến thắng mình là chiến thắng tối thượng. Một người tự điều phục mình thường sống chế ngự. Và một tự ngã khéo chế ngự và khéo điều phục trở thành một điểm tựa có giá trị và đáng tin cậy, thật khó tìm được. Người nào ngồi nằm một mình, độc hành không buồn chán, biết tự điều phục, người như vậy có thể sống thoải mái trong rừng sâu. Người như vậy sẽ là bậc Đạo Sư đáng tin cậy, vì rằng tự khéo điều phục mình rồi mới dạy cho người khác khéo điều phục. Do vậy Đức Phật khuyên mỗi người hãy tự cố điều phục mình. Chỉ những người khéo điều phục, những người không phóng dật mới biết con đường chấm dứt tranh luận, cãi vã, gây hấn và biết sống hòa hợp, thân ái và sống hạnh phúc trong hòa bình. Muốn khắc phục những phóng dật, trước khi tu tập thiền quán, Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ lời Phật dạy trong kinh Pháp Cú. Thắng ngàn quân địch chưa thể gọi là thắng, tự thắng được mình mới là chiến công oanh liệt nhất. Tự thắng mình còn vẻ vang hơn thắng kẻ khác. Muốn thắng mình phải luôn luôn chế ngự lòng tham dục. Chính tự mình làm chỗ nương cho mình, chứ người khác làm sao nương được? Tự mình khéo tu tập mới đạt đến chỗ nương dựa nhiệm mầu. Người nào trước buông lung sau lại tinh tấn, người đó là ánh sáng chiếu cõi thế gian như vầng trăng ra khỏi mây mù. Nếu muốn khuyên người khác nên làm như mình, trước hãy tự sửa mình rồi sau sửa người, vì tự sửa mình vốn là điều khó nhất. Ngồi một mình, nằm một mình, đi đứng một mình không buồn chán, một mình tự

điều luyện, vui trong chốn rừng sâu. Chính các người là kẻ bảo hộ cho các người, chính các người là nơi nương náu cho các người. Các người hãy gắng điều phục lấy mình như thương khách lo điều phục con ngựa mình.

Theo Phật giáo, với phóng dật, người ta làm bất cứ cái gì mình thích chứ không thức liễm thân tâm theo nguyên tắc. Trong khi đó, buông lung buông lung trong tham đắm dục lạc và buông lung thương ghét là tự kết án mình vào hầm lửa vạc dầu. Không vướng mắc theo quan điểm Phật giáo có nghĩa là không vướng mắc vào tham, sân, phiền não, luyến ái, mê vọng, si mê, ngạo mạn, nghi ngờ, tà kiến, vân vân. Ngoài ra, trong nhà Thiền, không dính mắc vào văn tự ngôn ngữ cũng được xem là đã tháo gỡ được một trong những chướng ngại lớn trong tu tập. Đức Phật biết rõ tâm tư của chúng sanh mọi loài. Ngài biết rằng kẻ ngu si chuyên sống đời phóng dật buông lung, còn người trí thời không phóng túng. Do đó Ngài khuyên người có trí nỗ lực khéo chế ngự, tự xây dựng một hòn đảo mà nước lụt không thể ngập tràn. Ai trước kia sống phóng dật nay không phóng dật sẽ chói sáng đời này như trăng thoát mây che. Đối với chư Phật, một người chiến thắng ngàn quân địch ở chiến trường không thể so sánh với người đã tự chiến thắng mình, vì tự chiến thắng mình là chiến thắng tối thượng. Một người tự điều phục mình thường sống chế ngự. Và một tự ngã khéo chế ngự và khéo điều phục trở thành một điểm tựa có giá trị và đáng tin cậy, thật khó tìm được. Người nào ngồi nằm một mình, độc hành không buồn chán, biết tự điều phục, người như vậy có thể sống thoải mái trong rừng sâu. Người như vậy sẽ là bậc Đạo Sư đáng tin cậy, vì rằng tự khéo điều phục mình rồi mới dạy cho người khác khéo điều phục. Do vậy Đức Phật khuyên mỗi người hãy tự cố điều phục mình. Chỉ những người khéo điều phục, những người không phóng dật mới biết con đường chấm dứt tranh luận, cãi vã, gây hấn và biết sống hòa hợp, thân ái và sống hạnh phúc trong hòa bình. Phải thực tình mà nói, đối với người xuất gia trong các chùa viện, không phóng dật buông lung và không dính mắc còn tương đối đơn giản và dễ dàng hơn so với những người tại gia, vì ngày ngày người tại gia luôn phải sống chung với quá nhiều tên giặc: tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng, phóng dật, buông lung, dính mắc... những thứ lúc nào cũng chờ hãm hại và phá nát đường tu của chúng ta. Và những tên giặc phóng dật, buông lung, dính mắc cũng là tên giặc nguy hiểm vô cùng. Tuy

nhiên, với người tại gia, nếu muốn có một cuộc sống an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc sẽ không có lựa chọn nào khác là phải tu tập đầu khố khăn thế đấy.

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Phóng Dật Buông Lung Trong Kinh Pháp Cú:

Muốn khắc phục những phóng dật, trước khi tu tập thiền quán, Phật tử chơn thuần, nhất là những người tại gia, nên luôn nhớ lời Phật dạy trong kinh Pháp Cú. Thắng ngàn quân địch chưa thể gọi là thắng, tự thắng được mình mới là chiến công oanh liệt nhất. Tự thắng mình còn vẻ vang hơn thắng kẻ khác. Muốn thắng mình phải luôn luôn chế ngự lòng tham dục. Chính tự mình làm chỗ nương cho mình, chứ người khác làm sao nương được? Tự mình khéo tu tập mới đạt đến chỗ nương dựa nhiệm mầu. Người nào trước buông lung sau lại tỉnh tấn, người đó là ánh sáng chiếu cõi thế gian như vầng trăng ra khỏi mây mù. Nếu muốn khuyên người khác nên làm như mình, trước hãy tự sửa mình rồi sau sửa người, vì tự sửa mình vốn là điều khó nhất. Ngồi một mình, nằm một mình, đi đứng một mình không buồn chán, một mình tự điều luyện, vui trong chốn rừng sâu. Chính các người là kẻ bảo hộ cho các người, chính các người là nơi nương náu cho các người. Các người hãy gắng điều phục lấy mình như thương khách lo điều phục con ngựa mình.

Những vương mắc theo quan điểm Phật giáo là vương mắc vào tham, sân, phiền não, luyến ái, mê vọng, si mê, ngạo mạn, nghi ngờ, tà kiến, vân vân. Thế giới mà chúng ta đang sống là thế giới của dục vọng. Mọi chúng sanh được sinh ra và tồn tại như là một sự kết hợp của những dục vọng. Chúng ta được sinh ra do sự ham muốn của cha của mẹ. Khi chúng ta bước vào thế giới này chúng ta trở nên mê đắm vật chất, và tự trở thành nguồn gốc của dục vọng. Chúng ta thích thú với những tiện nghi vật chất và những khoái lạc của giác quan. Vì thế chúng ta chấp trước vào thân này, nhưng xét cho cùng thì chúng ta thấy rằng thân này là nguồn gốc của khổ đau phiền não. Vì thân này không ngừng thay đổi. Chúng ta ao ước được sống mãi, nhưng từng giờ từng phút thân xác này thay đổi từ trẻ sang già, từ sống sang chết. Chúng ta có thể vui sướng trong lúc chúng ta còn trẻ trung khỏe mạnh, nhưng khi chúng ta quán tưởng đến sự già nua bệnh hoạn, cũng như cái chết luôn đe dọa ám ảnh thì sự lo âu sẽ tràn ngập chúng ta. Vì thế chúng ta tìm cách trốn chạy điều này bằng cách né tránh không nghĩ đến nó. Tham

sống và sợ chết là một trong những hình thức chấp trước. Chúng ta còn chấp trước vào quần áo, xe hơi, nhà lầu và tài sản của chúng ta nữa. Ngoài ra, chúng ta còn chấp trước vào những ký ức liên quan đến quá khứ hoặc những dự tính cho tương lai nữa. Hành giả tu thiền nên luôn có thái độ ‘Nhìn mà không thấy, nghe mà không hay, ngửi mà không có mùi.’ Tại sao lại nhìn mà không thấy? Bởi vì có sự hồi quang phản chiếu. Tại sao nghe mà không hay? Bởi vì phản văn văn tự kỷ, tức quay cái nghe để nghe chính mình. Tại sao ngửi mà không có mùi? Bởi vì thấu nhiếp thân tâm, nên mùi vị không làm cho mình dính mắc. Đây là trạng thái khi mắt nhìn sắc mà không thấy sắc, tai nghe tiếng mà coi như không có âm thanh, mũi ngửi mùi hương mà không thấy có mùi hương, lưỡi nếm mà không thấy có vị, thân xúc chạm mà không thấy có cảm giác, ý có pháp mà không dính mắc vào pháp.

Đức Phật đã cho chúng ta thấy tinh hoa Pháp Cú lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi khó ngửi của sự Phóng Dật Buông Lung, nên trong kinh Pháp Cú, Phẩm II. Phẩm Không Buông Lung, từ kệ số 21 đến kệ số 32, Ngài đã dạy: Không buông lung đưa tới cõi bất tử, buông lung đưa tới đường tử sanh; người không buông lung thì không chết, kẻ buông lung thì sống như thầy ma (Pháp Cú 21). Kẻ trí biết chắc điều ấy, nên gắng làm chứ không buông lung. Không buông lung thì đặng an vui trong các cõi Thánh (Pháp Cú 22). Nhờ kiên nhẫn, dũng mãnh tu thiền định và giải thoát, kẻ trí được an ổn, chứng nhập Vô thượng Niết bàn (Pháp Cú 23). Không buông lung, mà ngược lại cố gắng, hăng hái, chánh niệm, khắc kỷ theo tịnh hạnh, sinh hoạt đúng như pháp, thì tiếng lành càng ngày càng tăng trưởng (Pháp Cú 24). Bằng sự cố gắng, hăng hái không buông lung, tự khắc chế lấy mình, kẻ trí tự tạo cho mình một hòn đảo chẳng có ngọn thủy triều nào nhận chìm được (Pháp Cú 25). Người ám độn ngu si đắm chìm trong vòng buông lung, nhưng kẻ trí lại chăm giữ tâm mình không cho buông lung như anh nhà giàu chăm lo giữ cửa (Pháp Cú 26). Chớ nên đắm chìm trong buông lung, chớ nên mê say với dục lạc; hãy nên cảnh giác và tu thiền, mới mong đặng đại an lạc (Pháp Cú 27). Nhờ trừ hết buông lung, kẻ trí không còn lo sợ gì. Bạc Thánh Hiền khi bước lên lầu cao của trí tuệ, nhìn lại thấy rõ kẻ ngu si ôm nhiều lo sợ, chẳng khác nào khi lên được núi cao, cúi nhìn lại muôn vật trên mặt đất (Pháp Cú 28). Tinh tấn giữa đám người buông lung, tỉnh táo giữa đám người mê ngủ, kẻ trí như con tuấn mã thẳng tiến bỏ lại sau con ngựa gầy hèn (Pháp Cú 29).

Nhờ không buông lung, Ma Già lên làm chủ cõi chư Thiên, không buông lung luôn luôn được khen ngợi, buông lung luôn luôn bị khinh chê (Pháp Cú 30). Tỳ kheo nào thường ưa không buông lung hoặc sợ thấy sự buông lung, ta ví họ như ngọn lửa hồng, đốt tiêu tất cả kiết sử từ lớn chí nhỏ (Pháp Cú 31). Tỳ kheo nào thường ưa không buông lung hoặc sợ thấy sự buông lung, ta biết họ là người gần tới Niết bàn, nhất định không bị sa đọa dễ dàng như trước (Pháp Cú 32). *Trong Phẩm IV, Phẩm Hoa, Đức Phật đã dạy:* Người nào thành tựu các giới hạnh, hằng ngày chẳng buông lung, an trụ trong chính trí và giải thoát, thì ác ma không thể dòm ngó được (Pháp Cú 57). *Trong Phẩm XIII, Phẩm Thế Gian, Đức Phật đã dạy:* Chớ nên theo điều ty liệt, chớ nên đem thân buông lung, chớ nên theo tà thuyết, chớ làm tăng trưởng tục trần (Pháp Cú 167). Hằng hái dừng buông lung, làm lành theo Chánh pháp. Người thực hành đúng Chánh pháp thì đời này vui đời sau cũng vui (Pháp Cú 168). *Trong Phẩm XXIV, Phẩm Ái Dục, Đức Phật đã dạy:* Nếu buông lung thì tham ái tăng lên hoài như giống cỏ Tỳ-la-na mọc tràn lan, từ đời này tiếp đến đời nọ như vườn chuyển cây tìm trái (Pháp Cú 334). *Để kết luận, Đức Phật nhắc nhở tứ chúng, trong Phẩm VIII, Phẩm Ngàn, Ngài đã dạy:* “Thắng ngàn quân địch chưa thể gọi là thắng, tự thắng được mình mới là chiến công oanh liệt nhất (Pháp Cú 103). Tự thắng mình còn vẻ vang hơn thắng kẻ khác. Muốn thắng mình phải luôn luôn chế ngự lòng tham dục. Chính tự mình làm chỗ nương cho mình, chứ người khác làm sao nương được? Tự mình khéo tu tập mới đạt đến chỗ nương dựa nhiệm mầu. Người nào trước buông lung sau lại tinh tấn, người đó là ánh sáng chiếu cõi thế gian như vầng trăng ra khỏi mây mù. Nếu muốn khuyên người khác nên làm như mình, trước hãy tự sửa mình rồi sau sửa người, vì tự sửa mình vốn là điều khó nhất. Ngồi một mình, nằm một mình, đi đứng một mình không buồn chán, một mình tự điều luyện, vui trong chốn rừng sâu. Chính các người là kẻ bảo hộ cho các người, chính các người là nơi nương náu cho các người. Các người hãy gắng điều phục lấy mình như thương khách lo điều phục con ngựa mình.”

Chương Năm

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Tâm Trong Kinh Pháp Cú

Trong Phật giáo, tâm là gốc của muôn pháp. “Tâm” hay “Ý” tức là “Tâm Phân Biệt” của mình, tức là thức thứ sáu. “Tâm” không những phân biệt mà còn đầy dẫy vọng tưởng. Trong sáu thức đầu có thể nói là loại có tánh tri giác, do nơi lục căn mà phát ra sáu thứ tri giác này. Lục căn tức là mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, và ý; chúng phát xuất ra thấy (thị giác), nghe (thính giác), ngửi (khứu giác), nếm (vị giác), xúc chạm (xúc giác nơi thân), và hiểu biết (tri giác nơi ý). Con người ta gây tội tạo nghiệp nơi sáu căn này, mà tu hành giác ngộ cũng ở nơi sáu căn này. Nếu không bị ngoại cảnh chi phối thì đó chính là đang có tu tập. ngược lại, nếu bị cảnh giới bên ngoài làm cho xoay chuyển tức là đọa lạc. Trong Tâm Địa Quán Kinh, Đức Phật dạy: “Trong Phật pháp, lấy tâm làm chủ. Tất cả các pháp đều do tâm sanh.” Tâm tạo ra chư Phật, tâm tạo thiên đường, tâm tạo địa ngục. Tâm là động lực chính làm cho ta sung sướng hay đau khổ, vui hay buồn, trầm luân hay giải thoát. Có một số từ ngữ Sanskrit và Ba Li chỉ tâm như Mana, Citta, Vijnana, Vinnana. Tâm là một tên khác của A Lại Da Thức (vì nó tích tập hạt giống của chư pháp hoặc huân tập các hạt giống từ chủng tử chủng pháp mà nó huân tập). Không giống như xác thân vật chất, cái tâm là phi vật chất. Chúng ta nhận thức được những tư tưởng và cảm nghĩ của chúng ta cùng nhiều điều khác bằng trực giác, và chúng ta kết luận sự hiện hữu của chúng bằng phép loại suy. Hãy nhìn vào chính mình để thấy tâm chẳng có hình tướng gì cả. Hình ảnh đến và đi; tâm mình nhìn thấy hình ảnh đến và đi. Âm thanh đến và đi; tâm mình cũng nghe âm thanh đến và đi. Vì tâm không có hình tướng nên tâm có thể hiển lộ các pháp đến đi trong vô lượng hình tướng. Cũng bởi vì không có hình tướng nên tâm có thể hiển lộ như là hình ảnh và âm thanh mà mình thấy và nghe được. Hành giả nên thấy rằng tất cả chỉ là trạng thái của tâm mà thôi! Hãy nhìn vào tâm của chúng ta thì chúng ta sẽ thấy rằng niệm đến rồi đi, sinh rồi diệt. Tâm như một tấm gương cho chúng ta thấy hình ảnh vạn pháp được phản chiếu. Tất cả các ảnh đến rồi đi, nhưng tánh phản chiếu của tấm gương vẫn còn đó, bất động, bất diệt.

Ngày trước, sở dĩ chư tổ đánh thức đệ tử bằng tiếng vỗ của hai bàn tay, vì khi nghe tiếng vỗ là chúng ta nghe âm thanh; âm thanh đến rồi đi, nhưng tánh nghe vẫn còn đó, ngay cả trong giấc ngủ của chúng ta, không dời đổi, bất động và bất diệt. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng cái tâm trong sáng cũng giống như ánh trăng tròn trên bầu trời. Thỉnh thoảng có mây kéo đến che nó, nhưng trăng luôn ở trên mây. Mây bay qua, trăng lại chiếu sáng. Vì vậy, Phật tử chân thuần không nên lo nghĩ về cái tâm trong sáng. Cái tâm ấy luôn hiện hữu. Nên nhớ, khi vọng tưởng ập đến thì phía sau lớp vọng tưởng vẫn là cái tâm trong sáng. Vọng tưởng đến rồi đi, không có ngoại lệ. Chúng ta không nên vướng mắc về sự đến và đi của những vọng tưởng này. Chúng ta cùng sống và cùng hành xử trong tinh thần hòa hợp. Cùng nhau hành sự có nghĩa là đoạn trừ các ý tưởng của riêng mình, điều kiện và hoàn cảnh của riêng mình. Làm được như vậy thì tâm của chúng ta sẽ tự nhiên biến thành cái tâm không. Khi tâm chúng ta trở thành tâm không thì nó cũng giống như tờ giấy trắng. Chừng đó ý tưởng chân thật, điều kiện và hoàn cảnh chân thật của chúng ta sẽ xuất hiện. Trong tu tập hằng ngày, khi chúng ta vái chào nhau, cùng tụng kinh, niệm Phật và cùng nhau thọ trai. Tâm chúng ta trở thành một (nhất tâm). Giống như nơi biển cả, khi có gió thổi thì tự nhiên sẽ có nhiều sóng. Khi gió dịu dần thì sóng cũng nhỏ hơn. Khi gió lặng thì mặt nước sẽ trở thành một tấm gương, trong đó mọi vật được phản ánh, từ núi non, cây cối đến mây trời, vân vân. Tâm của chúng ta cũng thế. Khi chúng ta có nhiều ham muốn và ý tưởng, sẽ giống như đại dương có nhiều sóng lớn. Nhưng sau khi chúng ta tu tập thiền định thì ý tưởng và ham muốn của chúng ta sẽ tan biến, cũng như sóng trong đại dương từ từ nhỏ dần. Rồi thì tâm chúng ta cũng giống như một tấm gương trong sáng, và mọi vật chúng ta nghe thấy, ngửi, nếm, xúc chạm, suy nghĩ đều là chân lý. “Citta” là một Phạn ngữ, được tạm coi là Tâm hay ý. Tâm suy nghĩ, tưởng tượng, lý luận, vân vân. Đây cũng chính là tâm thức. Tâm thức này hành sự qua năm ngả đường tương ứng với năm căn. “Citta” ám chỉ tiến trình tâm thức và thường được sách vở Ấn Độ coi như đồng nghĩa với Mạt Na và A Lại Da thức. Trong nhận thức luận của Phật giáo Tây Tạng, người ta ám chỉ “citta” như là một cái “tâm chính,” được thấp tầng theo bởi những tâm sở. Định nghĩa về “Tâm” khác tùy theo dân tộc và văn hóa. Nếu hỏi một người Việt Nam bình thường rằng tâm ở chỗ nào, người ấy sẽ chỉ vào trái tim hay lồng ngực; tuy

nhiên, để trả lời cho cùng câu hỏi này, người Tây phương sẽ chỉ vào cái đầu của họ. Theo Phật giáo, tâm hay yếu tố tinh thần được định nghĩa là sự sáng suốt và hiểu biết. Nó không có hình tướng, không ai nhìn thấy nó; tuy nhiên, tâm tạo tác mọi hành động khiến chúng ta đau khổ và lăn trôi trong luân hồi sanh tử. Tất cả mọi hoạt động vật chất, lời nói hay tinh thần đều tùy thuộc tâm ta. Phận sự của tâm là nhận biết được đối tượng. Nó phân biệt giữa hình thức, phẩm chất, vân vân. Cách duy nhất để đạt được Phật tánh là huấn luyện và chuyển hóa tâm cho đến khi chúng ta hoàn toàn thoát khỏi những nhiễm trược. Trong Anh ngữ, “mind” có nghĩa là trái tim, tinh thần, hay linh hồn. Mind với chữ “m” thường có nghĩa là chỗ ở của lý trí, “Mind” với chữ “M” viết hoa có nghĩa là chân lý tuyệt đối. Theo kinh nghiệm nhà thiền, thì tâm là toàn bộ tỉnh thức, nói cách khác lắng nghe khi nghe là tỉnh thức. Trong thiền, mặt trăng là biểu tượng của tâm. Tâm cũng giống như mặt trăng chiếu sáng và giúp cho chúng ta thấy được mọi thứ, nhưng tâm không phải là một vật mà chúng ta có thể chỉ vào được; tâm không có cả bóng lẫn hình dạng. Hiện thể là tâm đang hiển lộ; thực tánh của tâm chính là tánh không. Chúng ta có thể nghe tiếng sỏi chạm trên mặt đường; âm thanh của nó chính là tâm đang hiển lộ. Chúng ta có thể thấy phượng đang bay phát phối trong gió; sự bay phát phối trong gió của phượng chính là tâm hiển lộ. Thế thôi! “Citta” còn được định nghĩa như là toàn bộ hệ thống thức, bốn nguyên thanh tịnh, hay tâm. Citta thường được dịch là “ý tưởng.” Trong Kinh Lăng Già cũng như trong các kinh điển Đại Thừa khác, citta được dịch đúng hơn là “tâm.” Khi nó được định nghĩa là “sự chất chứa” hay “nhà kho” trong đó các chủng tử nghiệp được cất chứa, thì citta không chỉ riêng nghĩa ý tưởng mà nó còn có ý nghĩa có tính cách hữu thể học nữa. Trong Phật giáo không có sự phân biệt giữa tâm và thức. Cả hai đều được dùng như đồng nghĩa. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Tâm dẫn đầu các hành vi, tâm là chủ, tâm tạo tác tất cả.” Theo Đại Sư Ấn Quang: “Tâm bao hàm hết khắp cả thập pháp giới, đó là Phật pháp giới, Bồ Tát pháp giới, Duyên Giác pháp giới, Thanh Văn pháp giới, Thiên pháp giới, Nhân pháp giới, A Tu La pháp giới, Súc Sanh pháp giới, Ngạ Quỷ pháp giới, và Địa Ngục pháp giới. Một tâm mà hay sanh tất cả. Phật cũng do tâm sanh, mà địa ngục cũng do tâm tạo.” Theo Hòa Thượng Dhammananda trong Những Hạt Ngọc Trí Tuệ Phật Giáo, tâm có thể được định nghĩa đơn giản là sự nhận thức về một đối tượng bởi không

có một tác nhân hay linh hồn chỉ huy mọi hoạt động. Tâm bao gồm trạng thái tính thoáng qua luôn luôn trôi lên rồi mất đi nhanh như tia chớp. “Vì sinh ra để thành nguồn của nó và chết đi để trở thành lối vào của nó, nó bền vững tràn trề như con sông nhận nước từ các suối nguồn bồi thêm vào dòng chảy của nó.” Mỗi thức nhất thời của dòng đời không ngừng thay đổi, khi chết đi thì truyền lại cho thức kế thừa toàn bộ năng lượng của nó, tất cả những cảm tưởng đã ghi không bao giờ phai nhạt. Cho nên mỗi thức mới gồm có tiềm lực của thức cũ và những điều mới. Tất cả những cảm nghĩ không phai nhạt được ghi vào cái tâm không ngừng thay đổi, và tất cả được truyền thừa từ đời này sang đời kia bất chấp sự phân hủy vật chất tạm thời nơi thân. Vì thế cho nên sự nhớ lại những lần sanh hay những biến cố trong quá khứ trở thành một khả năng có thể xảy ra. Tâm là con dao hai lưỡi, có thể sử dụng cho cả thiện lẫn ác. Một tư tưởng nổi lên từ một cái tâm vô hình có thể cứu hay phá hoại cả thế giới. Một tư tưởng như vậy có thể làm tăng trưởng hay giảm đi dân cư của một nước. Tâm tạo Thiên đàng và địa ngục cho chính mình. Tâm kết hợp chặt chẽ với thân đến độ các trạng thái tinh thần ảnh hưởng trực tiếp đến sức khỏe và sự an vui của thân. Một số bác sĩ khẳng định rằng không có một chứng bệnh nào được xem thuần túy là thân bệnh cả. Do đó, trừ khi trạng thái tinh thần xấu này là do ác nghiệp do kiếp trước gây ra quá nặng, khó có thể thay đổi được trong một sớm một chiều, còn thì người ta có thể chuyển đổi những trạng thái xấu để tạo ra sự lành mạnh về tinh thần, và từ đó thân sẽ được an lạc. Tâm con người ảnh hưởng đến thân một cách sâu xa, nếu cứ để cho tâm hoạt động một cách bừa bãi và nuôi dưỡng những tư duy bất thiện, tâm có thể gây ra những tai hại khó lường được, thậm chí có thể gây ra sát nhân. Tuy nhiên, tâm cũng có thể chữa lành một cái thân bệnh hoạn. Khi tâm được tập trung vào những tư duy chân chánh với tinh tấn và sự hiểu biết chân chánh thì hiệu quả mà nó tạo ra cũng vô cùng tốt đẹp. Một cái tâm với những tư duy trong sáng và thiện lành thật sự sẽ dẫn đến một cuộc sống lành mạnh và thư thái. Theo Phật giáo, tâm còn được gọi là ý thức, ý thức không tùy thuộc vào bất cứ căn nào, nhưng lệ thuộc vào sự liên tục của tâm. Ý thức chẳng những nhận biết cả sáu đối tượng gồm sắc, thanh, hương, vị, xúc và các hiện tượng trong quá khứ, hiện tại và ngay cả vị lai. Ý thức sẽ cùng ta lữ hành từ kiếp này qua kiếp khác, trong khi năm thức trước chỉ là những tâm tạm thời. Ý thức còn là một trong năm uẩn.

Chức năng của mặt na thức theo giả thiết là suy nghĩ về mặt na, như nhãn thức suy nghĩ về thế giới hình sắc và nhĩ thức suy nghĩ về thế giới của âm thanh; nhưng thực ra, ngay khi mặt na thức phát sinh ra cái nhị biên của chủ thể và đối tượng do từ cái nhất thể tuyệt đối của A Lại Da thì mặt na thức và quả thực tất cả các thức khác cũng bắt đầu vận hành. Chính vì thế mà trong Kinh Lăng Già, Đức Phật bảo: “Niết Bàn của Phật giáo chính là sự tách xa cái mặt na thức phân biệt sai lầm. Vì mặt na thức làm nguyên nhân và sở duyên thì sự phát sinh bảy thức còn lại xảy ra. Lại nữa, khi mặt na thức phân biệt và chấp thủ vào thế giới của các đặc thù ở bên ngoài thì tất cả các loại tập khí (vasana) được sinh ra theo, và A Lại da được chúng nuôi dưỡng cùng với cái ý tưởng về “tôi và của tôi,” mặt na nắm giữ nó, bám vào nó, suy nghĩ về nó mà thành hình và phát triển. Tuy nhiên, trong bản chất, mặt na và mặt na thức không khác gì nhau, chúng nhờ A Lại Da làm nguyên nhân và sở duyên. Và khi một thế giới bên ngoài thực vốn chỉ là sự biểu hiện của chính cái tâm mình bị chấp chặt mà cho là thực, thì cái hệ thống tâm thức (tâm tụ: citta-kalapa) liên hệ hỗ tương được sinh ra trong tổng thể của nó. Giống như những con sóng biển, được vận hành bởi cơn gió của một thế giới bên ngoài là thế giới do chính cái tâm người ta biểu hiện ra, sinh khởi và biến diệt. Do đó bảy thức kia diệt theo với sự diệt của mặt na thức.” Hành giả nên luôn tỉnh thức rằng thân này đang biến đổi, và tâm này đang chạy đông chạy tây. Hãy dụng công tu tập cho đến khi chúng ta có thể nhận ra rằng tâm vốn tịch lặng giống như bản chất của nước vốn tịch lặng, bất biến và bất động cho dù sóng cứ trào lên và lặn xuống; và cho dù bọt sóng cứ thành hình và tan biến. Hành giả nên tự xem tâm mình như một con trâu. Thiền định giống như việc thuần hóa trâu vậy, nhưng kỳ thật, hành giả cũng không cần phải thuần hóa gì cả, mà chỉ cần quan sát trâu một cách liên tục. Chúng ta biết là chúng ta thấy tâm khi một niệm khởi lên. Cho tới khi nào chúng ta không còn thấy trâu và người giữ trâu nữa là chúng ta đã thấy được bản chất rỗng rang thật sự của tâm rồi đó! Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng vạn pháp đang hiển lộ trong tâm mình. Khi chúng ta nhìn quanh thì mình lại không thể thấy được tâm, nhưng không vì thế mà mình nói là không có tâm, vì thức vẫn sinh và diệt. Chúng ta cũng không thể nói là có cái gọi là tâm, vì không có dấu vết nào của nó cả. Các niệm đến và đi y hệt như ảo ảnh. Nếu chúng ta cố chấp giữ niệm trong tâm, vô hình trung chúng ta chỉ

chấp giữ ảo ảnh, và không có cách nào chúng ta giải thoát ra khỏi khổ đau phiền não của cõi ta bà này. Tuy nhiên, hành giả cũng không nên tìm cách xóa đi bất cứ gì trong tâm mình, bởi vì điều này không ai có thể làm được. Hãy nhận ra định luật duyên khởi, hãy nhìn thấy tánh không của vạn pháp. Hãy cứ mở mắt ra và nhìn thấy tất cả. Chúng ta sẽ thấy rằng tất cả chỉ nằm trong bản chất của tánh không rỗng rang mà thôi!

Thật vậy, trong Phật giáo, tâm tạo ra chư Phật, tâm tạo thiên đường, tâm tạo địa ngục. Tâm là động lực chính làm cho ta sung sướng hay đau khổ, vui hay buồn, trầm luân hay giải thoát. Trong Thiền, tâm được dùng để chỉ hoặc là tinh thần của một người theo nghĩa toàn bộ những sức mạnh về ý thức, tinh thần, trái tim, hay tâm hồn, hoặc là sự hiện thực tuyệt đối, tinh thần thật sự nằm bên ngoài nhị nguyên của tâm và vật. Để cho hành giả dễ hiểu hơn về Tâm, các vị thầy Phật giáo thường chia Tâm ra làm nhiều giai tầng, nhưng đối với Thiền, Tâm là một toàn thể vĩ đại, không có những thành phần hay phân bộ. Các đặc tính thể hiện, chiếu diệu và vô tướng của Tâm hiện hữu đồng thời và thường hằng, bất khả phân ly trong cái toàn thể. *Trong Kinh Điển Phật Giáo, Đức Phật Có Tám Lời Khuyên Cho Hành Giả Về Tu Tâm Như Sau:* Theo Kinh Pháp Hoa, Đức Phật đưa ra 8 lời khuyên về tu tâm của hành giả tu hành Bồ Tát đạo như sau: “Thứ nhất, một vị Bồ Tát không nên chất chứa lòng đố kỵ hay lừa dối trong tâm. Thứ hai, vị ấy không nên có tâm khinh thường, nhục mạ những người tu tập theo Phật đạo khác dù họ là những người sơ cơ, cũng không vạch ra những ưu hay khuyết điểm của họ. Thứ ba, nếu có người tìm cầu Bồ Tát đạo, vị ấy không có tâm làm cho họ chán nản khiến họ nghi ngờ và hối tiếc, cũng không nói những điều làm cho người ấy nhục chí. Thứ tư, vị ấy không có tâm ham mê bàn luận về các pháp hoặc tranh cãi mà nên nỗ lực tu tập thực hành để cứu độ chúng sanh. Thứ năm, vị ấy nên có tâm tưởng nghĩ đến việc cứu độ tất cả chúng sanh thoát khỏi khổ đau bằng tâm đại bi của mình. Thứ sáu, vị ấy nên có tâm luôn nghĩ đến chư Phật như nghĩ đến những đấng từ phụ. Thứ bảy, vị ấy nên luôn có tâm nghĩ tưởng đến những vị Bồ Tát khác như những vị thầy vĩ đại của mình. Thứ tám, vị ấy nên có tâm giảng pháp đồng đều cho tất cả chúng sanh mọi loài.”

Bên Cạnh Đó, Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật Đã Cho Chúng Ta Thấy Hương Thơm Pháp Cú Lúc Nào Cũng Sẵn Sàng Triệt Tiêu Mùi

Hương Giả Tạo Của Tâm, Nên Ngài Dạy: Kinh Pháp Cú gồm những thí dụ về giáo lý căn bản Phật giáo, rất phổ thông trong các xứ theo truyền thống Phật giáo nguyên thủy. Tuy nhiên, bộ kinh này thuộc văn học thế gian và được nhiều người biết đến ở các nước theo Phật giáo cũng như các nước không theo Phật giáo, vì ngoài những giáo lý của đạo Phật, bộ kinh còn chứa đựng những ý tưởng răn dạy chung mọi người. *Trong kinh Pháp Cú, phẩm Song Yếu, đức Phật dạy:* Trong các pháp, tâm dẫn đầu, tâm là chủ, tâm tạo tác tất cả. Nếu đem tâm ô nhiễm nói năng hoặc hành động, sự khổ sẽ theo nghiệp kéo đến như bánh xe lăn theo chân con vật kéo xe (Pháp Cú 1). Trong các pháp, tâm dẫn đầu, tâm làm chủ, tâm tạo tác tất cả. Nếu đem tâm thanh tịnh tạo nghiệp nói năng hoặc hành động, sự vui sẽ theo nghiệp kéo đến như bóng với hình (Pháp Cú 2). Nhà lợp không kín ắt bị mưa dột thế nào, kẻ tâm không tu tất bị tham dục lọt vào cũng thế (Pháp Cú 13). Nhà khéo lợp kín ắt không bị mưa dột, kẻ tâm khéo tu tất không bị tham dục lọt vào (Pháp Cú 14). Tuy tụng ít kinh mà thường y giáo hành trì, hiểu biết chân chánh, diệt trừ tham sân si, tâm hiền lành thanh tịnh, giải thoát và xả bỏ thế tục, thì dù ở cõi này hay cõi khác, người kia vẫn hưởng phần ích lợi của Sa-môn (Pháp Cú 20). *Trong kinh Pháp Cú, phẩm Buông Lung, đức Phật dạy:* Không buông lung đưa tới cõi bất tử, buông lung đưa tới đường tử sanh; người không buông lung thì không chết, kẻ buông lung thì sống như thầy ma (Pháp Cú 21). Kẻ trí biết chắc điều ấy, nên gắng làm chứ không buông lung. Không buông lung thì đặng an vui trong các cõi Thánh (Pháp Cú 22). Nhờ kiên nhẫn, đồng mãnh tu thiền định và giải thoát, kẻ trí được an ổn, chứng nhập Vô thượng Niết bàn (Pháp Cú 23). Không buông lung, mà ngược lại cố gắng, hăng hái, chánh niệm, khắc kỷ theo tịnh hạnh, sinh hoạt đúng như pháp, thì tiếng lành càng ngày càng tăng trưởng (Pháp Cú 24). Bằng sự cố gắng, hăng hái không buông lung, tự khắc chế lấy mình, kẻ trí tự tạo cho mình một hòn đảo chẳng có ngọn thủy triều nào nhận chìm được (Pháp Cú 25). Người ám độn ngu si đắm chìm trong vòng buông lung, nhưng kẻ trí lại chăm giữ tâm mình không cho buông lung như anh nhà giàu chăm lo giữ cửa (Pháp Cú 26). *Trong kinh Pháp Cú, phẩm Tâm, đức Phật dạy:* Tâm kẻ phàm phu thường xao động biến hóa rất khó chế phục gìn giữ, nhưng kẻ trí lại chế phục tâm mình làm cho chánh trực một cách dễ dàng, như thợ khéo uốn nắn mũi tên (Pháp Cú 33). Như con cá bị quăng lên bờ sợ sệt và vùng vẫy thế nào, thì cũng

như thế, các người hãy đem tâm lo sợ, phấn đấu để mau thoát khỏi cảnh giới ác ma (Pháp Cú 34). Tâm phàm phu cứ xoay vần theo ngũ dục, xao động không dễ nắm bắt; chỉ những người nào đã điều phục được tâm mình mới được yên vui (Pháp Cú 35). Tâm phàm phu cứ xoay vần theo ngũ dục, biến hóa u-ẩn khó thấy, nhưng người trí lại thường phòng hộ tâm mình, và được yên vui nhờ tâm phòng hộ ấy (Pháp Cú 36). Tâm phàm phu cứ lén lút đi một mình, đi rất xa, vô hình vô dạng như ẩn nấu hang sâu, nếu người nào điều phục được tâm, thì giải thoát khỏi vòng ma trói buộc (Pháp Cú 37). Người tâm không an định, không hiểu biết chánh pháp, không tín tâm kiên cố, thì không thể thành tựu được trí tuệ cao (Pháp Cú 38). Người tâm đã thanh tịnh, không còn các điều hoặc loạn, vượt trên những nghiệp thiện ác thông thường, là người giác ngộ, chẳng sợ hãi (Pháp Cú 39). Hãy biết rằng thân này mong manh như đồ gốm và giam giữ tâm người như thành quách, người hãy đánh dẹp ma quân với thanh huệ kiếm sẵn có của mình và nắm giữ phần thắng lợi, chớ đừng sanh tâm đấm trước (Pháp Cú 40). Thân này thật là ngắn ngủi! Nó sẽ ngủ một giấc dài dưới ba thước đất, vô ý thức bị vất bỏ như khúc cây khô vô dụng (Pháp Cú 41). Cái hại của kẻ thù gây ra cho kẻ thù hay oan gia đối với oan gia, không bằng cái hại của tâm niệm hướng về hành vi tà ác gây ra cho mình (Pháp Cú 42). Chẳng phải cha mẹ hay bà con nào khác làm, nhưng chính tâm niệm hướng về hành vi chánh thiện làm cho mình cao thượng hơn (Pháp Cú 43). *Trong kinh Pháp Cú, phẩm A La Hán, đức Phật dạy:* Những vị A-la-hán đã bỏ hết lòng sân hận, tâm như cội đất bằng, lại chí thành kiên cố như nhân đà yết la, như ao báu không bùn, nên chẳng còn bị luân hồi xoay chuyển (Pháp Cú 95). Những vị A-la-hán ý nghiệp thường vắng lặng, ngữ nghiệp hành nghiệp thường vắng lặng, lại có chánh trí giải thoát, nên được an ổn luôn (Pháp Cú 96). *Trong kinh Pháp Cú, phẩm Ngàn, đức Phật dạy:* Tụng đến ngàn câu vô nghĩa, chẳng bằng một câu có nghĩa lý, nghe xong tâm liền thanh tịnh (Pháp Cú 100). *Trong kinh Pháp Cú, phẩm Cấu Uế, đức Phật dạy:* Vì có tín tâm hoan hỷ nên người ta mới bố thí, trái lại kẻ có tâm ganh ghét người khác được ăn, thì ngày hoặc đêm kẻ kia không thể nào định tâm được (Pháp Cú 249). Nhưng kẻ nào đã cắt được, nhổ được, diệt được tâm tưởng ấy, thì ngày hoặc đêm, kẻ kia đều được định tâm (Pháp Cú 250). Không lửa nào dữ bằng lửa tham dục, không cố chấp nào bền bằng tâm sân giận, không lưới nào trói buộc bằng lưới ngu si,

không giống sông nào đắm chìm bằng sông ái dục (Pháp Cú 251). *Trong kinh Pháp Cú, phẩm Voi, đức Phật dạy:* Trong những thời quá khứ, ta cũng từng thả tâm theo dục lạc, tham ái và nhàn du, nhưng nay đã điều phục được tâm ta như con voi đã bị điều phục dưới tay người quản tượng tài giỏi (Pháp Cú 326). Hãy vui vẻ siêng năng, gìn giữ tự tâm để tự cứu mình ra khỏi nguy nan, như voi gắng sức để vượt khỏi chốn sa lầy (Pháp Cú 327). *Trong kinh Pháp Cú, phẩm Tỳ Kheo, đức Phật dạy:* Gìn giữ tay chân và ngôn ngữ, gìn giữ cái đầu cao, tâm mến thích thiền định, riêng ở một mình, thanh tịnh và tự biết đầy đủ, ấy là bậc Tỳ kheo (Pháp Cú 362). Hàng Tỳ kheo dù được chút ít cũng không sinh tâm khinh hiềm, cứ sinh hoạt thanh tịnh và siêng năng, nên đáng được chư thiên khen ngợi (Pháp Cú 366). Nếu với thân tâm không lằm chập là “ta” hay “của ta.” Vì không ta và của ta nên không lo sợ. Người như vậy mới gọi là Tỳ kheo (Pháp Cú 367). Hàng Tỳ kheo an trú trong tâm từ bi, vui thích giáo pháp Phật Đà, sẽ đạt đến cảnh giới tịch tịnh an lạc, giải thoát các hành (vô thường) (Pháp Cú 368).

Chương Sáu

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Phàm Nhân Trong Kinh Pháp Cú

Theo Phật giáo, mặc dầu Phàm Thánh đều cùng có bốn tánh như nhau là Phật tánh. Thánh Nhân đối lại với Phàm Nhân là những người chưa giác ngộ. Thánh là những bậc đã chứng đắc Chính Đạo. Trong khi phàm phu là hạng người ngu dốt tối tăm, nhưng luôn xét mình là một kẻ phàm phu đầy tham sân si, cùng với vô số tội lỗi chất chồng trong quá khứ, hiện tại và vị lai. Phàm phu chỉ “người bình thường,” hay một người của giai cấp thấp về bản chất và nghề nghiệp. Tên gọi khác của phàm phu. Trong Phật giáo, phàm phu được dịch là “dị sinh” vì do vô minh mà theo tà nghiệp chịu quả báo, không được tự tại, rơi vào các đường dữ. Trong Phật giáo Đại Thừa, tâm của phàm phu là tâm của những người không thể đạt được kiến đạo nên không nhận biết trực tiếp được tánh không. Do vậy họ đồng tình với những khái niệm giả tạo về thực tánh. Trong Phật giáo Nguyên Thủy, từ này chỉ những chúng sanh còn tham dục trần thế. Họ đối ngược lại với Thánh nhân, bao gồm cả những người đã đạt được một trong năm con đường siêu việt, từ Dự Lưu đến A La Hán.

Đức Phật Đã Cho Chúng Ta Thấy Hương Thơm Pháp Cú Lúc Nào Cũng Sẵn Sàng Triệt Tiêu Cái Mùi Khó Ngửi Trong Cung Cách Ứng Xử Của Phàm Nhân. Vì thế, trong kinh Pháp Cú, Phẩm V. Phẩm Ngu, từ kệ số 60 đến kệ số 75, Đức Phật đã dạy: “Đêm rất dài với những kẻ mất ngủ, đường rất xa với kẻ lữ hành mỗi một. Cũng thế, vòng luân hồi sẽ tiếp nối vô tận với kẻ ngu si không mình đạt chánh pháp (Pháp Cú 60). Không được kết bạn với kẻ hơn mình, không được kết bạn với kẻ ngang mình, thà quyết chí ở một mình tốt hơn kết bạn với người ngu muội (Pháp Cú 61). “Đây là con ta, đây là tài sản ta,” kẻ phàm phu thường lo nghĩ như thế, nhưng chẳng biết chính ta còn không thiệt có, huống là con ta hay tài sản ta? (Pháp Cú 62). Ngu mà tự biết ngu, tức là trí, ngu mà tự xưng rằng trí, chính đó mới thật là ngu (Pháp Cú 63). Người ngu suốt đời gần gũi người trí vẫn chẳng hiểu gì Chánh pháp, ví như cái muỗng múc canh luôn mà chẳng bao giờ biết được mùi vị của canh (Pháp Cú 64). Người trí dù chỉ gần gũi người trí trong

khoảnh khắc cũng hiểu ngay được Chánh pháp, chẳng khác gì cái lưỡi dù mới tiếp xúc với canh trong khoảnh khắc, đã biết ngay được mùi vị của canh (Pháp Cú 65). Kẻ phàm phu không giác ngộ nên đi chung với cừu địch một đường. Cũng thế, những người tạo ác nghiệp nhất định phải cùng ác nghiệp đi đến khổ báo (Pháp Cú 66). Những người gây điều bất thiện, làm xong ăn năn khóc lóc, nhỏ lệ dầm dề, vì biết mình sẽ phải thọ lấy quả báo tương lai (Pháp Cú 67). Những người tạo các thiện nghiệp, làm xong chẳng chút ăn năn, còn vui mừng hơn hở, vì biết mình sẽ thọ lấy quả báo tương lai (Pháp Cú 68). Khi ác nghiệp chưa thành thực, người ngu tưởng như đường mật, nhưng khi ác nghiệp đã thành thực, họ nhứt định phải chịu khổ đắng cay (Pháp Cú 69). Từ tháng này qua tháng khác, với món ăn bằng đầu ngọn cỏ Cô-sa (cỏ thơm), người ngu có thể lấy để nuôi sống, nhưng việc làm ấy không có giá trị bằng một phần mười của người tư duy Chánh pháp (Pháp Cú 70). Người cất sửa bờ, không phải chỉ sáng chiều đã thành ra vị để hồ được. Cũng thế, kẻ phàm phu tạo ác nghiệp tuy chẳng cảm thụ quả ác liền, nhưng nghiệp lực vẫn âm thầm theo họ như lửa ngún giữa tro than (Pháp Cú 71). Kẻ phàm phu, lòng thì muốn cầu được trí thức mà hành động lại dẫn tới diệt vong, nên hạnh phúc bị tổn hại mà trí tuệ cũng tiêu tan (Pháp Cú 72). Kẻ ngu xuẩn thường hay muốn danh tiếng mà mình không xứng: chỗ ngồi cao trong Tăng chúng, oai quyền trong Tăng lữ, danh vọng giữa các gia tộc khác (Pháp Cú 73). Hãy để cho người Tăng kẻ tục nghĩ rằng “sự này do ta làm, trong mọi việc lớn hay nhỏ đều do nơi ta cả.” Kẻ phàm phu cứ tưởng lầm như thế, nên lòng tham lam ngạo mạn tăng hoài (Pháp Cú 74). Một đàng đưa tới thế gian, một đàng đưa tới Niết bàn, hàng Tỷ kheo đệ tử Phật, hãy biết rõ như thế, chớ nên tham đắm lợi lạc thế gian để chuyên chú vào đạo giải thoát (Pháp Cú 75)."

Trong Anh ngữ, "mind" có nghĩa là trái tim, tinh thần, hay linh hồn. Mind với chữ "m" thường có nghĩa là chỗ ở của lý trí, "Mind" với chữ "M" viết hoa có nghĩa là chân lý tuyệt đối. Theo kinh nghiệm nhà thiền, thì tâm là toàn bộ tỉnh thức, nói cách khác lắng nghe khi nghe là tỉnh thức. Theo Hòa Thượng Dhammananda trong Những Hạt Ngọc Trí Tuệ Phật Giáo, tâm có thể được định nghĩa đơn giản là sự nhận thức về một đối tượng bởi không có một tác nhân hay linh hồn chỉ huy mọi hoạt động. Tâm bao gồm trạng thái tính thoáng qua luôn luôn trôi lên rồi mất đi nhanh như tia chớp. "Vì sinh ra để thành nguồn của nó và

chết đi để trở thành lối vào của nó, nó bền vững tràn trề như con sông nhận nước từ các suối nguồn bồi thêm vào dòng chảy của nó.” Mỗi thức nhất thời của dòng đời không ngừng thay đổi, khi chết đi thì truyền lại cho thức kế thừa toàn bộ năng lượng của nó, tất cả những cảm tưởng đã ghi không bao giờ phai nhạt. Cho nên mỗi thức mới gồm có tiềm lực của thức cũ và những điều mới. Tất cả những cảm nghĩ không phai nhạt được ghi vào cái tâm không ngừng thay đổi, và tất cả được truyền thừa từ đời này sang đời kia bất chấp sự phân hủy vật chất tạm thời nơi thân. Vì thế cho nên sự nhớ lại những lần sanh hay những biến cố trong quá khứ trở thành một khả năng có thể xảy ra. Tâm là con dao hai lưỡi, có thể xử dụng cho cả thiện lẫn ác. Một tư tưởng nổi lên từ một cái tâm vô hình có thể cứu hay phá hoại cả thế giới. Một tư tưởng như vậy có thể làm tăng trưởng hay giảm đi dân cư của một nước. Tâm tạo Thiên đàng và địa ngục cho chính mình. Tâm còn được định nghĩa như là toàn bộ hệ thống của thức, bốn nguyên thanh tịnh, hay tâm. Citta thường được dịch là “ý tưởng.” Trong Kinh Lăng Già cũng như trong các kinh điển Đại Thừa khác, citta được dịch đúng hơn là “tâm.” Khi nó được định nghĩa là “sự chất chứa” hay “nhà kho” trong đó các chủng tử nghiệp được cất chứa, thì citta không chỉ riêng nghĩa ý tưởng mà nó còn có ý nghĩa có tính cách hữu thể học nữa. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Tâm dẫn đầu các hành vi, tâm là chủ, tâm tạo tác tất cả.”

Tâm chúng sanh như vườn chuyển cây, hãy để cho nó đi nơi nào nó muốn; tuy nhiên, Kinh Kim Cang đề nghị: “Hãy tu tập tâm và sự tỉnh thức sao cho nó không trụ lại nơi nào cả.” Tâm không trụ vào đâu. Hãy để cho quá khứ đi vào quá khứ. Tâm vô sở trụ là tâm chẳng chấp vào không gian hay thời gian. Cái tâm quá khứ tự nó sẽ dứt, tức gọi là vô quá khứ sự, với hiện tại và vị lai lại cũng như vậy (tâm hiện tại rồi sẽ tự dứt, tức gọi là vô hiện tại sự; tâm vị lai rồi cũng sẽ tự dứt, tức gọi là vô vị lai sự), nhận biết chư pháp không thật nên không chấp trước. Tâm đó gọi là tâm vô sở trụ hay tâm giải thoát, tâm Phật, tâm Bồ Đề; tâm không vướng mắc vào ý tưởng sanh diệt (vô sinh tâm), đầu đuôi. Theo ngài Tế Tĩnh Đại Sư, Tổ thứ 12 trong Liên Tông Thập Tam Tổ của Trung Quốc, có hai thứ lực là tâm lực và nghiệp lực. Dù nghiệp lực có lớn, nhưng tâm lực lại càng lớn hơn. Bởi vì nghiệp kia nguyên lai không có tự tánh, nghĩa là nghiệp không có sẵn, mà chỉ hoàn toàn

nướng vào nơi tâm. Vì thế khi tâm chú trọng thì làm cho nghiệp mạnh thêm. Tâm có thể tạo nghiệp thì cũng chính tâm có thể diệt nghiệp.

Trong Phật giáo không có sự phân biệt giữa tâm và thức. Cả hai đều được dùng như đồng nghĩa. Tâm trí con người ảnh hưởng sâu đậm trên cơ thể. Nếu để tâm ta hoạt động tội lỗi và nuôi dưỡng tư tưởng bất thiện, tâm có thể gây ra những thảm họa. Tâm có thể giết chúng sanh, nhưng tâm có thể chữa khỏi thân bệnh. Khi tâm trí được tập trung về những tư tưởng lành mạnh với cố gắng và hiểu biết chính đáng, hiệu quả mà nó có thể sinh ra rất rộng lớn. Tâm trí với tư tưởng trong sáng và lành mạnh thực sự đưa đến một cuộc sống khỏe mạnh thoải mái. Chính vì thế mà Đức Phật dạy: “Không có kẻ thù nào làm hại chúng ta bằng tư tưởng tham dục, đố kỵ, ganh ghét, vân vân. Một người không biết điều chỉnh tâm mình cho thích hợp với hoàn cảnh thì chẳng khác gì thấy ma trong quan tài. Hãy nhìn vào nội tâm và cố gắng tìm thấy lạc thú trong lòng và bạn sẽ thấy một suối nguồn vô tận lạc thú trong nội tâm sẵn sàng cho bạn vui hưởng. Chỉ khi tâm trí được kềm chế và giữ đúng trên con đường chính đáng của sự tiến bộ nhịp nhàng thứ tự thì nó sẽ trở nên hữu ích cho sở hữu chủ và cho xã hội. Tâm phóng túng bừa bãi sẽ là mối nguy cơ. Tất cả sự tàn phá gieo rắc trên thế giới này đều do sự tạo thành loài người mà tâm trí không được huấn luyện, kềm chế, cân nhắc và thăng bằng. Bình tĩnh không phải là yếu đuối. Một thái độ bình tĩnh luôn thấy trong con người có văn hóa. Chẳng khó khăn gì cho một người giữ được bình tĩnh trước những điều thuận lợi, nhưng giữ được bình tĩnh khi gặp việc bất ổn thì thực là khó khăn vô cùng. Bằng sự bình tĩnh và tự chủ, con người xây được sức mạnh nghị lực. Tâm bị ảnh hưởng bởi sự bất an, khiêu khích, nóng giận, cảm xúc, và lo lắng. Chúng ta không nên đi đến một quyết định vội vàng nào đối với bất cứ vấn đề gì khi bạn đang ở trong một tâm trạng bất an hay bị khiêu khích, ngay cả lúc bạn thoải mái ảnh hưởng bởi cảm xúc, vì quyết định trong lúc cảm xúc bạn có thể phải hối tiếc về sau này. Nóng giận là kẻ thù tệ hại nhất của chính bạn. Tâm là người bạn tốt nhất, mà cũng là kẻ thù tệ hại nhất. Bạn phải cố gắng tiêu diệt những đam mê của tham, sân, si tiềm ẩn trong tâm bằng cách tu tập giới định huệ. Bí quyết của đời sống hạnh phúc và thành công là phải làm những gì cần làm ngay từ bây giờ, và đừng lo lắng về quá khứ cũng như tương lai. Chúng ta không thể trở lại tái tạo được quá khứ và cũng không thể tiên liệu mọi thứ có thể xảy ra cho tương lai. Chỉ có khoảng

thời gian mà chúng ta có thể phần nào kiểm soát được, đó là hiện tại. Trong Những Hạt Ngọc Trí Tuệ Phật Giáo, Hòa Thượng Dhammananda đã khẳng định: “Nếu bạn không muốn có kẻ thù, trước tiên bạn phải giết kẻ thù lớn nhất chính nơi bạn, đó là sự nóng giận của bạn. Hơn nữa, nếu bạn hàm hồ hành động có nghĩa là bạn đã làm đúng những ước vọng của kẻ thù bạn, vô tình bạn đã sa vào bẫy của họ. Bạn không nên nghĩ rằng bạn chỉ học hỏi được từ những người tán dương, giúp đỡ và thân cận gần gũi bạn. Có nhiều điều bạn có thể học hỏi được từ kẻ thù; bạn không nên nghĩ rằng họ hoàn toàn sai vì họ là kẻ thù của bạn. Kẻ thù của bạn đôi khi có nhiều đức tính tốt mà bạn không ngờ được. Bạn không thể nào loại bỏ kẻ thù bằng cách lấy oán báo oán. Nếu làm như vậy bạn sẽ tạo thêm kẻ thù mà thôi. Phương pháp tốt nhất và đúng nhất để chống lại kẻ thù là mang lòng thương yêu đến họ. Bạn có thể nghĩ rằng điều đó không thể làm được hay vô lý. Nhưng phương pháp đó đã được người trí đánh giá rất cao. Khi bạn bắt đầu biết một người nào đó rất giận dữ với bạn, trước nhất bạn hãy cố gắng tìm hiểu nguyên nhân chính của sự thù hận đó; nếu là lỗi của bạn thì bạn nên thừa nhận và không ngần ngại xin lỗi người đó. Nếu là do sự hiểu lầm giữa hai người thì bạn nên giải bày tâm sự và cố gắng làm sáng tỏ cho người đó. Nếu vì ganh ghét hay cảm nghĩ xúc động nào đó, hãy đem lòng từ ái đến cho người ấy để bạn có thể ảnh hưởng người đó bằng năng lượng tinh thần. Cũng theo Tỳ Kheo Piyananda trong Những Hạt Ngọc Trí Tuệ Phật Giáo, bạn không thể chạy trốn khỏi tâm. Với thiền bạn có thể huấn luyện cho tâm bình tĩnh và thoát khỏi những xáo trộn bên trong hay bên ngoài. Áp dụng tập trung tỉnh thức với những hỗn loạn bên trong và mâu thuẫn tinh thần, quan sát hay chú tâm đến tất cả những trạng thái thay đổi của tâm. Khi tâm được phát triển đúng cách, nó sẽ mang lại niềm vui và hạnh phúc nhất. Nếu tâm bị xao lãng nó sẽ mang lại cho bạn trở ngại và khó khăn không thể kể xiết. Tâm kỷ luật rất mạnh mẽ và hữu hiệu. Người trí huấn luyện tâm họ như người ta huấn luyện ngựa vậy. Vì thế bạn nên quan sát tâm mình. Khi bạn ngồi một mình bạn nên quan sát những thay đổi nơi tâm. Chỉ nên quan sát mà không chống cự lại hay trốn chạy hay kiểm soát những thay đổi ấy. Khi tâm đang ở trạng thái tham dục, nên tỉnh thức biết mình đang có tâm tham dục. Khi tâm đang ở trạng thái sân hận hay không sân hận, nên tỉnh thức biết mình đang có tâm sân hận hay tâm không sân hận. Khi tâm tập trung hay tâm không

lung, bạn nên tỉnh thức biết mình đang có tâm tập trung hay tâm mông lung. Bạn nên luôn nhớ nhiệm vụ của mình là quan sát những hoàn cảnh thay đổi mà không đồng hóa với chúng. Nhiệm vụ của bạn là không chú tâm vào hoàn cảnh bên ngoài mà chú tâm vào chính bạn. Quả là khó khăn, nhưng có thể làm được. Hành giả tu Phật hãy luôn cố gắng trau dồi độ lượng, vì độ lượng giúp bạn tránh những phán xét vội vàng, thông cảm với những khó khăn của người khác, tránh phê bình ngụy biện để nhận thức rằng cả đến người tài ba nhất cũng không thể không sai lầm; nhược điểm mà bạn tìm thấy nơi người cũng có thể là nhược điểm của chính bạn. Khiêm nhường không phải là nhu nhược, mà khiêm nhường là cái thước đo của người trí để hiểu biết sự khác biệt giữa cái hiện tại và cái sẽ đến. Chính Đức Phật đã bắt đầu sứ mệnh hoàng pháp của Ngài bằng đức khiêm cung là loại bỏ tất cả niềm kiêu hãnh của một vị hoàng tử. Ngài đã đạt Thánh quả nhưng chẳng bao giờ Ngài mất cái hồn nhiên, và chẳng bao giờ Ngài biểu lộ tánh kẻ cả hơn người. Những lời bình luận và ngụ ngôn của Ngài chẳng bao giờ hoa mỹ hay phô trương. Ngài vẫn luôn có thì giờ để tiếp xúc với những người hèn kém nhất. Kiên nhẫn với tất cả mọi chuyện. Nóng giận đưa đến rừng rậm không lối thoát. Trong khi nóng giận chẳng những chúng ta làm bức bối và làm người khác khó chịu vô cùng, mà chúng ta còn làm tổn thương chính mình, làm yếu đi thể chất và rối loạn tâm. Một lời nói cộc cằn giống như một mũi tên từ cây cung bắn ra không bao giờ có thể lấy lại được dù cho bạn có xin lỗi cả ngàn lần.

Cũng Trong Kinh Pháp Cú, Phẩm I. Phẩm Phẩm Song Yếu, Đức Phật đã dạy: Trong các pháp, tâm dẫn đầu, tâm là chủ, tâm tạo tác tất cả. Nếu đem tâm ô nhiễm nói năng hoặc hành động, sự khổ sẽ theo nghiệp kéo đến như bánh xe lăn theo chân con vật kéo xe (Pháp Cú 1). Trong các pháp, tâm dẫn đầu, tâm làm chủ, tâm tạo tác tất cả. Nếu đem tâm thanh tịnh tạo nghiệp nói năng hoặc hành động, sự vui sẽ theo nghiệp kéo đến như bóng với hình (Pháp Cú 2). Nhà lợp không kín ắt bị mưa dột thế nào, kẻ tâm không tu tất bị tham dục lọt vào cũng thế (Pháp Cú 13). Nhà khéo lợp kín ắt không bị mưa dột, kẻ tâm khéo tu tất không bị tham dục lọt vào (Pháp Cú 14). Cũng trong kinh Pháp Cú, Phẩm III. Phẩm Tâm, từ kệ số 33 đến kệ số 43, Đức Phật đã dạy: Tâm kẻ phàm phu thường xao động biến hóa rất khó chế phục gìn giữ, nhưng kẻ trí lại chế phục tâm mình làm cho chánh trực một cách dễ

dàng, như thợ khéo uốn nắn mũi tên (Pháp Cú 33). Như con cá bị quăng lên bờ sợ sệt và vùng vẫy thế nào, thì cũng như thế, các người hãy đem tâm lo sợ, phấn đấu để mau thoát khỏi cảnh giới ác ma (Pháp Cú 34). Tâm phàm phu cứ xoay vần theo ngũ dục, xao động không dễ nắm bắt; chỉ những người nào đã điều phục được tâm mình mới được yên vui (Pháp Cú 35). Tâm phàm phu cứ xoay vần theo ngũ dục, biến hóa u-ẩn khó thấy, nhưng người trí lại thường phòng hộ tâm mình, và được yên vui nhờ tâm phòng hộ ấy (Pháp Cú 36). Tâm phàm phu cứ lén lút đi một mình, đi rất xa, vô hình vô dạng như ẩn nấu hang sâu, nếu người nào điều phục được tâm, thì giải thoát khỏi vòng ma trói buộc (Pháp Cú 37). Người tâm không an định, không hiểu biết chánh pháp, không tín tâm kiên cố, thì không thể thành tựu được trí tuệ cao (Pháp Cú 38). Người tâm đã thanh tịnh, không còn các điều hoặc loạn, vượt trên những nghiệp thiện ác thông thường, là người giác ngộ, chẳng sợ hãi (Pháp Cú 39). Cái hại của kẻ thù gây ra cho kẻ thù hay oan gia đối với oan gia, không bằng cái hại của tâm niệm hướng về hành vi tà ác gây ra cho mình (Pháp Cú 42). Chẳng phải cha mẹ hay bà con nào khác làm, nhưng chính tâm niệm hướng về hành vi chánh thiện làm cho mình cao thượng hơn (Pháp Cú 43). Cũng trong kinh Pháp Cú, Phẩm VII, Phẩm A La Hán, Đức Phật đã dạy: Những vị A-la-hán đã bỏ hết lòng sân hận, tâm như cội đất bằng, lại chí thành kiên cố như nhân đà yết la, như ao báu không bùn, nên chẳng còn bị luân hồi xoay chuyển (Pháp Cú 95). Những vị A-la-hán ý nghiệp thường vắng lặng, ngũ nghiệp hành nghiệp thường vắng lặng, lại có chánh trí giải thoát, nên được an ổn luôn (Pháp Cú 96). Cũng trong kinh Pháp Cú, Phẩm XXIII, Phẩm Voi, Đức Phật đã dạy: Trong những thời quá khứ, ta cũng từng thả tâm theo dục lạc, tham ái và nhàn du, nhưng nay đã điều phục được tâm ta như con voi đã bị điều phục dưới tay người quản tượng tài giỏi (Pháp Cú 326). Hãy vui vẻ siêng năng, gìn giữ tự tâm để tự cứu mình ra khỏi nguy nan, như voi gắng sức để vượt khỏi chốn sa lầy (Pháp Cú 327).

Chương Bảy

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Các Bậc Trí Giả Trong Kinh Pháp Cú

Người trí theo Phật giáo là người sáng suốt hiểu biết tường tận sự vật đúng như thật sự sự vật là như vậy, là thấu triệt thực tướng của sự vật, tức là thấy rõ bản chất vô thường, khổ, vô ngã của ngũ uẩn ngay trong chính mình. Không phải tự mình hiểu biết mình một cách dễ dàng vì những khái niệm sai lầm, những ảo tưởng vô căn cứ, những thành kiến và ảo giác. Thật là khó mà thấy được con người thật của chúng ta. Đức Phật dạy rằng muốn có thể làm được một người hiểu biết theo Phật giáo, chúng ta phải trước hết thấy và hiểu sự vô thường nơi ngũ uẩn. Ngài ví sắc như một khối bọt, thọ như bong bóng nước, tưởng như ảo cảnh, hành lậu bều như lục bình trôi, và thức như ảo tưởng. Đức Phật dạy: “Bất luận hình thể vật chất nào trong quá khứ, vị lai và hiện tại, ở trong hay ở ngoài, thô thiển hay vi tế, thấp hay cao, xa hay gần... đều trống rỗng, không có thực chất, không có bản thể. Cùng thể ấy, các uẩn còn lại: thọ, tưởng, hành, thức... lại cũng như vậy. Như vậy ngũ uẩn là vô thường, mà hễ cái gì vô thường thì cái đó là khổ, bất toại và vô ngã. Ai hiểu được như vậy là hiểu được chính mình.” Người trí là người luôn an trú trong giới luật, luôn phát triển tâm thức và trí huệ, luôn nhiệt tâm và thận trọng. Con người ấy luôn vượt thoát mọi phiền trước. Người có trí cũng còn là một người khéo biết tu tập giáo pháp của các bậc hiền trí chân nhân nên chỉ chú tâm vào những gì đáng được chú tâm mà thôi. Một vị Thánh đệ tử như vậy luôn sống với sự phòng hộ các căn, thiếu dục tri túc, không lỗi lầm, để thành đạt mục đích tối thượng của đời sống phạm hạnh. Chính vì mục đích ấy mà nhiều vị thiện nam tử, thiện nữ nhân đã xuất gia sống không gia đình. Khi tất cả các lậu hoặc của các vị ấy đã được đoạn trừ bằng nhiều cách khác nhau như vậy, đó quả thật là một vị Thánh đệ tử đã hoàn toàn diệt tận mọi nhiễm ô, chặt đứt mọi kiết sử (dây trói buộc) và chấm dứt dòng sinh tử luân hồi ngay trong đời này kiếp này.

Người trí là người hiểu rõ chân lý và không mê lầm nhân quả. Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có bảy thượng nhân pháp: tri pháp, tri nghĩa, tự tri, tri lượng, tri thời, tri chúng, và tri nhân.

Người có trí huệ thì luôn liễu tri Phật Pháp, và vì thương xót chúng sanh mê muội và làm những việc đảo điên mà họ tu hạnh Bồ Tát và hồi hướng những thiện căn đến chúng sanh. Ngoài ra, người trí luôn hồi quang phản chiếu, luôn tự xét lấy mình. Kỳ thật, họ mới chính thật là những Phật tử chân thuần. Thiền sư Nguyên Hiếu (617-686) dạy: "Mọi người đều biết giải quyết cái đói bằng thức ăn. Nhưng ít người biết rằng Phật pháp chính là phương thuốc chữa cái ngu si của mình. Trí tuệ và tu tập giống như hai bánh của chiếc xe bò. Làm lợi cho người khác mà cũng vừa làm lợi cho chính mình, trí tuệ và tu tập giống như hai cánh của một con chim. Tứ đại chẳng bao lâu cũng chia lìa, không còn có thể kết hợp lâu dài nữa. Khi gần đến buổi chiều, bạn mới tiếc là buổi sáng đã không sớm tu tập. Lạc thú trần gian mà bạn đang hưởng đang biến thành khổ đau cho tương lai. Vậy thì tại sao bạn lại bám chặt lấy những lạc thú ấy? Một khoảnh khắc kiên nhẫn sẽ biến thành hạnh phúc bền vững. Vậy tại sao bạn không tu tập?"

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng lan tỏa và hòa quyện với hương thơm của Bạc Trí Giả. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm VI, Phẩm Trí Giả, từ kệ số 76 đến kệ số 89, Đức Phật đã dạy: Nếu gặp được người hiền trí thường chỉ bày lỗi lầm và khiển trách mình những chỗ bất toàn, hãy nên kết thân cùng họ và xem như bậc trí thức đã chỉ kho tàng bảo vật. Kết thân với người trí thì lành mà không dữ (Pháp Cú 76). Những người hay khuyên răn dạy dỗ, ngăn ngừa tội lỗi kẻ khác, được người lành kính yêu bao nhiêu thì bị người dữ ghét bỏ bấy nhiêu (Pháp Cú 77). Chớ nên làm bạn với người ác, chớ nên làm bạn với người kém hèn, hãy nên làm bạn với người lành, với người chí khí cao thượng (Pháp Cú 78). Được uống nước Chánh pháp thì tâm thanh tịnh an lạc, nên người trí thường vui mừng, ưa nghe Thánh nhân thuyết pháp (Pháp Cú 79). Người tưới nước lo dẫn nước, thợ làm cung tên lo uốn cung tên, thợ mộc lo nẩy mực đo cây, còn người trí thì lo tự điều phục lấy mình (Pháp Cú 80). Như ngọn núi kiên cố, chẳng bao giờ bị gió lay, cũng như thế, những lời hủy báng hoặc tán dương chẳng bao giờ làm lay động người đại trí (Pháp Cú 81). Như nước hồ sâu, vừa yên lặng trong sạch, những người có trí tuệ sau khi nghe pháp, tâm họ cũng thanh tịnh và yên lặng (Pháp Cú 82). Người lành thường xa lìa mà không bàn đến những điều tham dục. Kẻ trí đã xa lìa những niệm mừng lo, nên chẳng còn bị lay động vì khổ lạc (Pháp Cú 83). Không vị tình thiên hạ, cũng không vị tình một người

nào, người trí không làm bất cứ điều gì sai quấy: không nên cầu con trai, sự giàu có, vương quốc bằng việc sai quấy; không nên cầu mong thành công của mình bằng những phương tiện bất chánh. Được vậy mới thật là người đạo đức, trí tuệ và ngay thẳng (Pháp Cú 84). Trong nhân loại chỉ có một ít người đạt đến bến bờ kia, còn bao nhiêu người khác thì đang bồi hồi vờ vẩn tại bờ này (Pháp Cú 85). Những người nào hay thuyết pháp, hay theo Chánh pháp tu hành, thì được đạt tới bờ kia, thoát khỏi cảnh giới tà ma khó thoát (Pháp Cú 86). Người trí hãy nên rời bỏ hắc pháp (ác pháp) mà tu tập bạch pháp (thiện pháp), xa gia đình nhỏ hẹp, xuất gia sống độc thân theo pháp tắc Sa-môn (Pháp Cú 87). Người trí phải gột sạch những điều cấu uế trong tâm, hãy cầu cái vui Chánh pháp, xa lìa ngũ dục mà chứng Niết bàn (Pháp Cú 88). Người nào thường chính tâm tu tập các phép giác chi, xa lìa tánh cố chấp, rời bỏ tâm nhiễm ái, diệt hết mọi phiền não để trở nên sáng suốt, thì sẽ giải thoát và chứng đắc Niết bàn ngay trong đời hiện tại (Pháp Cú 89).

Chương Tám

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Những Bậc A La Hán Trong Kinh Pháp Cú

Trong Phật giáo, có bốn danh hiệu ám chỉ bốn bậc sa môn: Thứ nhất là Hoàng Lam Hoa Sa Môn hay là bậc Thánh giả của quả Tu Đà Hoàn. Thứ nhì là Phân Đà Lợi Hoa Sa Môn hay là bậc Thánh giả của quả Tư Đà Hàm. Thứ ba là Nhu Nhuyễn Sa Môn hay là bậc Thánh giả của quả A Na Hàm. Thứ tư là Nhu Nhuyễn Trung Nhu Nhuyễn Sa Môn hay là bậc Thánh giả của quả A La Hán. Trong bốn thánh quả này thì A La Hán là vị trí cao nhất. A La Hán có nghĩa là “Bồ Ma,” hay “Ứng Cúng.” Trong thời Phật giáo Ấn Độ nguyên thủy, A La Hán là một hình ảnh đáng kính nhất trong cộng đồng Phật giáo, vì A La Hán là bậc đã đạt được Niết Bàn, bậc đã cắt đứt phiền não và sẽ không còn tái sinh trong thế giới khổ đau nữa. Theo Phật giáo Nguyên Thủy, A La Hán là mức độ đạt đạo cao nhất trong Phật giáo Nguyên Thủy. A La Hán là bậc đã đạt tới giai đoạn “Vô Học.” Đây là Thánh quả cao nhất trong Tứ Thánh Quả Tiểu Thừa. Và từ A La Hán còn được dùng như là một trong mười danh hiệu của Đức Phật. Tuy nhiên, trong các tác phẩm gần đây của trường phái Đại Thừa, A La Hán cùng với Độc Giác Phật được các thầy Đại Thừa ám chỉ như là sự tu tập ở cấp thấp. Các vị này hạ thấp giá trị của A La Hán vì cho rằng sự tu tập theo A La Hán và Độc Giác Phật là tự kỷ và chưa đạt được trí tuệ tánh không của Đại Thừa. A La Hán là một vị đã dứt trừ mọi phiền não, người đã thành tựu những gì cần thành tựu và đã đạt đến giác ngộ, không còn phải luân hồi sinh tử nữa. Một vị Thanh Văn đã đạt được quả vị giác ngộ cao nhất. A La Hán tượng trưng cho mẫu mực đức hạnh thanh tịnh. Thế nên A La Hán là một đối tượng đáng kính và ruộng phước điền cho chúng sanh khác cúng dường, cũng như noi theo mà tu tập. Có nhiều người cho rằng lý tưởng A La Hán là thấp hơn lý tưởng Bồ Tát, kỳ thật hai bậc đó đều được xem trọng như nhau, và mỗi lý tưởng có một ý nghĩa đặc biệt của nó. A La Hán là một trong những quả vị trên bước đường tu tập. Người đã đạt được A La Hán, tức Thánh quả vị thứ tư, không còn tái sinh. Sau khi chết người ấy vào Niết bàn. Đây là quả vị cao nhất cho các hàng Thanh văn. A La Hán là một vị

Thánh đã giải thoát khỏi luân hồi sanh tử, bằng cách sống đời tịnh hạnh đúng theo lời Phật dạy. Đây là mục tiêu tối thượng của trường phái Theravada, đối lại với quả vị Bồ Tát trong trường phái Đại thừa. Không cần phải học nữa vì đã đoạn tận vọng hoặc và đạt thành giác ngộ. Khi đạt tới giai đoạn này, hành giả không cần phải học hay cố gắng thành tựu theo tôn giáo. Đây là giai đoạn của bậc A La Hán, giai đoạn thứ tư trong Thanh Văn Thừa, ba giai đoạn trước là hữu học.

Từ Nam Phạn ‘Arahanta’ có nghĩa là “Ứng Cúng.” Từ này cũng có nghĩa là giết hoặc tiêu diệt kẻ thù hoặc phiền não. Nên ‘A La Hán’ là một vị đã giải thoát tất cả các phiền não như khao khát, sân hận, si mê, vân vân. Đây là một quả vị lý tưởng trong Phật giáo Nguyên Thủy; một vị đã loại trừ được hết thảy những nhiễm ô và phiền não một cách hoàn toàn và chúng sẽ không còn tái xuất hiện trong tương lai nữa. Đến lúc viên tịch thì vị A La Hán sẽ nhập niết bàn, và sẽ không không còn tái sanh nữa. Mặc dầu A La Hán thường bị các kinh văn Đại Thừa chỉ trích một cách nghiêm khắc là theo đuổi mục tiêu giải thoát niết bàn cá nhân vị kỷ, họ là những vị “ứng cúng” vì họ đã đạt được sự phát triển tâm linh cao độ. Hình ảnh của vị La Hán đã trở nên phổ cập trên khắp các vùng Đông Á, đặc biệt là trong Thiền Tông, vì Thiền nhấn mạnh đến sự giải thoát cá nhân. Những biểu tượng sớm nhất về A La Hán được biết đến ở Trung Hoa là vào thế kỷ thứ bảy, và chủ đề A La Hán đã trở nên phổ biến rộng rãi vào những thế kỷ thứ chín và thứ mười. Ngày nay những nhóm hình ảnh của 500 vị La Hán thường được thấy khắp các thiền viện, và vài tự viện lớn đã xây riêng một A La hán Đường. Người ta cũng nên nhắc lại là từ A La Hán cũng dành để chỉ chư Phật, vì chư Phật cũng là những bậc đã đoạn trừ hết nhiễm ô và nhập niết bàn khi viên tịch. Trong thời Phật giáo nguyên thủy, từ “A La Hán” được định nghĩa như là người đã đạt được bản chất thật của các pháp và Đức Phật được coi là vị A La Hán đầu tiên. Sau thời pháp “Chuyển Pháp Luân,” năm anh em Kiều Trần Như cũng trở thành những bậc A La Hán. Theo Tương Ưng Bộ Kinh, Tăng Chi Bộ Kinh và Trung Bộ Kinh, A La Hán là người hiểu lý duyên sanh, đã diệt tận ba lậu hoặc, tu tập thất bồ đề phần, cởi bỏ ngũ chướng, thoát khỏi ngũ phiền não và mười tà kiến. Vị ấy tu tập giới, định và đạt được nhiều năng lực siêu nhiên cũng như thức tỉnh được bản chất đau khổ của thế giới ta bà. Vị ấy đã tu tập tứ thiền, bát định, bát thắng trí, tam minh... đưa đến giải thoát an lạc tối hậu, thoát khỏi vĩnh viễn vòng trôi buộc

của luân hồi sanh tử, và trở thành bậc xứng đáng được cúng dường ở thế gian này.

Theo Thượng Tọa Bộ, A La Hán là một bậc hoàn thiện hoàn mỹ; nhưng theo Đại Chúng Bộ, A La Hán chưa phải là bậc hoàn mỹ, họ vẫn còn bị những nghi hoặc quấy nhiễu và vẫn còn rất nhiều điều chưa được liễu giải. Chính vì thế mà Phật Giáo Đại Thừa khuyên Phật tử không nên đề cao lý tưởng A La Hán. Thay vì vậy, nên noi gương những bậc đã hiến trọn đời mình, đã hy sinh tự ngã và không ngừng cố gắng nhằm đạt đến mục đích cứu độ chúng sanh cũng như cảnh giới của chư Phật. Trong Tương Ưng Bộ Kinh, Đức Phật không có sự phân biệt khác nhau giữa Ngài và A La Hán: “Nầy các Tỳ Kheo! Như Lai là bậc A La Hán, là bậc giác ngộ hoàn toàn, làm cho con đường khởi lên mà trước đó chưa khởi, đem đến con đường mà trước đó chưa có, tuyên bố con đường mà trước đó chưa được tuyên bố. Ngài là người biết, hiểu và thiện xảo về con đường. Và nầy các Tỳ Kheo, các đệ tử của Ngài là những vị sống theo đạo, tiếp tục thành tựu đạo. Nầy các Tỳ Kheo, đó là sự sai biệt, điểm đặc biệt để phân biệt Như Lai, bậc A La Hán, hoàn toàn giác ngộ với các Tỳ Kheo được giải thoát nhờ trí tuệ.” Theo tác phẩm “Bậc Toàn Thiện trong Phật Giáo”, Nathan Katz đã chỉ ra rằng: “A La Hán được nói là đồng với Đức Phật về phương diện chứng đạt và giải thoát vì cả hai đều hoàn toàn vượt qua các kiết sử lậu hoặc. Trong Kinh Na Tiên Tỳ Kheo, A La Hán nổi bật sáng chói và trầm tĩnh giữa các Tỳ Kheo khác, bởi lẽ các ngài có sự giải thoát và an tĩnh trong thân tâm. A La Hán được gọi trân báu của sự giải thoát.

A-la-hán còn có ba nghĩa: Ứng Cúng, Bố Ma, và Vô Sanh Pháp Nhẫn. Thứ nhất là Ứng Cúng. Bậc xứng đáng được cúng dường của người và trời, là bậc đã xa lìa mọi điều ác, một trong mười danh hiệu của Như Lai. Người ta tin rằng nếu bạn cúng dường cho một vị A La Hán thì bạn được vô lượng phước đức, không có cách chi mà tính toán cho được. Thứ nhì là Bố Ma, hay sát tặc, hay phá si. Đây là bậc đã tiêu diệt hết ma chướng não phiền. Ma chướng phiền não ở đây không phải là ngoại ma, mà những tên giặc ở ngay bên trong chính bạn: giặc si mê, giặc phiền não, giặc tham, sân, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng. vân vân. Bạn không biết, nhưng chúng âm thầm cướp mất đi hết đạo đức của bạn. Thứ ba là Vô sanh pháp nhẫn, tức là bậc không còn tái sanh vì đã diệt hết nghiệp luân hồi sanh tử. Những bậc này còn được gọi là Đại A La Hán. Trong thời Đức Phật còn tại thế, Đại A La

Hán là các vị đã bậc vốn là Pháp Thân Đại Sĩ, đã chứng được Pháp Thân, thị hiện ra làm đệ tử Phật. Các bậc này đều chứng thực phép tu bất khả tư nghì Phật Pháp, cho nên gọi là Đại A La Hán. Từ khi Đức Phật chuyển Pháp Luân, các bậc này lúc nào cũng theo Phật, mang lại lợi ích cho khắp cõi nhân thiên, cho nên được đại chúng biết đến (trong các kinh Phật đều có kể đến 1.250 vị).

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm của những bậc A La Hán lúc nào cũng lan tỏa khắp trong vườn hoa Pháp Cú. Vì vậy mà trong kinh Pháp Cú, Phẩm VII, Phẩm A La Hán, từ kệ số 90 đến kệ số 99, Đức Phật đã dạy: “A La Hán là người đã giải thoát hết thảy, đã dứt hết thảy buộc ràng, là người đi đường đã đến đích (Pháp Cú 90). Kể dừng mãnh chánh niệm, tâm không ưa thích tại gia, ví như con ngỗng khi ra khỏi ao, chúng bỏ lại cái nhà ao hồ của chúng không chút nhớ tiếc (Pháp Cú 91). Những vị A-la-hán không chất chứa tài sản, biết rõ mục đích sự ăn uống, tự tại đi trong cảnh giới “không, vô tướng, giải thoát” như chim bay giữa hư không (Pháp Cú 92). Những vị A-la-hán, dứt sạch các hoặc lậu, không tham đắm uống ăn, tự tại đi trong cảnh giới “không, vô tướng, giải thoát” như chim bay giữa hư không (Pháp Cú 93). Những vị A-la-hán đã tịch tịnh được các căn, như tên kỵ mã đã điều luyện được ngựa lành, nên không còn phiền não ngã mạn và được các hàng như thiên kính mộ (Pháp Cú 94). Những vị A-la-hán đã bỏ hết lòng sân hận, tâm như cội đất bằng, lại chí thành kiên cố như nhân đà yết la, như ao báu không bùn, nên chẳng còn bị luân hồi xoay chuyển (Pháp Cú 95). Những vị A-la-hán ý nghiệp thường vắng lặng, ngữ nghiệp hành nghiệp thường vắng lặng, lại có chánh trí giải thoát, nên được an ổn luôn (Pháp Cú 96). Những vị A-la-hán chẳng còn phải tin ai, đã thấu hiểu đạo vô vi, dứt trừ vĩnh viễn nguyên nhân, cùng quả báo ràng buộc, lòng tham dục cũng xa lìa. Chính đó là bậc Vô thượng sĩ (Pháp Cú 97). Dù ở xóm làng, dù ở rừng núi, dù ở đất bằng, dù ở gò trũng, dù ở biển cả hay đất khô, dù ở bất cứ chốn nào mà có vị A-la-hán, thì ở đó đầy đầy cảnh tượng yên vui (Pháp Cú 98). Lâm dã là cảnh rất vui đối với vị A-la-hán, nhưng người đời chẳng ưa thích, trái lại dục lạc là cảnh ưa thích đối với người đời, vị A-la-hán lại lánh xa (Pháp Cú 99). Theo Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Chương 1, Đức Phật dạy: “Thường giữ gìn 250 giới, sống đời thanh tịnh, thực hành Tứ Diệu Đế, thành tựu quả vị A-La-Hán. Vị chứng quả A-La-Hán có thể phi hành, biến hóa, kéo dài mạng sống, nơi nào người ấy sống đều làm

động đến đất trời. Người chứng quả A-La-Hán là người đã đoạn tận ái dục, như chân tay bị chặt không thể xử dụng trở lại được.”

Chương Chín

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Ác Nghiệp Trong Kinh Pháp Cú

Theo giáo thuyết Phật giáo, ác nghiệp là hành động của thân khẩu ý làm tổn hại cả mình lẫn người, sẽ đưa đến quả báo xấu. Ác nghiệp là những hành động bắt nguồn từ cội rễ bất thiện của tham, sân, si, và ảo tưởng. Như cái ảo tưởng đầu tiên về ta và người, những tư tưởng và hành động khởi lên từ điều kiện phân ly hay chia cách này có khuynh hướng phản ứng và tự vệ. Những tư tưởng và hành động ấy khó lòng tạo nên nền tảng của cuộc sống thiện xảo, vốn dĩ sáng tạo và chu toàn. Chẳng hạn như khi nghĩ đến bản tánh tốt đầu tiên: không sát sanh mà ngược lại trân quý tất cả đời sống. Người ta không thể nào phạm tội giết người trừ phi tư tưởng lấy đi mạng sống khởi lên. người ta phải xem ai đó như là một con người tách biệt với mình và vì lợi ích của chính bản thân mình người ta mới xem người ấy là người cần phải bị giết. Từ hạt giống phân tách này, từ tư tưởng trong tâm thức này, hành động có thể xảy đến. Sát sanh là sự biểu lộ ra ngoài một cái tâm bị thống trị bởi sự phân tách và đặc biệt, bởi lòng sân hận và thù ghét. Hành động là do tư tưởng làm hiển lộ. Từ những tư tưởng bất thiện, xuất phát những hành động bất thiện và gây khổ đau cho người khác. Hầu như tất cả mọi hành động đều xuất phát từ tư tưởng." Theo Kinh Thi Ca La Việt, có bốn nguyên nhân gây nên ác nghiệp. Thứ nhất là ác nghiệp làm do tham dục. Thứ nhì là ác nghiệp làm do sân hận. Thứ ba là ác nghiệp làm do ngu si. Thứ tư là ác nghiệp làm do sợ hãi. Vì thế Đức Phật dạy tiếp: "Này gia chủ tử, vì vị Thánh đệ tử không tham dục, không sân hận, không ngu si, không sợ hãi, nên vị ấy không làm ác nghiệp theo bốn lý do kể trên." Theo Phật giáo, tất cả nghiệp được kiểm soát bởi ba thứ thân, khẩu, ý. Có ba nghiệp nơi thân, bốn nghiệp nơi miệng, và ba nghiệp nơi ý. Về Thân, có ba ác nghiệp. *Thứ nhất là sát sanh*: Sát sanh gồm giết sanh mạng cả người lẫn thú. Nói cách khác, giết có nghĩa là tiêu diệt bất cứ một chúng sanh nào kể cả súc vật. Hành động giết có 5 điều kiện cần thiết: một chúng sanh, biết đó là một chúng sanh, cố ý giết, cố gắng giết, và kết quả của sự giết là cái chết. *Thứ nhì là trộm cắp*: Mọi hình thức đem về cho mình cái

thuộc về người khác. Hành động trộm cắp gồm có năm điều kiện: lấy tài sản của người khác, ý thức được việc lấy trộm này, cố ý trộm cắp, có nỗ lực trộm cắp, và kết quả là hành động trộm cắp. *Thứ ba là hành động tà dâm*: Những ham muốn nhục dục bằng hành động hay tư tưởng. Hành động tà dâm có ba điều kiện chính: có dụng ý tà dâm, nỗ lực vui hưởng tà dâm, và hành động tà dâm hay chiếm đoạt mục tiêu đã bị cấm. Khẩu nghiệp rất ư là mãnh liệt. Chúng ta nên biết rằng lời ác còn quá hơn lửa dữ bởi vì lửa dữ chỉ đốt thiêu tất cả tài sản và của báu ở thế gian, trái lại lửa giận ác khẩu chẳng những đốt mất cả công đức xuất thế, mà còn thêm chiêu cảm ác báo về sau này. Nơi khẩu có bốn ác nghiệp. *Thứ nhất* là “nói dối”, nói dối gồm có bốn trường hợp: nói không đúng, cố ý đánh lừa, và cố gắng đánh lừa, và diễn đạt vấn đề (sự dối trá) đến người khác. *Thứ nhì* là nói lời mắng chửi hay nói lời thô ác. *Thứ ba* là nói chuyện vô ích hay nói lời trau chuốt. *Thứ tư* là nói lưỡi hai chiều. Nơi ý có ba ác nghiệp. *Thứ nhất* là “Tham”, *thứ nhì* là “Sân”, và *thứ ba* là “Si”. Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi khó ngửi của Ác Nghiệp.

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi xú uế của Ác Nghiệp. Vì vậy mà trong kinh Pháp Cú, Phẩm I, Phẩm Phẩm Song Yếu, Đức Phật đã dạy: Ở chỗ này ăn năn, tiếp ở chỗ khác cũng ăn năn, kẻ làm điều ác nghiệp, cả hai nơi đều ăn năn; vì thấy ác nghiệp mình gây ra, kẻ kia sanh ra ăn năn và chết mòn (Pháp Cú 15). Ở chỗ này than buồn, tiếp ở chỗ khác cũng than buồn, kẻ gây điều ác nghiệp, cả hai nơi đều than buồn: nghĩ rằng “tôi đã tạo ác” vì vậy nên nó than buồn. Hơn nữa còn than buồn vì phải đọa vào cõi khổ (Pháp Cú 17). *Trong Phẩm V, Phẩm Ngu, Đức Phật đã dạy:* Kẻ phạm phu không giác ngộ nên đi chung với cừu địch một đường. Cũng thế, những người tạo ác nghiệp nhất định phải cùng ác nghiệp đi đến khổ báo (Pháp Cú 66). Những người gây điều bất thiện, làm xong ăn năn khóc lóc, nhỏ lệ đầm dề, vì biết mình sẽ phải thọ lấy quả báo tương lai (Pháp Cú 67). Khi ác nghiệp chưa thành thực, người ngu tưởng như đường mật, nhưng khi ác nghiệp đã thành thực, họ nhứt định phải chịu khổ đắng cay (Pháp Cú 69). Người cật sữa bò, không phải chỉ sáng chiều đã thành ra vị để hồ được. Cũng thế, kẻ phạm phu tạo ác nghiệp tuy chẳng cảm thụ quả ác liền, nhưng nghiệp lực vẫn âm thầm theo họ như lửa ngún giữa tro than (Pháp Cú

71). Trong *Phẩm IX, Phẩm Ác, Đức Phật đã dạy*: Hãy gấp rút làm lành, chế chỉ tâm tội ác. Hễ biếng nhác việc lành giờ phút nào thì tâm ưa chuyện ác giờ phút nấy (Pháp Cú 116). Nếu đã lỡ làm ác chớ nên thường làm hoài, chớ vui làm việc ác; hễ chứa ác nhứt định thọ khổ (Pháp Cú 117). Khi nghiệp ác chưa thành thực, kể ác cho là vui, đến khi nghiệp ác thành thực kể ác mới hay là ác (Pháp Cú 119). Chẳng phải bay lên không trung, chẳng phải lặn xuống đáy bể, chẳng phải chui vào hang sâu núi thẳm, dù tìm khắp thế gian này, chẳng có nơi nào trốn khỏi ác nghiệp đã gây (Pháp Cú 127). Trong *Phẩm X, Phẩm Đạo Trượng, Đức Phật đã dạy*: Kẻ ngu phu tạo các ác nghiệp vẫn không tự biết có quả báo gì chẳng? Người ngu tự tạo ra nghiệp để chịu khổ, chẳng khác nào tự lấy lửa đốt mình (Pháp Cú 136). Trong *Phẩm XII, Phẩm Tự Kỷ, Đức Phật đã dạy*: Ác nghiệp chính do mình tạo, từ mình sinh ra. Ác nghiệp làm hại kẻ ngu phu dễ dàng như kim cang phá hoại bảo thạch (Pháp Cú 161). Việc hung ác thì dễ làm nhưng chẳng lợi gì cho ta, trái lại việc từ thiện có lợi cho ta thì lại rất khó làm (Pháp Cú 163). Những người ác tuệ ngu si, vì tâm tà kiến mà vu miệt giáo pháp A-la-hán, vu miệt người lành Chánh đạo và giáo pháp đức Như Lai để tự mang lấy bại hoại, như giống cỏ cách-tha hễ sinh hoa quả xong liền tiêu diệt (Pháp Cú 164). Trong *Phẩm XVIII, Phẩm Cấu Uế, Đức Phật đã dạy*: Như sét do sắt sinh ra rồi trở lại ăn sắt, cũng như ác nghiệp do người ta gây ra rồi trở lại dắt người ta đi vào cõi ác (Pháp Cú 240). Trong *Phẩm XIX, Phẩm Pháp Trụ, Đức Phật đã dạy*: Người nào dứt hết các điều ác, không luận lớn hay nhỏ; nhờ dứt hết các ác, mà được gọi sa-môn (Pháp Cú 265). Trong *Phẩm XXI, Phẩm Tọa, Đức Phật đã dạy*: Làm lành thì danh được vang xa, tỏ rạng như lên núi tuyết, làm ác thì tối tăm như bắn cung ban đêm (Pháp Cú 304). Trong *Phẩm XXII, Phẩm Địa Ngục, Đức Phật đã dạy*: Không tạo ác nghiệp là hơn, vì làm ác nhứt định thọ khổ; làm các thiện nghiệp là hơn, vì làm lành nhứt định thọ vui (Pháp Cú 314). Trong *Phẩm XXVI, Phẩm Bà La Môn, Đức Phật đã dạy*: Dứt bỏ các ác nghiệp, gọi là Bà-la-môn; thường tu hành thanh tịnh, thì gọi là Sa-môn; còn trừ bỏ cấu uế, gọi là người xuất gia (Pháp Cú 388).

Chương Mười

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Ác Tri Thức Trong Kinh Pháp Cú

Người thô lỗ bị sân hận chế ngự, thiếu từ tâm, thiếu lòng tha thứ, thiếu cả tình thương. Ngược lại tốt có đầy đủ đức từ bi. Trên thế gian này nhiều người tâm đầy sân hận, không thể phân biệt được các hành động thiện ác, không khiêm nhường, không tôn kính các bậc đáng tôn kính, không học hỏi giáo pháp, cũng không tu tập. Họ dễ dàng nổi giận vì một chuyện bực mình nhỏ. Họ cấu kình với người khác và tự hành hạ chính mình bằng sự tự trách. Đời sống của họ tràn đầy thô bạo và không có ý nghĩa gì. Chúng ta thử tưởng tượng mà xem, làm bạn với những hạng này có lợi ích gì? Trái hẳn với hạng ác tri thức, những thiện tri thức là những người bạn tốt, những người có tâm đầy tình thương. Họ luôn nghĩ đến sự an lạc và lợi ích của tha nhân. Tình thương và sự nồng ấm của họ được biểu hiện qua lời nói và việc làm của họ. Họ giao tiếp với người khác bằng ái ngữ, bằng lợi hành và đồng sự. Họ luôn phát tâm bố thí những gì họ có thể bố thí nhằm lợi lạc tha nhân. ***Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi xú uế khó ngửi của Ác Tri Thức. Vì vậy mà trong kinh Pháp Cú, Phẩm V, Phẩm Ngu, Đức Phật đã dạy:*** Không được kết bạn với kẻ hơn mình, không được kết bạn với kẻ ngang mình, thà quyết chí ở một mình tốt hơn kết bạn với người ngu muội (61). Trong Phẩm VI, Phẩm Trí Giả, từ kệ số 76 đến kệ số 89, Đức Phật đã dạy: Những người hay khuyên răn dạy dỗ, cản ngăn tội lỗi kẻ khác, được người lành kính yêu bao nhiêu thì bị người dữ ghét bỏ bấy nhiêu (77). Chớ nên làm bạn với người ác, chớ nên làm bạn với người kém hèn, hãy nên làm bạn với người lành, với người chí khí cao thượng (78). Trong Phẩm XV, Phẩm Lạc, Đức Phật đã dạy: Đi chung với người ngu, chẳng lúc nào không lo buồn. Ở chung với kẻ ngu khác nào ở chung với quân địch. Ở chung với người trí khác nào hội ngộ với người thân (207).

Chương Mười Một

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Tự Ngã Trong Kinh Pháp Cú

Theo Phật giáo, tự ngã là chủ thể của thân so với vị vua trị vì trong một xứ. Ngoại đạo cho rằng ngã là thân ta, còn đạo Phật thì cho rằng Giả Ngã là sự hòa hợp của ngũ uẩn, chứ không có thực thể (vô thường, và vô ngã). Sự xen vào của một cái ngã giả tưởng trong thực tại của kinh nghiệm chúng ta có thể nhận thấy bất cứ nơi nào tôi thiết định rằng một vật nào đó là của tôi, hay tôi là một cái gì đó, hay cái gì đó là chính tôi. Bình thường người ta nói: Tôi bị đau răng. Theo Đức Phật, đó là một cách nói vô lý nhất. Không có Tôi, không có bị, cũng không có đau răng được kể giữa những sự kiện tối hậu của hiện hữu. Trong A Tỳ Đạt Ma, những sự diễn tả cá nhân được thay thế bằng sự diễn tả vô ngã. Về phương diện vô ngã, theo danh từ của những tối thắng pháp, kinh nghiệm này được chia ra: 1) đây là sắc (cái răng chính là vật chất); 2) có thọ khổ; 3) có một thứ nhãn, xúc, và khổ tưởng về cái răng; 4) có những phản ứng về ý chí: oán hận, đau đớn, sợ hãi những hậu quả có thể xảy ra cho sự an ổn trong tương lai, thèm khát sự an ổn về thể chất, vân vân; 5) có thức, một ý thức về tất cả những điều này. Trong Phật giáo, cái “tôi” của ngôn ngữ thông thường biến mất: hình thức của nó không đóng vai trò gì trong kinh nghiệm thực này. Trong trường hợp này, nó sẽ được ghi nhận hoặc dưới uẩn của thức (tương đương với Ngã như chủ thể) hoặc như một trong 54 chủ đề gồm những uẩn của những phản ứng của ý chí được gọi là một sự tin tưởng sai lầm vào cái ngã.

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi giả tạo của Tự Ngã. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XII, Phẩm Tự Kỷ, từ kệ số 157 đến kệ số 166, Đức Phật đã dạy: Nếu tự biết thương mình, phải gắng tự bảo hộ, trong ba thời phải có một; người có trí nên tỉnh ngộ chớ mê man (Pháp Cú 157). Trước hãy tự đặc mình vào Chánh đạo rồi sau giáo hóa kẻ khác, được như vậy mới tránh khỏi đều lầm lỗi xảy ra (Pháp Cú 158). Nếu muốn khuyên người khác nên làm như mình, trước hãy tự sửa mình rồi sau sửa người, vì tự sửa mình vốn là điều khó nhất (Pháp Cú 159).

Chính tự mình làm chỗ nương cho mình, chứ người khác làm sao nương được? Tự mình khéo tu tập mới đạt đến chỗ nương dựa nhiệm mầu (Pháp Cú 160). Ác nghiệp chính do mình tạo, từ mình sinh ra. Ác nghiệp làm hại kẻ ngu phu dễ dàng như kim cang phá hoại bảo thạch (Pháp Cú 161). Sự phá giới làm hại mình như dây mang-la bao quanh cây Ta-la làm cho cây này khô héo. Người phá giới chỉ là người làm điều mà kẻ thù muốn làm cho mình (Pháp Cú 162). Việc hung ác thì dễ làm nhưng chẳng lợi gì cho ta, trái lại việc từ thiện có lợi cho ta thì lại rất khó làm (Pháp Cú 163). Những người ác tuệ ngu si, vì tâm tà kiến mà vu miệt giáo pháp A-la-hán, vu miệt người lành Chánh đạo và giáo pháp đức Như Lai để tự mang lấy bại hoại, như giống cỏ cách-tha hễ sinh hoa quả xong liền tiêu diệt (Pháp Cú 164). Làm dữ bởi ta mà nhiễm ô cũng bởi ta, làm lành bởi ta mà thanh tịnh cũng bởi ta. Tịnh hay bất tịnh đều bởi ta, chứ không ai có thể làm cho ai thanh tịnh được (Pháp Cú 165). Chớ vì lợi cho kẻ khác mà quên hẳn lợi ích cho chính mình. Người biết lo ích lợi cho mình mới thường chuyên tâm vào những điều ích lợi (Pháp Cú 166).

Chương Mười Hai

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Hình Ảnh Của Một Vị Phật Trong Kinh Pháp Cú

Chữ Phật không phải là một danh từ riêng mà là một từ có nghĩa là “Bậc Giác Ngộ” hay “Bậc Đại Giác.” Thái tử Sĩ Đạt Tha không phải sanh ra để được gọi là Phật. Ngài không sanh ra tự nhiên giác ngộ, mà phải với nỗ lực tự thân, Ngài mới đạt đến Giác Ngộ. Bất cứ chúng sanh nào thành tâm và cố gắng vượt thoát khỏi mọi vướng mắc đều có thể giác ngộ và thành Phật được. Tất cả Phật tử nên luôn nhớ rằng Đức Phật không phải là một vị thần linh. Cũng như chúng ta, Đức Phật sanh ra là một con người. Sự khác biệt giữa Đức Phật và phàm nhân là Đức Phật đã giác ngộ còn phàm nhân vẫn còn mê mờ. Tuy nhiên, dù giác hay dù mê thì Phật tánh nơi ta và Phật tánh nơi Phật không sai khác. Phật là danh hiệu của một bậc đã xé tan bức màn vô minh, tự giải thoát mình khỏi vòng luân hồi sanh tử, và thuyết giảng con đường giải thoát cho chúng sanh. Chữ “Buddha” lấy từ gốc Phạn ngữ “Budh” có nghĩa là giác ngộ, chỉ người nào đạt được Niết Bàn qua thiền tập và tu tập những phẩm chất như trí tuệ, nhẫn nhục, bố thí. Con người ấy sẽ không bao giờ tái sanh trong vòng luân hồi sanh tử nữa, vì sự nối kết ràng buộc phàm phu tái sanh đã bị chặt đứt. Qua tu tập thiền định, chư Phật đã loại trừ tất cả những tham dục và nhiễm ô. Vị Phật của hiện kiếp là Phật Thích Ca Mâu Ni. Ngài sanh ra với tên là Tất Đạt Đa trong dòng tộc Thích Ca. Phật là Đấng Toàn Giác hay một người đã giác ngộ viên mãn: về chân tánh của cuộc sinh tồn. Chữ Phật có nghĩa là tự mình giác ngộ, đi giác ngộ cho người, sự giác ngộ này là viên mãn tối thượng. Từ Buddha” được rút ra từ ngữ căn tiếng Phạn “Budh” nghĩa là hiểu rõ, thấy biết hay tỉnh thức. Phật là người đã giác ngộ, không còn bị sanh tử luân hồi và hoàn toàn giải thoát. Phật là bậc giác giả. Tào dịch là “Giác” và “Trí”. Phật là một người đã giác ngộ và giải thoát khỏi vòng luân hồi sanh tử. Có ba bậc giác: tự giác, giác tha, và giác hạnh viên mãn. Phật là Đấng Giác Ngộ Đại Từ. Bậc làm tự lợi hay tự cải thiện (tu hành) lấy mình với mục đích làm lợi ích cho người khác. Tự lợi lợi tha và từ bi không ngăn mé là giáo thuyết chính của trường phái Đại Thừa. “Tự lợi lợi tha” là tính chất thiết yếu trong tu

tập của một vị Bồ Tát, làm lợi mình, làm lợi người, hay tự mình tu tập trong khuôn khổ nhà Phật để cứu độ người khác. Tiểu Thừa coi việc tự lợi, tự độ là chính yếu; trong khi Bồ Tát Đại Thừa thì hành Bồ Tát Đạo vị tha là thiết yếu, tự tiến tu, rồi giúp người tiến tu. Bước thứ nhì là “Lợi Tha”. Và bước thứ ba là “Giác Hạnh Viên Mãn”. Phật là Đấng đã đạt được toàn giác dẫn đến sự giải thoát hoàn toàn khỏi luân hồi sanh tử. Danh từ Phật không phải là danh từ riêng mà là một tên gọi “Đấng Giác Ngộ” hay “Đấng Tỉnh Thức.” Thái tử Sĩ Đạt Đa không phải sanh ra để được gọi là Phật. Ngài không sanh ra là tự nhiên giác ngộ. Ngài cũng không nhờ ân điển của bất cứ một đấng siêu nhiên nào; tuy nhiên sau nhiều cố gắng liên tục, Ngài đã giác ngộ. Hiển nhiên đối với Phật tử, những người tin tưởng vào luân hồi sanh tử, thì Đức Phật không phải đến với cõi Ta Bà này lần thứ nhất. Như bất cứ chúng sanh nào khác, Ngài đã trải qua nhiều kiếp, đã từng luân hồi trong thế gian như một con vật, một con người, hay một vị thần trong nhiều kiếp tái sanh. Ngài đã chia xẻ số phận chung của tất cả chúng sanh. Sự viên mãn tâm linh của Đức Phật không phải và không thể là kết quả của chỉ một đời, mà phải được tu luyện qua nhiều đời nhiều kiếp. Nó phải trải qua một cuộc hành trình dài đằng đẵng. Tuy nhiên, sau khi thành Phật, Ngài đã khẳng định bất cứ chúng sanh nào thành tâm cũng có thể vượt thoát khỏi những vướng mắc để thành Phật. Tất cả Phật tử nên luôn nhớ rằng Phật không phải là thần thánh hay siêu nhiên. Ngài cũng không phải là một đấng cứu thế cứu người bằng cách tự mình gánh lấy gánh nặng tội lỗi của chúng sanh. Như chúng ta, Phật cũng sanh ra là một con người. Sự khác biệt giữa Phật và phàm nhân là Phật đã hoàn toàn giác ngộ, còn phàm nhân vẫn mê mờ tăm tối. Tuy nhiên, Phật tánh vẫn luôn đồng đẳng trong chúng sanh mọi loài. Trong Tam Bảo, Phật là đệ nhất bảo, pháp là đệ nhị bảo và Tăng là đệ tam bảo.

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm một vị Phật lúc nào cũng lan tỏa khắp Vườn Hoa Phật Giáo kể cả vườn hoa Pháp Cú. Trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XIV, Phẩm Phật Đà, từ kệ số 179 đến kệ số 196, Đức Phật đã dạy về hình ảnh của một vị Phật như sau: Chẳng ai hơn nổi người đã thắng phục dục tình. Người đã thắng phục dục tình không còn bị thất bại trở lại, huống Phật trí mệnh mộng không dấu tích, các người lấy gì mà hồng cám dỗ được (Pháp Cú 179). Người dứt hết trói buộc, ái dục còn khó cám dỗ được họ, huống Phật trí mệnh mộng không dấu tích, các người lấy gì mà hồng cám dỗ được ư? (Pháp

Cú 180). Người trí thường ưa tu thiền định, ưa xuất gia và ở chỗ thanh vắng. Người có Chánh niệm và Chánh giác bao giờ cũng được sự ái kính của Thiên nhơn (Pháp Cú 181). Được sinh làm người là khó, được sống còn là khó, được nghe Chánh pháp là khó, được gặp Phật ra đời là khó (Pháp Cú 182). Chớ làm các điều ác, gắng làm các việc lành, giữ tâm ý trong sạch. Ấy lời chư Phật dạy (Pháp Cú 183). Chư Phật thường dạy: “Niết bàn là quả vị tối thượng, nhẩn nhục là khổ hạnh tối cao. Xuất gia mà não hại người khác, không gọi là xuất gia Sa-môn.” (Pháp Cú 184). Chớ nên phỉ báng, đừng làm não hại, giữ giới luật tinh nghiêm, uống ăn có chừng mực, riêng ở chỗ tịch tịnh, siêng tu tập thiền định; ấy lời chư Phật dạy (Pháp Cú 185). Giả sử mưa xuống bạc vàng cũng chẳng thỏa mãn được lòng tham dục. Người trí đã biết rõ sự dâm dật vui ít khổ nhiều (Pháp Cú 186). Thế nên, dù sự dục lạc ở cõi trời, người cũng chớ sanh tâm mong cầu. Đệ tử các đấng Giác ngộ, chỉ mong cầu diệt trừ ái dục mà thôi (Pháp Cú 187). Vì sợ hãi bất an mà đến quy-y thần núi, quy-y rừng cây, quy-y miếu thờ thọ thần (Pháp Cú 188). Nhưng đó chẳng phải là chỗ nương dựa yên ổn, là chỗ quy-y tối thượng, ai quy-y như thế khổ não vẫn còn nguyên (Pháp Cú 189). Trái lại, quy-y Phật, Pháp, Tăng, phát trí huệ chơn chánh (Pháp Cú 190). Hiểu thấu bốn lẽ mâu: biết khổ, biết khổ nhân, biết khổ diệt và biết tám chi Thánh đạo, diệt trừ hết khổ não (Pháp Cú 191). Đó là chỗ quy-y an ổn, là chỗ quy-y tối thượng. Ai quy-y được như vậy mới giải thoát khổ đau (Pháp Cú 192). Rất khó gặp được các bậc Thánh nhân, vì chẳng thường có. Phàm ở đâu có vị Thánh nhơn ra đời thì gia tộc đó được an lành (Pháp Cú 193). Hạnh phúc thay đức Phật ra đời! Hạnh phúc thay diễn nói Chánh pháp! Hạnh phúc thay Tăng già hòa hợp! Hạnh phúc thay đồng tiến đồng tu! (Pháp Cú 194). Kể nào cúng dường những vị đáng cúng dường, hoặc chư Phật hay đệ tử, những vị thoát ly hư vọng, vượt khỏi hối hận lo âu (Pháp Cú 195). Công đức của người ấy đã cúng dường các bậc tịch tịnh vô úy ấy, không thể kể lường (Pháp Cú 196).

Chương Mười Ba

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Sự Bất Tịnh Cấu Uế Trong Kinh Pháp Cú

Sự bất tịnh (không thuần tịnh hay không trong sạch). Bản chất nhiễm trược của tham dục. Bất tịnh có nghĩa là không tinh sạch, không thánh thiện, không đẹp đẽ. Đứng về cả hai phương diện sinh lý và tâm lý, con người là bất tịnh. Đây không phải là một cái nhìn tiêu cực hay bi quan, mà chỉ là cái nhìn khách quan về con người. Thấy được sự cấu tạo của cơ thể, từ tóc trên đỉnh đầu, cho đến máu, mủ, đờm, phân, nước tiểu, những vi khuẩn ẩn náu trong ruột và những bệnh tật cứ chực sẵn để phát sinh, ta thấy phần sinh lý của ta quả là bất tịnh. Phần sinh lý đó cũng là động lực thúc đẩy ta đi tìm sự thỏa mãn dục lạc, do đó nên kinh gọi thân thể là nơi tích tụ của tội lỗi. Còn phần tâm lý? Vì không thấy được sự thật về vô thường, khổ không và vô ngã của sự vật cho nên tâm ta thường trở thành nạn nhân của tham vọng thù ghét; do tham vọng và thù ghét mà chúng ta tạo ra biết bao tội lỗi, cho nên kinh nói “tâm là nguồn suối phát sinh điều ác.” Theo Phật giáo, chủng tử tạo nên thân thể của chúng ta bất tịnh vì chúng được tạo nên bởi tinh cha huyết mẹ. Thân này do nơi nghiệp dâm dục, từ hạt giống tham ái mà sanh.

Theo Phật giáo, bất tịnh có nghĩa là không tinh sạch, không thánh thiện, không đẹp đẽ. Theo Phật giáo, thành phần vật chất tạo nên con người chính là Tứ Đại. Bốn yếu tố lớn cấu tạo nên vạn hữu. Bốn thành phần này không tách rời nhau mà liên quan chặt chẽ lẫn nhau. Tuy nhiên, thành phần này có thể có ưu thế hơn thành phần kia. Chúng luôn thay đổi chứ không bao giờ đứng yên một chỗ trong hai khoảng khắc liên tiếp. Theo Phật giáo thì vật chất chỉ tồn tại được trong khoảng thời gian của 17刹那 tư tưởng, trong khi các khoa học gia thì cho rằng vật chất chỉ chịu đựng được 10 phần 27 của một giây. Nói gì thì nói, thân thể của chúng ta chỉ là tạm bợ, chỉ do nơi tứ đại hòa hợp giả tạm lại mà hành, nên một khi chết đi rồi thì thân tan về cát bụi, các chất nước thì từ từ khô cạn để trả về cho thủy đại, hơi nóng tắt mất, và hơi thở hoàn lại cho gió. Chừng đó thì thần thức sẽ phải theo các nghiệp lực đã gây tạo lúc còn sanh tiền mà chuyển vào trong sáu nẻo,

cải hình, đổi xác, tiếp tục luân hồi không dứt. Địa Đại tức là phần Đất (tóc, răng, móng, da, thịt, xương, thận, tim, gan, bọng, lá lách, phổi, bao tử, ruột, phần, và những chất cứng khác). Địa Đại là thành phần vật chất mở rộng hay thể nền của vật chất. Không có nó vật thể không có hình tướng và không thể choán khoảng không. Tính chất cứng và mềm là hai điều kiện của thành phần này. Sau khi chúng ta chết đi rồi thì những thứ này lần lượt tan rã ra thành cát bụi, nên nó thuộc về Địa Đại. Thủy Đại hay Nước (đàm, mủ, máu, mồ hôi, nước tiểu, nước mắt, nước trong máu, mũi dãi, tất cả các chất nước trong người nói chung): Không giống như địa đại, nó không thể nắm được. Thủy đại giúp cho các nguyên tử vật chất kết hợp lại với nhau. Sau khi ta chết đi rồi thì những chất nước này thấy đều cạn khô không còn nữa, nói cách khác chúng hoàn trả về cho nước. Hỏa Đại hay Lửa (những món gây ra sức nóng để làm ấm thân và làm tiêu hóa những thứ ta ăn uống vào): Hỏa đại bao gồm cả hơi nóng lạnh, và chúng có sức mạnh làm xác thân tăng trưởng, chúng là năng lượng sinh khí. Sự bảo tồn và phân hủy là do thành phần này. Sau khi ta chết, chất lửa trong người tắt mất, vì thế nên thân xác dần dần lạnh. Phong Đại hay Gió (những chất hơi thường lay chuyển, hơi trong bao tử, hơi trong ruột, hơi trong phổi): Gió là thành phần chuyển động trong thân thể. Sau khi ta chết rồi thì hơi thở dứt bặt, thân thể cứng đờ vì phong đại đã ngừng không còn lưu hành trong cơ thể nữa. Đứng về cả hai phương diện sinh lý và tâm lý, con người là bất tịnh. Đây không phải là một cái nhìn tiêu cực hay bi quan, mà chỉ là cái nhìn khách quan về con người. Thấy được sự cấu tạo của cơ thể, từ tóc trên đỉnh đầu, cho đến máu, mủ, đàm, phân, nước tiểu, những vi khuẩn ẩn náo trong ruột và những bệnh tật cứ chực sẵn để phát sinh, ta thấy phần sinh lý của ta quả là bất tịnh. Phần sinh lý đó cũng là động lực thúc đẩy ta đi tìm sự thỏa mãn dục lạc, do đó nên kinh gọi thân thể là nơi tích tụ của tội lỗi. Còn phần tâm lý? Vì không thấy được sự thật về vô thường, khổ không và vô ngã của sự vật cho nên tâm ta thường trở thành nạn nhân của tham vọng thù ghét; do tham vọng và thù ghét mà chúng ta tạo ra biết bao tội lỗi, cho nên kinh nói “tâm là nguồn suối phát sinh điều ác.”

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi xú uế Của Sự Bất Tịnh Cấu Uế. Vì vậy mà trong kinh Pháp Cú, Phẩm XVIII, Phẩm Cấu Uế, từ kệ số 235 đến kệ số 255, Đức Phật đã dạy: Người nay đã giống ngọn lá héo khô;

Diêm ma sứ giả (tử thần) ở sát bên mình. Người đang đứng trước ngưỡng cửa chết, bước lữ đồ người thiếu hẳn tư lương (Pháp Cú 235). Người hãy tự tạo cho mình một hòn đảo an toàn, gấp rút tinh cần làm kẻ khôn ngoan, gột sạch bao nhiêu phiền não trần cấu, để bước lên Thánh cảnh hàng chư thiên (Pháp Cú 236). Đời sống người nay sắp lụn tàn, người đang dịch bước gần Diêm vương, giữa đường đã không nơi ngồi nghỉ, bước lữ hành người cũng thiếu hẳn tư lương (Pháp Cú 237). Người hãy tạo lấy cho mình một hòn đảo an toàn, gấp rút tinh cần làm kẻ khôn ngoan, gột sạch bao nhiêu phiền não trần cấu, chớ trở lui đường sanh lão nguy nan (Pháp Cú 238). Hết sát na nầy đến sát na khác, người trí lo gột trừ dần những cấu uế nơi mình như anh thợ vàng cần mẫn lọc trừ quặng bã khỏi chất vàng ròng (Pháp Cú 239). Như sét do sắt sinh ra rồi trở lại ăn sắt, cũng như ác nghiệp do người ta gây ra rồi trở lại dắt người ta đi vào cõi ác (Pháp Cú 240). Không tụng tập là vết nhơ của kinh điển, không siêng năng là vết nhơ của nghiệp nhà, biếng nhác là vết nhơ của thân thể và nơi ăn chốn ở, phóng túng là vết nhơ của phép hộ vệ (Pháp Cú 241). Tà hạnh là vết nhơ của người đàn bà, xan lẫn là vết nhơ của sự bố thí; đối với cõi nầy hay cõi khác, thì tội ác lại chính là vết nhơ (Pháp Cú 242). Trong hết thấy nhơ cấu đó, vô minh cấu là hơn cả. Các người có trừ hết vô minh mới trở thành hàng Tỳ kheo thanh tịnh (Pháp Cú 243). Sống không biết xấu hổ, sống lỗ mãng trơ trẽn như quạ diều, sống chê bai kẻ khác, sống đại đờm khoa trương, sống ngạo mạn tà ác, sống như thế ấy chẳng khó khăn gì (Pháp Cú 244). Sống biết hổ thẹn, thường cầu thanh tịnh, sống không đam mê dục lạc, sống khiêm tốn, sống trong sạch, sống dồi dào kiến thức, sống như thế mới thật khó làm (Pháp Cú 245). Trong thế gian nầy, ai hay sát sinh, hay nói dối, hay lấy cắp, hay phạm dâm, hay rượu chè say sưa (Pháp Cú 246). Ai có các hành vi đó, tức đã tự đào bỏ thiện căn của mình ngay ở cõi đời nầy (Pháp Cú 247). Các người nên biết: “Hễ không lo chế ngăn tức là ác.” Vậy các người chớ tham, chớ làm điều phi pháp mà phải sa vào thống khổ đời đời (Pháp Cú 248). Vì có tín tâm hoan hỷ nên người ta mới bố thí, trái lại kẻ có tâm ganh ghét người khác được ăn, thì ngày hoặc đêm kẻ kia không thể nào định tâm được (Pháp Cú 249). Nhưng kẻ nào đã cắt được, nhổ được, diệt được tâm tưởng ấy, thì ngày hoặc đêm, kẻ kia đều được định tâm (Pháp Cú 250). Không lửa nào dữ bằng lửa tham dục, không cố chấp nào bền bằng tâm sân giận, không lưới nào trói buộc bằng lưới ngu si,

không giòng sông nào đắm chìm bằng sông ái dục (Pháp Cú 251). Thấy lỗi người thì dễ, thấy lỗi mình mới khó. Lỗi người ta cố phanh tìm như tìm thóc trong gạo, còn lỗi mình ta cố che dấu như kẻ cờ gian bạc lận thu dấu quân bài (Pháp Cú 252). Nếu thấy lỗi người thì tâm ta dễ sinh nóng giận mà phiền não tăng thêm, nếu bỏ đi thì phiền não cũng xa lánh (Pháp Cú 253). Giữa hư không thì làm gì có dấu vết, trong ngoại đạo thì làm gì có Sa-môn, chúng sanh thì thích điều hư vọng mà Như lai làm gì còn hư vọng (Pháp Cú 254). Giữa hư không làm gì có dấu vết, trong ngoại đạo làm gì có Sa-môn, năm uẩn thì không thường trú mà Như Lai thì chẳng loạn động bao giờ (Pháp Cú 255).

Chương Mười Bốn

Tịnh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Sự Nhiễm Ô Trong Kinh Pháp Cú

Trong Phật giáo, vết nhơ có nghĩa là sự cấu ô (sự ô nhiễm hay ô trược). Những ô nhiễm căn bản là tham, sân và si. Vết nhơ (trong tâm) và phiền não được dùng như nhau. Trong đạo Phật, vết nhơ (trong tâm) và phiền não được dùng như nhau. Phiền não gây ra bởi chấp trước vào những ảo tưởng trong đời sống, hay vọng niệm chấp trước vào sự vật mà mình bám víu. Phiền não gây nên bởi dục lạc cảm thọ bởi giác quan. Phiền não gây nên bởi bám víu vào tà kiến. Phiền não gây nên bởi bám víu vào những thực hành khổ hạnh quá đáng. Phiền não gây nên bởi bám víu vào ngã chấp. Theo Tương Ưng Bộ Kinh, Phẩm Tâm Cầu, có ba lậu hoặc: dục lậu hoặc, tất cả phiền não trong dục giới, ngoại trừ vô minh; hữu lậu hoặc, tất cả phiền não trong sắc giới và vô sắc giới ngoại trừ vô minh; vô minh lậu hoặc, hay vô minh trong tam giới. Làm dữ bởi ta mà nhiễm ô cũng bởi ta, làm lành bởi ta mà thanh tịnh cũng bởi ta. Tịnh hay bất tịnh đều bởi ta, chứ không ai có thể làm cho ai thanh tịnh được.

Đức Phật Đã Cho Chúng Ta Thấy Hương Thơm Pháp Cú Lúc Nào Cũng Sẵn Sàng Triệt Tiêu cái mùi khó ngửi của sự Nhiễm Ô. Vì vậy mà trong kinh Pháp Cú, Phẩm I, Phẩm Phẩm Song Yếu, Đức Phật đã dạy: Làm dữ bởi ta mà nhiễm ô cũng bởi ta, làm lành bởi ta mà thanh tịnh cũng bởi ta. Tịnh hay bất tịnh đều bởi ta, chứ không ai có thể làm cho ai thanh tịnh được (Pháp Cú 16). *Trong Phẩm XVIII, Phẩm Cấu Uế, Đức Phật cũng đã dạy:* Không tụng tập là vết nhơ của kinh điển, không siêng năng là vết nhơ của nghiệp nhà, biếng nhác là vết nhơ của thân thể và nơi ăn chốn ở, phóng túng là vết nhơ của phép hộ vệ (Pháp Cú 241). Tà hạnh là vết nhơ của người đàn bà, xan lãn là vết nhơ của sự bố thí; đối với cõi này hay cõi khác, thì tội ác lại chính là vết nhơ (Pháp Cú 242). Trong hết thảy nhơ cấu đó, vô minh cấu là hơn cả. Các người có trừ hết vô minh mới trở thành hàng Tỳ kheo thanh tịnh (Pháp Cú 243).

Chương Mười Lăm

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Bát Thánh Đạo Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Bát Thánh Đạo:

Bát Thánh Đạo chính là điều để thứ tư trong tứ diệu đế có thể giúp cho chúng ta ngăn ngừa những trở ngại trong cuộc sống hằng ngày. Đây là con đường đưa đến chấm dứt khổ đau phiền não. Nếu chúng ta đi theo Bát Thánh Đạo thì cuộc sống của chúng ta sẽ ít khổ đau và nhiều hạnh phúc hơn. Bát Thánh Đạo là tám con đường dẫn tới sự chấm dứt đau khổ, mục đích của điều để thứ ba trong tứ diệu đế, diệt đế. Bát Thánh Đạo là tám nẻo trong 37 nẻo bồ đề. Tu tập Bát Thánh Đạo sẽ đưa đến những lợi ích thực sự như tự cải tạo tự thân, vì tu bát chánh đạo là sửa đổi mọi bất chính, sửa đổi mọi tội lỗi trong đời sống hiện tại, đồng thời còn tạo cho thân mình có một đời sống chân chánh, lợi ích và thiện mỹ; cải tạo hoàn cảnh vì nếu ai cũng tu bát chánh đạo thì cảnh thế gian sẽ an lành tịnh lạc, không còn cảnh khổ đau bất hạnh gây nên bởi hận thù, tranh chấp hay chiến tranh giữa người với người, giữa nước này với nước kia, hay chủng tộc này với chủng tộc khác, ngược lại lúc đó thanh bình sẽ vĩnh viễn ngự trị trên quả đất này; tu bát chánh đạo còn là căn bản đầu tiên cho sự giác ngộ, là nền tảng chánh giác, là căn bản giải thoát, ngày nay tu bát chánh đạo là gieo trồng cho mình những hạt giống Bồ Đề để ngày sau gặt hái quả Niết Bàn Vô Thượng.

Bát Thánh đạo hay Bát Thánh Đạo là tám con đường đúng hay tám con đường của các bậc Thánh. Bát Thánh Đạo chính là thấy đúng, suy nghĩ đúng, nói năng đúng, hành động đúng, sống đúng, nỗ lực đúng, ghi nhớ đúng, và thiền định đúng. Thuật ngữ “Đúng” trong Phật giáo có nghĩa là bất cứ suy nghĩ hay hành động nào không gây trở ngại, phiền não và đau khổ cho người và cho mình; mà ngược lại, sự suy nghĩ và hành động này sẽ đưa đến an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc cho mình và cho người. Chánh kiến là từ bỏ cách nhìn hướng về cái ngã của các sự vật và có cái thấy như thật của Đức Phật, nghĩa là vạn sự vạn vật không có tự tánh, không độc lập, mà hiện hữu do sự tổng hợp của nhau, cái này có thì cái kia có, cái này không thì cái kia

không. Chánh tư duy là không thiên về thái độ quy ngã đối với sự vật, mà suy nghĩ về sự vật một cách đúng đắn. Chánh tư duy dạy chúng ta từ bỏ ba cái xấu để có được cái tâm độ lượng như tâm Phật: không tham muốn hay chỉ nghĩ đến sự thủ đắc cho riêng mình; không giận ghét hay không ưa thích khi sự việc xảy ra không như ý mình muốn; và không ác độc hay muốn được theo ý mình trong mọi sự. Chánh ngữ dạy chúng ta sử dụng ngôn từ đúng đắn trong đời sống hằng ngày và tránh bốn thứ xấu ác về miệng như nói dối, nói lười hai chiều, nói lời vu khống và nói lời không cẩn thận. Chánh nghiệp là sự ứng xử hằng ngày phù hợp với giới luật của Đức Phật, nghĩa là phải kềm chế ba điều xấu nơi thân, làm trở ngại cho những hành động đúng như sát hại không cần thiết, trộm cắp, và tà dâm. Chánh mạng là thu hoạch thức ăn, quần áo, nhà cửa và các nhu cầu khác trong cuộc sống một cách đúng đắn. Chánh mạng dạy chúng ta kiếm sống bằng công việc không gây phiền khổ cho người khác hay những nghề vô ích cho xã hội, mà phải sống bằng sự thu nhập chính đáng bằng nghề nghiệp chính đáng và có ích cho người khác. Chánh tinh tấn là luôn hành sử đúng đắn, không lười biếng hay đi lệch khỏi con đường chân chánh, tránh những sai lầm như ba điều xấu về ý, bốn điều xấu về miệng và ba điều xấu về thân. Chánh niệm là tu tập bằng cái tâm đúng đắn như Đức Phật đã tu tập, nghĩa là chúng ta phải chú tâm vào vạn sự vạn vật trong vũ trụ bằng cái tâm thanh tịnh và chính đáng. Cuối cùng là chánh định, nghĩa là luôn luôn không bị dao động vì những thay đổi của hoàn cảnh bên ngoài.

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Bát Thánh Đạo Trong Kinh Pháp Cú:

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng lan tỏa và hòa quyện với hương thơm của Bát Thánh Đạo. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XX, Phẩm Đạo, từ kệ số 273 đến kệ số 289, Đức Phật đã dạy: Bát Chánh Đạo là đạo thù thắng hơn các đạo. Tứ đế là lý thù thắng hơn các lý. Ly dục là pháp thù thắng hơn các pháp. Cụ nhân là bậc thù thắng hơn các bậc Thánh hiền (Pháp Cú 273). Chỉ có con đường này, chẳng còn con đường nào khác có thể làm cho tri kiến các người thanh tịnh. Các người thuận làm theo, thì bọn ma bị rối loạn (Pháp Cú 274). Các người thuận tu theo Chánh đạo trên này, thì khổ não sẽ dứt hết, và biết rằng Đạo ta nói có sức trừ diệt

chông gay (Pháp Cú 275). Các người hãy tự nỗ lực lên! Như Lai chỉ dạy cho con đường giác ngộ, chứ không giác ngộ cho ai được. Sự trôi buộc của ma vương sẽ tùy sức thiền định của các người mà được cởi mở (Pháp Cú 276). Các hành đều vô thường; khi đem trí tuệ soi xét được như thế thì sẽ nhàm lìa thống khổ để đi đến giải thoát. Đó là Đạo thanh tịnh (Pháp Cú 277). Các hành đều là khổ; khi đem trí tuệ soi xét được như thế thì sẽ nhàm lìa thống khổ để được giải thoát. Đó là Đạo thanh tịnh (Pháp Cú 278). Hết thấy pháp đều vô ngã; khi đem trí tuệ soi xét như thế thì sẽ nhàm lìa thống khổ để được giải thoát. Đó là Đạo thanh tịnh (Pháp Cú 279). Khi đáng nỗ lực, không nỗ lực, thiếu niên cường tráng đã lười biếng, ý chí tiêu trầm và nhu nhược: kẻ biếng nhác làm gì có trí để ngộ Đạo (Pháp Cú 280). Thận trọng lời nói, kềm chế ý nghĩ, thân không làm ác, ba nghiệp thanh tịnh, là được Đạo Thánh Nhơn (Pháp Cú 281). Tu Du-già thì trí phát, bỏ Du-già thì tuệ tiêu. Biết rõ hay lẽ này thế nào là đắc thất, rồi nỗ lực thực hành, sẽ tăng trưởng thêm trí tuệ (Pháp Cú 282). Hãy đồn rùng dục vọng, chớ đồn cây thọ lâm; từ dục vọng sinh ra lo sợ, hãy thoát ngoài rùng dục vọng (Pháp Cú 283). Những sợi dây tình giữa gái trai chưa dứt thì tâm còn bị buộc ràng, như trâu con còn bú sữa, thì chẳng rời vú mẹ bao giờ (Pháp Cú 284). Tự mình dứt hết ái tình, như lấy tay bẻ cành sen thu; siêng tu Đạo tịch tịnh. Đó là Niết bàn mà đức Thiện thế đã truyền dạy (Pháp Cú 285). “Mùa mưa ta ở đây, đông hạ ta cũng ở đây,” đấy là tâm tưởng của hạng người ngu si, không tự giác những gì nguy hiểm (Pháp Cú 286). Người đắm yêu con cái và súc vật thì tâm thường mê hoặc, nên bị tử thần bắt đi như xóm làng đang say ngủ bị cơn nước lũ lôi cuốn mà không hay (Pháp Cú 287). Một khi tử thần đã đến, chẳng có thân thuộc nào có thể thế thay, dù cha con thân thích chẳng làm sao cứu hộ (Pháp Cú 288). Biết rõ lý lẽ trên, người trí hãy gắng trì giới, thấu hiểu đường Niết bàn, mau làm cho thanh tịnh (Pháp Cú 289).

Chương Mười Sáu

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Ái Dục Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Ái Dục:

Theo Phật giáo, có nhiều nghĩa cho chữ “Ái”. Ái có nghĩa yêu hay ham muốn xác thịt là một trong những nguyên nhân chính dẫn đến khổ đau và luân hồi sanh tử. Ái có thể có nghĩa là tình thương không vị kỷ đi kèm với lòng từ, bi, hỷ, xả. Luyến ái và dục vọng, hoặc tình thương yêu gia đình. Tham dục (ái dục bao gồm dục ái, hữu ái và vô hữu ái). Ái dục là Luyến ái và dục vọng, hoặc tình thương yêu gia đình. Ái dục là những khối làm hành giả vấp ngã trên bước đường tu hành. Theo Phật giáo, chừng nào bạn còn bị trói buộc bởi những đam mê say đắm của dục vọng, chừng đó bạn phải nhận chịu sự khổ đau phiền não. Tuy nhiên, nếu bạn muốn giảm thiểu hay diệt trừ nỗi khổ ấy, bạn sẽ phải chế ngự và từ bỏ lòng tham mãnh liệt về ái dục hay các thú vui dục lạc. Bạn phải đương đầu với sự lựa chọn: thụ hưởng thú vui nhục dục để nhận lãnh quả khổ đau phiền não; hoặc là từ bỏ ái dục để tìm nguồn vui trong hạnh phúc tinh thần, chứ bạn không thể nào có cả hai con đường này cùng một lúc được.

Hầu hết người đời thường định nghĩa hạnh phúc trần tục như là sự thỏa mãn của mọi tham dục. Tham dục trần thế là vô hạn, nhưng chúng ta lại không có khả năng nhận ra chúng và tham dục không được thỏa mãn thường gây ra khổ đau phiền não cho mình và cho người. Khi chúng ta chỉ phần nào thỏa mãn tham dục, chúng ta luôn có khuynh hướng tiếp tục theo đuổi chúng cho đến khi được thỏa mãn, chính vì vậy mà chúng ta càng gây nên khổ đau cho mình và cho người. Ngay cả khi đã thỏa mãn tham dục, chúng ta cũng khổ đau. Chúng ta chỉ nghiệm được chân hạnh phúc và an nhin tự tại khi chúng ta có ít tham dục. Đây cũng là một trong những bước lớn đến bến bờ giải thoát của chúng ta. Đức Phật dạy: “Tham dục chính là nguồn gốc của khổ đau. Mọi vật rồi sẽ thay đổi, vì thế không nên luyến ái hay vướng víu vào một thứ gì. Nên nhiếp tâm thanh tịnh tìm chân lý và đạt đến hạnh phúc vĩnh hằng.” Biết tri túc thiểu dục là biết sẽ giúp chúng ta diệt trừ tham dục. Điều này có nghĩa là biết thỏa mãn với những điều kiện vật chất

khả dĩ giúp cho chúng ta có đầy đủ sức khỏe để tu tập. Đây là phương cách hữu hiệu nhất để cắt đứt lưới tham dục, an ổn thân tâm và có nhiều thì giờ giúp đỡ tha nhân. Trong Kinh Trung Bộ, Đức Phật dạy: “Này các Tỷ kheo, do dục làm nhân, do dục làm duyên, do dục làm nguyên nhân, do chính dục làm nhân, vua tranh đoạt với vua, Sát Đế Lợi tranh đoạt với Sát Đế Lợi, Bà La Môn tranh đoạt với Bà La Môn, gia chủ tranh đoạt với gia chủ; mẹ tranh đoạt với con, con tranh đoạt với mẹ; cha tranh đoạt với con, con tranh đoạt với cha; anh em tranh đoạt với anh em; anh tranh đoạt với chị, chị tranh đoạt với anh; bạn bè tranh đoạt với bạn bè. Khi họ đã dấn thân vào tranh chấp, tranh luận, tranh đoạt thì họ tấn công nhau bằng tay, tấn công nhau bằng gạch, tấn công nhau bằng gậy, tấn công nhau bằng đao kiếm. Rồi thì đi đến tử vong hay chịu đựng khổ đau gần như tử vong. Này các Tỷ kheo, do dục làm nhân, do dục làm duyên, do dục làm nguyên nhân, do chính dục làm nhân, họ cầm mâu và thuẫn, họ đeo cung và tên, họ dàn trận hai mặt và tên được nhắm bắn nhau, đao được quăng ném nhau, kiếm được vung chém nhau. Họ bắn và đâm nhau bằng tên, họ quăng và đâm nhau bằng đao, họ chặt đầu nhau bằng kiếm. Rồi thì đi đến tử vong hay chịu đựng khổ đau gần như tử vong.”

II. Tình Hoa Những Lời Phật Dạy Về Ái Dục Trong Kinh Pháp Cú:

Đối với đạo Phật, dục lạc ngũ trần thật là phù du và hư ảo, chợt đến rồi chợt đi. Phải chăng đó là hạnh phúc thật sự khi mình cứ mãi săn đuổi một cái gì mong manh, mau tàn và luôn thay đổi? Hãy nhìn xem biết bao nhiêu điều phiền toái khó khăn mà chúng ta gặp phải khi chúng ta cứ mãi đi tìm những cảm giác mà chúng ta cho là hạnh phúc. Nhiều người vì quá ham muốn hưởng thụ lạc thú nên họ đã có những hành vi phạm pháp, gây ra những tội ác tày trời khiến cho người khác phải khổ đau phiền não. Họ chỉ nghĩ đến lạc thú tạm bợ của giác quan mà quên đi sự khổ đau của người khác. Họ không hiểu được hậu quả tai hại, những kết quả thảm khốc họ phải gặt lấy sau này do những tội lỗi mà họ đã gây ra. Ngay cả hạng phạm phu tục tử vẫn có thể biết được những phút giây hạnh phúc ngắn ngủi và những khổ đau mà họ phải gánh lấy là không cân xứng, không đáng để họ đeo đuổi theo dục lạc trần thế. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng đau khổ đi liền theo ham muốn. Mọi vấn đề trên thế gian có gốc rễ từ những ham muốn

dục lạc ngũ trần. Vì con người muốn tiếp tục hưởng thụ dục lạc ngũ trần mà có những bất hòa trong gia đình. Cũng vì nhu cầu hưởng thụ dục lạc mà bạn bè hàng xóm đôi khi không thể cư xử tốt đẹp với nhau. Cũng vì dục lạc ngũ trần mà người này chống lại người kia, nước này chống lại nước kia. Cũng chính vì dục lạc ngũ trần mà biết bao nhiêu điều khổ đau, phiền não, và mọi thứ phiền toái đã xảy ra trên khắp thế giới. Cũng chính do dục lạc ngũ trần mà con người trở nên dã man, độc ác, tàn bạo và mất hẳn nhân tánh.

Theo Phật giáo, ái dục có nghĩa là luyến ái và dục vọng, hoặc tình thương yêu gia đình. Tham dục (ái dục bao gồm dục ái, hữu ái và vô hữu ái). Ái dục là Luyến ái và dục vọng, hoặc tình thương yêu gia đình. Ái dục là những khối làm hành giả vấp ngã trên bước đường tu hành. Theo Phật giáo, chừng nào bạn còn bị trói buộc bởi những đam mê say đắm của dục vọng, chừng đó bạn phải nhận chịu sự khổ đau phiền não. Tuy nhiên, nếu bạn muốn giảm thiểu hay diệt trừ nỗi khổ ấy, bạn sẽ phải chế ngự và từ bỏ lòng tham mãnh liệt về ái dục hay các thú vui dục lạc. Bạn phải đương đầu với sự lựa chọn: thụ hưởng thú vui nhục dục để nhận lãnh quả khổ đau phiền não; hoặc là từ bỏ ái dục để tìm nguồn vui trong hạnh phúc tinh thần, chứ bạn không thể nào có cả hai con đường này cùng một lúc được. Trong Thập Nhị Nhân Duyên, ái là mắc xích thứ tám, có nghĩa là ham muốn vui sướng kéo dài. Từ ham muốn đưa đến trói buộc. Khi có cảm thọ thì yêu thích và chấp trước khởi sanh. Tại sao chúng ta có cảm giác bất an? Vì chúng ta có ái. Có ái có yêu thì có ghét bỏ hay không thích. Đối với thuận cảnh thì sanh lòng yêu thích; với nghịch cảnh thì ghét bỏ. Tại sao mình vui? Vì sao mình không vui, vân vân, tất cả đều do ái ố mà ra. Ố nghĩa là không yêu thích hay ghét bỏ. Chính vì có ái ố mà sự việc ngày càng thêm rắc rối. Chúng ta đang sống trong một thế giới vật chất, nơi mà hằng ngày chúng ta phải tiếp xúc với đủ thứ ngoại vật như hình ảnh, âm thanh, mùi vị, cảm giác, tư tưởng và ý kiến, vân vân. Từ sự tiếp xúc này mà ham muốn khởi lên. Người Phật tử nên luôn nhớ rằng lòng ham muốn không những làm mờ mịt đi sự sáng suốt của mình mà nó còn là nhân chính của sự luyến ái gây ra khổ đau phiền não và xô đẩy chúng ta tiếp tục lăn trôi trong luân hồi sinh tử. Ái dục là một trong mười hai mắc xích của Thập Nhị Nhân Duyên. Nó khởi nguồn từ sự mê mờ gây ra bởi luyến chấp vào lục nhập.

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái hương giả tạo của Ái Dục. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XVI, Phẩm Hỷ Ái, từ kệ số 209 đến kệ số 220, Đức Phật đã dạy: Chuyên làm những việc không đáng làm, nhấc tu những điều cần tu, bỏ việc lành mà chạy theo dục lạc, người như thế dù có hăm mộ kẻ khác đã cố gắng thành công, cũng chỉ là hăm mộ suông (Pháp Cú 209). Chớ kết giao với người đáng ưa, chớ kết giao với người không đáng ưa: không gặp được người thương yêu là khổ, mà gặp phải người cừu oán cũng khổ (Pháp Cú 210). Thế nên chớ đắm yêu, vì đắm yêu bị biệt ly là khổ. Nếu không còn những niệm yêu ghét, tức không điều gì ràng buộc được (Pháp Cú 211). Từ hỷ ái sinh lo, từ hỷ ái sinh sợ; xa lìa hết hỷ ái, chẳng còn lo sợ gì (Pháp Cú 212). Từ tham ái sinh lo, từ tham ái sinh sợ; xa lìa hết tham ái, chẳng còn lo sợ gì (Pháp Cú 213). Từ tham dục sinh lo, từ tham dục sinh sợ; xa lìa hết tham dục, chẳng còn lo sợ gì (Pháp Cú 214). Từ lạc dục sinh lo, từ lạc dục sinh sợ; xa lìa hết lạc dục, chẳng còn lo sợ gì (Pháp Cú 215). Từ ái dục sinh lo, từ ái dục sinh sợ; xa lìa hết ái dục, chẳng còn lo sợ gì (Pháp Cú 216). Đầy đủ giới hạnh và Chánh kiến, an trú Chánh pháp, rõ lý chơn thường và viên mãn các công hạnh, là người đáng kính mến (Pháp Cú 217). Khát cầu pháp ly ngôn, sung mãn tâm lự sát, không đắm mê dục lạc, ấy là bậc thượng lưu (Pháp Cú 218). Người khác ly hương lâu ngày, khi từ phương xa trở về yên ổn được bà con thân hữu đón mừng thế nào (Pháp Cú 219). Thì người tạo phước nghiệp cũng vậy, khi từ cõi đời này sang cõi đời khác, phước nghiệp của họ là kẻ thân hữu đón mừng họ (Pháp Cú 220). *Trong Phẩm XXI, Phẩm Tap, Đức Phật đã dạy:* Xuất gia dứt hết ái dục là khó, tại gia theo đường sinh hoạt là khó, không phải bận mà chung ở là khó, qua lại trong vòng luân hồi là khổ. Vậy các người hãy giác ngộ để dừng qua lại trong vòng thống khổ ấy (Pháp Cú 302). *Trong Phẩm XXIV, Phẩm Ái Dục, từ kệ số 334 đến kệ số 359, Đức Phật đã dạy:* Nếu buông lung thì tham ái tăng lên hoài như giống cỏ Tỳ-la-na mọc tràn lan, từ đời này tiếp đến đời nọ như vườn chuyển cây tìm trái (Pháp Cú 334). Nếu ở thế gian này mà bị ái dục buộc ràng, thì những điều sầu khổ càng tăng mãi như loài cỏ tỳ-la gặp mưa (Pháp Cú 335). Nếu ở thế gian này, mà hàng phục được những ái dục khó hàng phục, thì sầu khổ tự nhiên rụng tàn như nước ngọt lá sen (Pháp Cú 336). Đây là sự lành mà Ta bảo với các người: “Các người hãy dồn sức vào để nhổ sạch gốc ái dục, như người

muốn trừ sạch giống cỏ tỳ-la phải nhổ hết gốc nó. Các người chớ lại để bị ma làm hại như loài cỏ lau gặp cơn hồng thủy!” (Pháp Cú 337). Đốn cây mà chưa đào hết gốc rễ thì tước vẫn ra hoài, đoạn trừ ái dục mà chưa sạch căn gốc thì khổ não vẫn nảy sinh trở lại mãi (Pháp Cú 338). Những người có đủ 36 dòng ái dục, họ mạnh mẽ dong ruổi theo dục cảnh chẳng chút ngại ngùng, bởi vậy người đã có tâm tà kiến, hằng bị những tư tưởng ái dục làm trôi dạt hoài (Pháp Cú 339). Lòng ái dục tuôn chảy khắp nơi như giống cỏ man-la mọc tràn lan mặt đất. Người hãy xem giống cỏ đó để dùng tuệ kiếm đoạn hết căn gốc ái dục đi (Pháp Cú 340). Người đời thường vui thích theo ái dục, ưa dong ruổi lục trần, tuy họ có hưởng cầu an lạc mà vẫn bị quanh quẩn trong chốn trầm luân (Pháp Cú 341). Những người trì trệ theo ái dục khác nào thỏ bị sa lưới. Càng buộc ràng với phiền não, càng chịu khổ lâu dài (Pháp Cú 342). Những người trì trệ theo ái dục, khác nào thỏ bị sa lưới. Hàng Tỷ kheo vì cầu vô dục nên phải trước tự gắng lìa dục (Pháp Cú 343). Người đã lìa dục xuất gia, lại tìm vui ở chốn sơn lâm, khác nào trở lại nhà; người hãy xem hạng người đó, kẻ đã được mở ra rồi lại tự trói vào! (Pháp Cú 344). Đối với người trí, sự trói buộc bằng dây gai, bằng cây, bằng sắt chưa phải kiên cố, chỉ có lòng luyến ái vợ con tài sản mới thật sự là sự trói buộc chắc bền (Pháp Cú 345). Những kẻ dắt người vào sa đọa, là như sự trói buộc chắc bền, nó hình như khoan dung hòa hoãn mà thật khó lòng thoát ra. Hãy đoạn trừ đừng dính mắc, xa lìa ái dục mà xuất gia (Pháp Cú 346). Những người say đắm theo ái dục, tự lao mình trong lưới buộc như nhện giăng tơ. Ai dứt được sự ràng buộc không còn dính mắc nữa, thì sẽ xa mọi thống khổ để ngao du tự tại (Pháp Cú 347). Những kẻ bị tư tưởng xấu ác làm tao loạn, thường cầu mong dục lạc thật nhiều. Mong dục lạc tăng nhiều là tự trói mình càng thêm chắc chắn (Pháp Cú 349). Muốn lìa xa ác tướng hãy thường nghĩ tới bất tịnh. Hãy trừ hết ái dục, đừng để ác ma buộc ràng (Pháp Cú 350). Bước tới chỗ cứu cánh thì không còn sợ hãi; xa lìa ái dục thì không còn nhiễm ô: nhờ lấy mũi tên sanh hữu thì chỉ còn một thân này là cuối cùng, không bị tiếp tục sanh nữa (Pháp Cú 351). Xa lìa ái dục không nhiễm trước, thông đạt từ vô ngại, thấu suốt nghĩa vô ngại, và thứ lớp của tự cú, đó thật là bậc đại trí đại tượng phu, chỉ còn một thân này là cuối cùng, không bị tiếp tục sinh nữa (Pháp Cú 352). Ta đã hàng phục tất cả. Ta đã rõ biết tất cả. Ta không nhiễm một pháp nào. Ta xa lìa hết thấy, diệt trừ ái dục mà giải thoát và tự mình chứng ngộ,

thì còn ai là Thầy ta nữa (Pháp Cú 353). Trong các cách bố thí, pháp thí là hơn cả; trong các chất vị, pháp vị là hơn cả; trong các hỷ lạc, pháp hỷ là hơn cả; người nào trừ hết mọi ái dục là vượt trên mọi đau khổ (Pháp Cú 354). Giàu sang chỉ làm hại người ngu chứ không phải để cầu sang bờ giác. Người ngu bị tài dục hại mình như mình đã vì tài dục hại người khác (Pháp Cú 355). Cỏ làm hại rất nhiều ruộng vườn, ái dục làm hại rất nhiều thế nhân. Vậy nên bố thí cho người lìa ái dục, sẽ được quả báo lớn (Pháp Cú 359). *Trong Phẩm XXVI, Phẩm Bà La Môn, Đức Phật đã dạy:* Dừng cảm đoạn trừ dòng ái dục, các người mới là Bà-la-môn! Nếu thấu rõ các uẩn diệt tận, các người liền thấy được vô tác (Niết bàn) (Pháp Cú 383).

Chương Mười Bảy

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Tỳ Kheo & Tỳ Kheo Ni Trong Kinh Pháp Cú

I. Sơ Lược Về Danh Xưng Tỳ Kheo & Tỳ Kheo Ni Trong Phật Giáo:

Sơ Lược Về Danh Xưng Tỳ Kheo Trong Phật Giáo: Trong Phật giáo, tứ chúng là chúng hội bao gồm chư Tăng, Ni, Ưu bà tắc và Ưu bà di. Tuy nhiên, Phật tử thường trực tu tập trong tự viện chỉ gồm hai chúng Tăng và Ni. Trong thuật ngữ Tỳ Kheo, Tỳ có nghĩa là phá, kheo nghĩa là phiền não. Tỳ kheo ám chỉ người đã phá trừ dục vọng phiền não. Tỳ Kheo là người nam thoát ly gia đình, từ bỏ của cải và sống tu theo Phật. Nói chung, trong Phật giáo, thuật ngữ Tỳ Kheo được dùng để chỉ một vị Tăng Phật giáo người đã thọ giới cụ túc. Điển hình là những vị có ước vọng muốn trở thành Tăng sĩ bằng cách trước tiên thọ giới Sa Di và sau đó thọ giới cụ túc. Thuật ngữ Tỳ Kheo có nghĩa là “khất sĩ,” chỉ những vị sư được cộng đồng Phật tử tại gia cúng dường vật thực. Những vị thọ cụ túc giới đã được định ra trong Luật Tạng (gồm 227 giới theo truyền thống Nguyên Thủy và 250 giới theo truyền thống Đại Thừa). Trong thời Đức Phật còn tại thế, Tăng sĩ điển hình phải du hành đó đây chứ không trụ lại một nơi cố định, trừ mùa mưa, nhưng trải qua một thời gian dài, các tự viện cố định được phát triển và ngày nay hầu hết các Tăng sĩ Phật giáo đều trụ lại tại các tự viện. Trong Phật giáo, tất cả chư Tỳ Kheo đều phải tùy thuộc vào của đàn na tín thí để sống tu, không có ngoại lệ. Tất cả chư Tỳ Kheo đều thuộc chủng tử Thích Ca, dòng họ của Phật. Tỳ kheo còn có nghĩa là người đã xuất gia, đã được giữ cụ túc giới. Tỳ Kheo có ba nghĩa. Khất sĩ: Người chỉ giữ một bình bát để khất thực nuôi thân, không chất chứa tiền của thế gian. Bố ma: Bố Ma là người đã phát tâm thọ giới, phép yết ma đã thành tựu, loài yêu ma phiền não phải sợ hãi. Phá ác: Người dùng trí huệ chân chính để quán sát và phá trừ mọi tật ác phiền não; người chẳng còn sa đọa vào vòng ái kiến nữa. Trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XVIII, Phẩm Cấu Uế, Đức Phật đã dạy: Trong hết thảy nhơ cấu đó, vô minh cấu là hơn cả. Các người có trừ hết vô minh mới trở thành

hàng Tỳ Kheo thanh tịnh (243). Trong Phẩm X, Phẩm Đạo Trưởng, Đức Phật đã dạy: Người nào nghiêm giữ thân tâm, chế ngự khắc phục ráo riết, thường tu phạm hạnh, không dùng đao gây gia hại sanh linh, thì chính người ấy là một Thánh Bà la môn, là Sa môn, là Tỳ khưu vậy (142). Trong Phẩm XIX, Phẩm Pháp Trụ, Đức Phật đã dạy: Chỉ mang bình khát thực, đâu phải là Tỳ kheo! Chỉ làm nghi thức tôn giáo, cũng chẳng Tỳ Kheo vậy! (266). Bỏ thiện và bỏ ác, chuyên tu hạnh thanh tịnh, lấy “biết” mà ở đời, mới thật là Tỳ Kheo (267).

Sơ Lược Về Danh Xưng Tỳ Kheo Ni Trong Phật Giáo: Trong Phật giáo, tứ chúng là chúng hội bao gồm chư Tăng, Ni, Ưu bà tắc và Ưu bà di. Tuy nhiên, Phật tử thường trực tu tập trong tự viện chỉ gồm hai chúng Tăng Ni. Tỳ kheo Ni là nữ tu Phật giáo, người đã gia nhập giáo đoàn và nguyện trì giữ 348 hoặc 364 giới Tỳ kheo Ni. Ngoài ra, Tỳ Kheo Ni phải luôn vâng giữ Bát Kính Giáo. Tỳ Kheo Ni là vị nữ tu sĩ đã thọ cụ túc giới. Theo những câu chuyện trong kinh tạng Ba Li, vị Tỳ Kheo Ni đầu tiên là bà kế mẫu của Đức Phật, bà Ma Ha Ba Xà Ba Đề. Bà này đã thuyết phục thị giả A Nan can thiệp cho mình được gia nhập giáo đoàn. Cuối cùng Đức Phật cho thành lập Ni Đoàn, tuân thủ 227 giới, giống như Tỳ Kheo trong truyền thống Nguyên Thủy, nhưng Tỳ Kheo Ni phải tuân thủ 348 giới theo truyền thống Đại Thừa. Tỳ Kheo Ni cũng như phải tuân thủ Bát Kính giới. Điều này làm cho Ni Đoàn có thấp trong tự viện. Người ta nói Đức Phật đã nói rằng vì sự ra đời của Ni đoàn mà Phật pháp chỉ hưng thịnh khoảng 500 năm mà thôi, thay vì tới 1.000 năm. Trong hầu hết các xứ theo truyền thống Phật giáo Nguyên Thủy, Ni đoàn đã bị tàn lụi, và hầu hết chư Ni chỉ có thể thọ giới Sa Di Ni theo truyền thống Đại Thừa. Có lẽ Ni đoàn đã bị tàn lụi vào khoảng năm 456, và chưa bao giờ được truyền qua các xứ Đông Nam Á. Tuy nhiên, Ni đoàn vẫn được truyền qua các xứ Đại Hàn, Đài Loan, Hồng Kông và Việt Nam, và có một số đông phụ nữ đã được truyền giới từ các vị giáo thọ người Hoa như một phần của phong trào phục hưng Ni đoàn tại các xứ theo Phật giáo Nguyên Thủy.

Nói về Giáo Đoàn Tỳ Kheo Ni, theo truyền thống, sau khi thọ giới Sa Di Ni và trước khi thọ giới Tỳ Kheo Ni, người nữ phải thọ một giới phẩm trung gian được gọi là “Thức Xoa Ma Na,” gồm những giới luật của Sa Di Ni cộng thêm 12 giới nữa. Sau khi thọ giới Thức Xoa Ma Na hai năm thì người nữ tu có thể thọ giới cụ túc. Dòng truyền thừa của tất cả những giới phẩm trên phải được trao truyền từ thầy xuống trò,

không hề bị gián đoạn kể từ thời Đức Phật cho đến ngày hôm nay. Tuy nhiên, tại các quốc gia theo Phật giáo Nguyên Thủy ở vùng Đông Nam Á thì dòng truyền thừa Ni Bộ đã bị mai một trong nhiều thế kỷ qua. Ngày nay có những phụ nữ thọ 10 giới được gọi là “Dasasilmatas.” Tại Thái Lan, người nữ thọ 8 giới được gọi là “Maejis.” Trong cả hai trường hợp trên, những giới luật mà người nữ thọ được xem là giới luật của người tại gia, và họ không được chính thức công nhận là những người nữ xuất gia. Tuy nhiên, nữ giới tại các quốc gia này đang xem xét việc có thể mang dòng truyền thừa “Sa Di Ni,” “Thức Xoa Ma Na,” và “Tỳ Kheo Ni” từ truyền thống Phật giáo Trung Hoa du nhập vào truyền thống Nguyên Thủy. Tại Tây Tạng, Phật giáo đã bắt đầu truyền giới Sa Di Ni cho phụ nữ, nhưng giới đàn truyền giới cho Tỳ Kheo Ni vẫn chưa có. Trong khi giới đàn truyền giới cho Sa Di Ni chỉ cần 4 vị Tỳ Kheo hay Tỳ Kheo Ni là có thể thực hiện được, giới đàn cho Tỳ Kheo Ni đòi hỏi phải có 10 vị Tỳ Kheo và 10 vị Tỳ Kheo Ni mới thực hiện được. Hơn nữa, vào thời đó thật là khó khăn cho các vị Tỳ Kheo Ni từ Ấn Độ du hành vượt qua dãy Hy Mã Lạp Sơn, nên đại giới đàn truyền giới cho Tỳ Kheo Ni đã không đến được Tây tạng. Phật giáo Trung Quốc vẫn tiếp tục duy trì hai dòng truyền thừa Tỳ Kheo và Tỳ Kheo Ni. Trong những năm gần đây, một số phụ nữ tại các quốc gia theo truyền thống Nguyên Thủy và Tây Tạng đã du hành đến Trung Quốc và Đài Loan để thọ giới Tỳ Kheo Ni với các vị thầy người Hoa. Người ta đang nghĩ đến việc tái lập giới đàn Tỳ Kheo Ni bằng cách đưa các dòng truyền thừa từ Trung quốc hay Đài Loan sang hệ thống Phật giáo Nguyên Thủy và Tây Tạng.

II. Tình Hoa Những Lời Phật Dạy Về Tỳ Kheo & Tỳ Kheo Ni

Trong Kinh Pháp Cú:

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng lan tỏa và hòa quyện với hương thơm của Bạc Tỳ Kheo. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, từ kệ số 360 đến kệ số 382, Đức Phật đã dạy: Chế phục được mắt, lành thay; chế phục được tai, lành thay; chế phục được mũi, lành thay; chế phục được lưỡi, lành thay (Pháp Cú 360). Chế phục được thân, lành thay; chế phục được lời nói, lành thay; chế phục được tâm ý, lành thay; chế phục được hết thấy, lành thay. Tỳ kheo nào chế phục được hết thấy thì giải thoát hết thấy khổ (Pháp Cú 361). Gìn giữ tay chân và ngôn ngữ, gìn giữ cái

đầu cao, tâm mến thích thiền định, riêng ở một mình, thanh tịnh và tự biết đầy đủ, ấy là bậc Tỳ kheo (Pháp Cú 362). Tỳ kheo nào điều nhiếp được ngôn ngữ, khôn khéo và tịch tịnh, thì khi diễn bày pháp nghĩa, lời lẽ rất hòa ái rõ ràng (Pháp Cú 363). Tỳ kheo nào an trú trong lạc viên Chánh-pháp, mến pháp và theo pháp, tư duy nhờ tưởng pháp, thì sẽ không bị thối chuyển khỏi tịnh đạo (Pháp Cú 364). Chớ nên khinh điều mình đã chứng, chớ thêm muốn điều người khác đã chứng. Tỳ kheo nào chỉ lo thêm muốn điều người khác tu chứng, cuối cùng mình không chứng được tam-ma-địa (chánh định) (Pháp Cú 365). Hàng Tỳ kheo dù được chút ít cũng không sinh tâm khinh hiềm, cứ sinh hoạt thanh tịnh và siêng năng, nên đáng được chư thiên khen ngợi (Pháp Cú 366). Nếu với thân tâm không lamm chấp là “ta” hay “của ta.” Vì không ta và của ta nên không lo sợ. Người như vậy mới gọi là Tỳ kheo (Pháp Cú 367). Hàng Tỳ kheo an trú trong tâm từ bi, vui thích giáo pháp Phật Đà, sẽ đạt đến cảnh giới tịch tịnh an lạc, giải thoát các hành (vô thường) (Pháp Cú 368). Tỳ kheo mức nước trong chiếc thuyền này, hễ nước hết thì thuyền nhẹ và mau đi; Cũng như thế, đoạn trừ tham dục và sân nhuế trong thân này, hễ tham dục hết thì mau chứng đến Niết bàn (Pháp Cú 369). Tỳ kheo nào đoạn được năm điều phiền não: tham, sân, si, mạn, nghi; bỏ được năm điều: tham ái sắc, tham ái vô sắc, lừa đảo, phóng dật, và si mê; siêng tu năm điều: tín, tấn, niệm, định, huệ; vượt khỏi năm điều say đắm: tham ái, sân hận, si mê, tà kiến. Ta gọi là người đã vượt qua dòng nước lũ (Pháp Cú 370). Nay các Tỳ Kheo, hãy mau tu thiền định! Chớ buông lung, chớ mê hoặc theo dục ái. Đừng đợi đến khi nuốt hườn sắt nóng, mới ăn năn than thở (Pháp Cú 371). Không có trí huệ thì không có thiền định, không có thiền định thì không có trí tuệ. Người nào gồm đủ thiền định và trí tuệ thì gần đến Niết bàn (Pháp Cú 372). Tỳ kheo đi vào chỗ yên tĩnh thì tâm thường vắng lặng, quán xét theo Chánh pháp thì được thọ hưởng cái vui siêu nhân (Pháp Cú 373). Người nào thường nghĩ đến sự sanh diệt của các uẩn, thì sẽ được vui mừng hạnh phúc. Nên biết: người đó không bị chết (Pháp Cú 374). Nếu là bậc Tỳ kheo sáng suốt, dù ở trong đời, trước tiên vẫn lo nhiếp hộ các căn và biết đủ, hộ trì giới luật (Pháp Cú 375). Thái độ thì phải thành khẩn, hành vi thì phải đoan chánh; được vậy, họ là người nhiều vui và sạch hết khổ não (Pháp Cú 376). Cành hoa Bạt-tất-ca bị úa tàn như thế nào, thì Tỳ kheo các ông, cũng làm cho tham sân úa tàn thế ấy (Pháp Cú 377). Vì Tỳ kheo nào thân ngữ thanh tịnh,

tâm an trú tam muội, xa lìa nơi dục lạc, Ta gọi họ là người tịch tịnh (Pháp Cú 378). Các người hãy tự kính sách, các người hãy tự phản tỉnh! Tự hộ vệ và chánh niệm theo Chánh pháp mới là Tỳ kheo an trụ trong an lạc (Pháp Cú 379). Chính các người là kẻ bảo hộ cho các người, chính các người là nơi nương náu cho các người. Các người hãy gắng điều phục lấy mình như thương khách lo điều phục con ngựa mình (Pháp Cú 380). Tỳ kheo nào đầy tâm hoan hỷ, thành tín theo giáo pháp Phật Đà, sẽ đạt đến cảnh giới tịch tịnh an lạc, giải thoát các hành (vô thường) (Pháp Cú 381). Những Tỳ kheo tuy tuổi nhỏ mà siêng tu đúng giáo pháp Phật Đà, là ánh sáng chiếu soi thế gian, như mặt trăng ra khỏi mây mù (Pháp Cú 382).

Chương Mười Tám

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Hạnh Bà La Môn Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Bà La Môn Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Bà La Môn là một đạo giáo cổ truyền của Ấn Độ cách đây trên bốn ngàn năm, do ông Krishna sáng lập, giáo thuyết chính dựa trên kinh Vệ Đà. Căn cứ trên Thánh kinh Vệ Đà thì thần Phạm Thiên là vị thần có quyền pháp sáng tạo ra muôn vật. Có bốn giai cấp trong xã hội theo Ấn Độ giáo. Theo đạo Bà La Môn, sống đây là sống gỏi. Chết sẽ về với Phạm Thiên đời đời nếu tuân theo đúng chân lý của Phạm Thiên. Bà La Môn là những người thuộc giai cấp cao nhất trong xã hội Ấn Độ dưới thời Đức Phật. Theo Phật giáo, có bốn giai cấp ở Ấn Độ vào thời Đức Phật còn tại thế : Bà La Môn, Sát Đế Lợi, Phệ Xá, và Thủ Đà La. Bà La Môn giai cấp tu sĩ tịnh hạnh (họ chuyên về lễ nghi tế tự, họ cấy vào thế lực Ấn Độ Giáo. Sát Đế Lợi là giai cấp quý tộc (giữ quyền thống trị đất nước về quân sự và hành chánh). Phệ Xá là giai cấp thương nhân và địa chủ (họ chuyên buôn bán và làm chủ các sở đất). Thủ Đà La là nông nô hay giai cấp nông dân và tôi mọi (họ là những người bị dân tộc Nhã Lợi An, Aryan chinh phục, sai khiến, và bắt buộc làm nô lệ cho ba giai cấp vừa kể trên). Chế độ giai cấp bất bình đẳng của xã hội Ấn Độ thời bấy giờ gây nên áp bức, nghi kỵ, và thù hiềm lẫn nhau; từ đó phát sinh những phong trào chống đối và cải cách. Đây là sự kiện khiến Phật giáo xuất hiện. Ngoài bốn giai cấp kể trên, còn có một hạng người thuộc giai cấp Chiên Đà La, bị các giai cấp trên coi như giai cấp thấp nhất, gồm nhớp mà không ai dám đụng tới, bị đối xử tàn nhẫn như thú vật. Nói tóm lại, Bà La Môn là một người thuộc giai cấp tu sĩ tịnh hạnh ở Ấn Độ. Tịnh hạnh Bà La Môn là một người thuộc giai cấp tu sĩ tịnh hạnh ở Ấn Độ, chuyên về lễ nghi tế tự, họ cấy vào thế lực Ấn Độ Giáo. Ấn Độ giáo (Hinduism), luôn luôn củng cố địa vị và quyền lợi ăn trên ngồi trước của họ). Họ tạo ra nhiều huyền thoại để củng cố địa vị của mình. Theo Kinh Vệ Đà thì hạng Bà La Môn đời đời nối nghiệp giữ đạo cổ truyền trong sạch của cha ông,

người giảng giải kinh Vệ Đà, thầy dạy về kiến thức tôn giáo, và chủ chăn hay là gạch nối giữa con người, thế giới và Thượng đế. Những vị này phải giữ gìn tịnh hạnh như ăn chay, cử rượu, vân vân. Họ cho rằng Bà La Môn sanh ra từ miệng của Phạm Thiên; Sát Đế Lợi sanh ra từ vai của Phạm Thiên; Phệ Xá sanh ra từ hông của Phạm Thiên; và Thủ Đà La sanh ra từ bàn chân của Phạm Thiên.

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Hạnh Bà La Môn Trong Kinh Pháp Cú:

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm tịnh hạnh Bà La Môn lúc nào cũng lan tỏa khắp trong vườn hoa Pháp Cú. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XXVI, Phẩm Bà La Môn, từ kệ số 383 đến kệ số 423, Đức Phật đã dạy: Dừng cảm đoạn trừ dòng ái dục, các người mới là Bà-la-môn! Nếu thấu rõ các uẩn diệt tận, các người liền thấy được vô tác (Niết bàn) (Pháp Cú 383). Nhờ thường trú trong hai pháp, hàng Bà-la-môn đạt đến bờ kia; dù có bao nhiêu ràng buộc, đều bị trí tuệ dứt sạch (Pháp Cú 384). Không bờ kia cũng không bờ này, hai bờ đều không thật, chỉ xa lìa khổ não chẳng bị trói buộc nữa. Ta gọi họ là Bà-la-môn (Pháp Cú 385). Ai nhập vào thiền định, an trụ chỗ ly trần, sự tu hành viên mãn, phiền não lậu dứt sạch, chứng cảnh giới tối cao, Ta gọi họ là Bà-la-môn (Pháp Cú 386). Mặt trời chiếu sáng ban ngày, mặt trăng chiếu sáng ban đêm, khí giới chiếu sáng dòng vua chúa, thiền định chiếu sáng kẻ tu hành, nhưng hào quang Phật chiếu sáng khắp thế gian (Pháp Cú 387). Dứt bỏ các ác nghiệp, gọi là Bà-la-môn; thường tu hành thanh tịnh, thì gọi là Sa-môn; còn trừ bỏ cấu uế, gọi là người xuất gia (Pháp Cú 388). Chớ nên đánh đập Bà-la-môn! Bà-la-môn chớ nên sân hận! Người đánh đập mang điều đáng hổ, người sân hận hay lấy oán trả oán lại càng đáng hổ hơn (Pháp Cú 389). Bà-la-môn! Đây không phải là điều ích nhỏ, nếu biết vui mừng chế phục tâm mình. Tùy lúc đoạn trừ tâm độc hại mà thống khổ sẽ được ngăn dứt liền (Pháp Cú 390). Chế ngăn thân, ngữ, ý không cho làm các điều ác, chế ngăn được ba chỗ đó, Ta gọi họ là Bà-la-môn (Pháp Cú 391). Được nghe đấng Chánh đẳng giác thuyết pháp, bất luận ở nơi nào, hãy đem hết lòng cung kính như Bà-la-môn kính thờ thần lửa (Pháp Cú 392). Chẳng phải vì núm tóc, chẳng phải vì chủng tộc, cũng chẳng phải tại nơi sanh mà gọi là Bà-la-môn; nhưng ai hiểu biết chân thật, thông đạt chánh pháp, đó mới là kẻ Bà-la-môn hạnh phúc (Pháp Cú 393).

Người ngu bó tóc chùm hay cạo tóc, và chuyên mặc áo da lộc hay áo cà sa đâu có ích chi? Trong lòng còn chứa đầy tham dục, thì dung nghi bên ngoài chỉ là trang điểm suông (Pháp Cú 394). Dù mặc áo phấn tảo, gầy ốm lộ gân xương, mà ở rừng sâu tu thiền định, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 395). Bà-la-môn không phải chấp chặt vào chuyện từ bụng mẹ đẻ ra hay do sự giàu có. Người nào lia hết chấp trước như vậy, dù nghèo Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 396). Đoạn hết các kiết sử, không còn sợ hãi chi, không bị đấm trước ràng buộc. Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 397). Như ngựa bỏ đai da, bỏ cương dây và đồ sở thuộc, người giác tri bỏ tất cả chướng ngại, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 398). Nhẫn nhục khi bị đánh mắng, không sanh lòng sân hận; người có đội quân nhẫn nhục hùng cường, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 399). Đầy đủ các đức hạnh không nóng giận, trì giới thanh tịnh không dục nhiễm, thì chỉ ngang thân này là cuối cùng, không bị tiếp tục sanh nữa, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 400). Người nào không nhiễm đắm những điều ái dục như giọt nước trên lá sen, như hột cải đặt đầu mũi kim, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 401). Nếu ngay tại thế gian này, ai tự giác ngộ và diệt trừ đau khổ, trút bỏ gánh nặng mà giải thoát, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 402). Người có trí tuệ sâu xa, biết rõ thế nào là đạo, thế nào là phi đạo và chứng đến cảnh giới vô thượng, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 403). Chẳng lẫn lộn với tục luân, chẳng tạp xen với Tăng lữ, xuất gia lìa ái dục, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 404). Thả bỏ con dao sát hại đối với bất luận loài nào, lớn hay nhỏ, mà đã người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 405). Ở giữa đám người cừu địch mà gây tình hữu nghị, ở giữa đám người hung hăng cầm gậy mà giữ khí ôn hòa, ở giữa đám người chấp đắm mà lòng không chấp đắm, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 406). Từ lòng tham dục, sân nhuế, kiêu mạn cho đến lòng hư nguy đều thoát bỏ cả như bột cải không dính đầu mũi kim, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 407). Chỉ nói lời chân thật hữu ích, chẳng nói lời thô ác, chẳng xúc giận đến ai, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 408). Đối với bất luận vật gì xấu hay tốt, dài hay ngắn, thô hay tế mà người ta không cho thì không bao giờ lấy, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 409). Đối với đời này cũng như đời khác đều không mong lòng dục vọng, vô dục nên giải thoát, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 410). Người không còn tham dục và nghi hoặc thì được

giác ngộ chứng bậc vô sanh, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 411). Nếu đối với thế gian nầy tâm không chấp trước thiện ác, thanh tịnh không ưu lo, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 412). Dứt sạch ái dục không cho tiếp tục sanh ra, như trăng trong không bọt, như nước yên lặng sáng ngời, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 413). Vượt khỏi con đường gồ ghề lầy lội, ra khỏi biển luân hồi ngu si mà lên đến bờ kia, an trú trong thiền định, không dục vọng, không nghi lằm, cũng không chấp đắm rằng mình chứng Niết Bàn tịch tịnh, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 414). Xa bỏ dục lạc ngay tại đời nầy mà xuất gia làm Sa-môn, không cho phát sinh trở lại, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 415). Xa bỏ ái dục ngay tại đời nầy mà xuất gia làm Sa-môn, không cho phát sinh trở lại, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 416). Ra khỏi trói buộc của nhân gian, vượt khỏi trói buộc ở thiên thượng, hết thấy trói buộc đều xa lánh, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 417). Xa bỏ những điều đáng mừng và điều không đáng mừng, thanh lương không phiền não, dũng mãnh hơn thế gian, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 418). Nếu biết tất cả loài hữu tình tử thế nào, sinh thế nào, rồi đem tâm khôn khéo vượt qua, không chấp trước, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 419). Dù chư thiên, Càn-thát-bà hay nhân loại, không ai biết được nơi chốn của những vị A-la-hán đã dứt sạch phiền não, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 420). Đối với pháp quá khứ, vị lai hay hiện tại, người kia chẳng có một vật chi; người không chấp đắm một vật chi ấy, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 421). Hạng người dũng mãnh tôn quý như trâu chúa, hạng người thắng lợi vô dục như đại tiên, hạng người tắm xong sạch sẽ và giác tỉnh, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 422). Những vị Mâu Ni (thanh tịnh) hay biết đời trước, thấy cả cõi thiên và các cõi đau khổ (ác thú), đã trừ diệt sự tục sinh, thiện nghiệp hoàn toàn, thành bậc vô thượng trí; người viên mãn thành tựu mọi điều như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 423).

Chương Mười Chín

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Bố Thí Trong Kinh Pháp Cú

Bố Thí là hạnh tu đầu của sáu phép Ba La Mật. Ba La Mật có nghĩa là đưa người sang bờ bên kia, tức là bờ giải thoát; giải thoát khỏi bệnh tật, nghèo đói, vô minh, phiền não, sanh tử. Bố thí cũng là một trong mười khí giới của Bồ Tát, vì bố thí có thể diệt trừ tất cả xan tham. Chư Bồ Tát an trụ nơi pháp này thời có thể diệt trừ những phiền não, kiết sử đã chứa nhóm từ lâu của tất cả chúng sanh. Theo từ Hán Việt, Bố có nghĩa là rộng lớn hay không có giới hạn, Thí có nghĩa là cho. Bố Thí là cho một cách rộng lớn, cho không giới hạn. Bố thí thực phẩm hay pháp giáo, đưa đến lợi lạc cho đời này và đời sau trong kiếp lai sanh, xao lãng hay từ chối không bố thí sẽ có hậu quả ngược lại. Đức Phật dạy: “Tham lam chính là đầu mối của các sự khổ đau trong vòng luân hồi sanh tử. Vì hễ có tham là có chấp giữ; có chấp giữ là còn bị trói buộc; còn bị trói buộc tức là chưa giải thoát; chưa giải thoát tức là còn luân hồi sanh tử; còn luân hồi là còn làm chúng sanh; còn làm chúng sanh là còn tiếp tục chịu các cảnh khổ đau phiền não.” Vì thấy các mối nguy hại của tham lam, nên Đức Phật đã nhấn mạnh với chúng sanh về pháp môn bố thí. Theo Thiền sư Đạo Nguyên Hy Huyền (1200-1253) trong quyển Ánh Trăng Trong Giọt Sương, "Đức Phật đã nói: 'Nếu bạn tu tập để mưu cầu cho mình một điều gì, bạn sẽ đồng thời mang lại bao nhiêu điều khác nữa cho cha mẹ, vợ con của bạn.' Vì thế, bạn cũng nên biết rằng mưu cầu cho mình một điều gì đó cũng là một cách bố thí. Mưu cầu cho gia đình cũng là bố thí. nếu bạn chỉ bố thí một hạt bụi, bạn vẫn nên vui sướng với hành động của bạn bởi vì bạn đã truyền lại công đức của chư Phật một cách đúng đắn và đó cũng chính là lần đầu tiên bạn thực hiện một hành vi của Bồ Tát. Tâm thức của chúng sanh khó mà biến cải được. Cần phải cố công để thay đổi tâm thức của chúng sinh ngay từ lúc đầu tiên, khi họ mới chỉ là một hạt nhỏ nhất cho đến khi họ đạt được Đạo. Điều đó nên bắt đầu từ bố thí. Vì lẽ đó, bố thí đứng đầu trong Lục Độ Ba La Mật. Tâm thức không đo được. Điều ta bố thí cũng không đo được. Hơn nữa, trong lúc bố thí, tâm thức làm biến đổi tặng vật và tặng vật làm biến đổi tâm

thức." Bồ thí theo tiếng Phạn là "Dana", có nghĩa là "cúng dường." Nói chung từ "dana" chỉ một thái độ khoan đại. Đàn na quan hệ với việc phát triển một thái độ sẵn sàng cho ra những gì mà mình có để làm lợi lạc chúng sanh. Trong Phật giáo Đại thừa, đây là một trong lục Ba La Mật. Hành vi tự phát tặng cho tha nhân một vật, năng lượng hay trí năng của mình. Bồ thí là một trong sáu hạnh Ba La Mật của người tu Phật, là tác động quan trọng nhất làm tăng công đức tu hành mà một vị Bồ Tát tu tập trên đường đi đến Phật quả. Trong Phật giáo Nguyên Thủy, đàn na là một trong mười pháp "quán chiếu" và là những tu tập công đức quan trọng nhất. Đàn na là một thành phần chủ yếu trên đường tu tập thiền quán, vì chính đàn na giúp chúng ta vượt qua tánh ích kỷ, đem lại lợi lạc cho cả đời này lẫn đời sau. Ngày nay, việc Phật tử tại gia cúng dường cho chư Tăng Ni cũng được gọi là "đàn na," và đây là một trong những hoạt động tôn giáo quan trọng nhất cho người tại gia tại các quốc gia Đông Á. Người tại gia tin rằng cúng dường cho chư Tăng Già sẽ mang lại lợi lạc lớn hơn là cho người thường, vì ngoài đức Phật ra thì chư Tăng Ni cũng được xem là "phước điền" trong Phật giáo. Tuy nhiên, người Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng khi bố thí phải bố thí bình đẳng cho tất cả chúng sanh mà không màng chúng sanh có xứng đáng hay không. Chúng ta phải bằng mọi cách giúp đỡ lẫn nhau. Khi bố thí, không nên ấp ủ ý tưởng đây là người cho kia là kẻ được cho, cho cái gì và cho bao nhiêu, được như vậy thì kiêu mạn và tự phụ sẽ không sanh khởi trong ta. Đây là cách bố thí vô điều kiện hay bi tâm dựa trên căn bản bình đẳng. Bồ thí Ba la mật còn là cửa ngõ đi vào hào quang chư pháp, vì nhờ đó mà trong từng giây phút, chúng ta làm cho chúng sanh hoan hỷ cũng như làm trang nghiêm cõi Phật; nhờ Bồ thí Ba la mật mà chúng ta chỉ dạy và hướng dẫn chúng sanh lìa bỏ tánh tham lam bồn xển. Đặc biệt, chư Bồ Tát bố thí bình đẳng cho tất cả chúng sanh mà không màng chúng sanh có xứng đáng hay không. Trong Kinh Bốn Sanh kể nhiều câu chuyện về Bồ Tát hoàn thành bồ thí Ba La Mật. Như trong một tiền kiếp của Đức Phật, lúc đó Ngài chỉ là một Bồ Tát, dù dưới dạng nhân hay phi nhân để thực hành hạnh bồ thí. Trong Kinh Bốn Sanh Đại Kapi có kể Bồ Tát là chúa của loài khỉ bị quân lính của vua xứ Varanasi tấn công. Để cứu đàn khỉ, chúa khỉ lấy thân mình giăng làm cầu cho đàn khỉ chạy thoát. Trong Kinh Bốn Sanh Sasa, Bồ Tát là một chú thỏ rừng. Để giữ trọn như lời đã hứa, thỏ hiến thân mình chết thay cho một con thỏ khác. Trong

truyện hoàng tử Thiện Hữu, để thực hiện lời nguyện bố thí ba la mật, hoàng tử không chỉ bố thí lâu đài hay thành quách, mà còn bố thí ngay đến vợ con và cả thân thể tứ chi của Ngài. Theo Thanh Tịnh Đạo, Bồ Tát vì lợi ích số đông, thấy chúng sanh đau khổ, muốn cho họ đạt được trạng thái an lạc mà nguyện tu tập Ba La Mật, khi bố thí Ba La Mật được hoàn thành thì tất cả các Ba La Mật khác đều được hoàn thành. Theo Kinh Thí Dụ, Bồ Tát bố thí cho những ai cần, rồi Bồ Tát tu hành tịnh hạnh và Ba La Mật cho đến viên mãn. Cuối cùng ngài đạt được giác ngộ tối thượng, chánh đẳng chánh giác. Theo từ Hán Việt, Bố có nghĩa là rộng lớn hay không có giới hạn, Thí có nghĩa là cho. Bố Thí là cho một cách rộng lớn, cho không giới hạn. Trong phần giảng giải Kinh Bát Đại Nhân Giác, Thiền Sư Thích Nhất Hạnh đã giải thích về “Bố Thí” như sau: Bố Thí là cho ra đồng đều, có nghĩa là làm san bằng sự chênh lệch giàu nghèo. Bất cứ hành động nào khiến cho tha nhân bớt khổ và thực thi công bằng xã hội đều được xem là “Bố Thí.” Bố Thí là hạnh tu đầu của sáu phép Ba La Mật. Ba La Mật có nghĩa là đưa người sang bờ bên kia, tức là bờ giải thoát; giải thoát khỏi bệnh tật, nghèo đói, vô minh, phiền não, sanh tử. Tuy nhiên, Phật pháp nói dễ khó làm. Bố thí tức là dùng tài sản vật chất hoặc Phật pháp bố thí cho người khác. Có người lúc cần bố thí thì không chịu bố thí. Ngược lại, lúc nào cũng muốn người khác cho mình, càng nhiều càng tốt. Người ấy luôn tìm cách chiếm đoạt tiện nghi. Vì vậy nói Phật pháp nói dễ khó làm là ở chỗ này. Người tu theo Phật phải nên biết hai chữ “Bố thí” và “Cúng dường” cũng đồng một nghĩa. Ở nơi chúng sanh thì gọi là “Bố thí.” Ở nơi cha mẹ, cùng các bậc thầy tổ và chư Thánh nhân thì gọi là cúng dường. Theo Thanh Tịnh Đạo, Ngài Phật Âm định nghĩa “Danam vuccati avakkhandham” là “thật lòng bố thí” thì gọi là “Đà na,” mặc dù theo nghĩa đen “đàn na” có bốn nghĩa: 1) bố thí, 2) rộng lượng, 3) của cứu tế, và 4) hào phóng. ***Tinh hoa những lời Phật dạy về Bố Thí lúc nào cũng lan tỏa khắp trong Vườn Hoa Pháp Cú. Và trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XVIII, Phẩm Cấu Uế, Đức Phật đã dạy:*** “Vì có tín tâm hoan hỷ nên người ta mới bố thí, trái lại kẻ có tâm ganh ghét người khác được ăn, thì ngày hoặc đêm kẻ kia không thể nào định tâm được (Pháp Cú 249). Nhưng kẻ nào đã cắt được, nhổ được, diệt được tâm tưởng ấy, thì ngày hoặc đêm, kẻ kia đều được định tâm (Pháp Cú 250). Cũng trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XXIV, Phẩm Ái Dục, Đức Phật đã dạy: Trong các cách bố thí, pháp thí là hơn cả; trong các chất vị,

pháp vị là hơn cả; trong các hỷ lạc, pháp hỷ là hơn cả; người nào trừ hết mọi ái dục là vượt trên mọi đau khổ (Pháp Cú 354). Cỏ làm hại rất nhiều ruộng vườn, tham dục làm hại rất nhiều thế nhân. Vậy nên bố thí cho người lìa tham, sẽ được quả báo lớn (Pháp Cú 356). Cỏ làm hại rất nhiều ruộng vườn, sân nhuế làm hại rất nhiều thế nhân. Vậy nên bố thí cho người lìa sân, sẽ được quả báo lớn (Pháp Cú 357). Cỏ làm hại rất nhiều ruộng vườn, ngu si làm hại rất nhiều thế nhân. Vậy nên bố thí cho người lìa si, sẽ được quả báo lớn (Pháp Cú 358). Cỏ làm hại rất nhiều ruộng vườn, ái dục làm hại rất nhiều thế nhân. Vậy nên bố thí cho người lìa dục, sẽ được quả báo lớn (Pháp Cú 359)”.

Chương Hai Mươi

Những Lời Phật Dạy Về Chánh Đạo Trong Tinh Hoa Kinh Pháp Cú

Chánh Đạo hay Thánh Đạo là những con đường tuyệt vời trong tu tập Phật giáo. Trong Phật giáo, Bát Thánh Đạo chính là diệu đế thứ tư trong tứ diệu đế có thể giúp cho chúng ta ngăn ngừa những trở ngại trong cuộc sống hằng ngày. Đây là con đường đưa đến chấm dứt khổ đau phiền não. Nếu chúng ta đi theo Bát Thánh Đạo thì cuộc sống của chúng ta sẽ ít khổ đau và nhiều hạnh phúc hơn. Bát Thánh Đạo là tám con đường dẫn tới sự chấm dứt đau khổ, mục đích của diệu đế thứ ba trong tứ diệu đế, diệt đế. Bát Chánh Đạo là tám nẻo trong 37 nẻo Bồ đề. Tu tập Bát Chánh Đạo sẽ đưa đến những lợi ích thực sự như tự cải tạo tự thân, vì tu bát chánh đạo là sửa đổi mọi bất chính, sửa đổi mọi tội lỗi trong đời sống hiện tại, đồng thời còn tạo cho thân mình có một đời sống chân chánh, lợi ích và thiện mỹ; cải tạo hoàn cảnh vì nếu ai cũng tu bát chánh đạo thì cảnh thế gian sẽ an lành tịnh lạc, không còn cảnh khổ đau bất hạnh gây nên bởi hận thù, tranh chấp hay chiến tranh giữa người với người, giữa nước này với nước kia, hay chủng tộc này với chủng tộc khác, ngược lại lúc đó thanh bình sẽ vĩnh viễn ngự trị trên quả đất này; tu bát chánh đạo còn là căn bản đầu tiên cho sự giác ngộ, là nền tảng chánh giác, là căn bản giải thoát, ngày nay tu bát chánh đạo là gieo trồng cho mình những hạt giống Bồ Đề để ngày sau gặt hái quả Niết Bàn Vô Thượng. Bát Chánh đạo hay Bát Thánh Đạo là tám con đường đúng hay tám con đường của các bậc Thánh. Bát Thánh Đạo chính là thấy đúng, suy nghĩ đúng, nói năng đúng, hành động đúng, sống đúng, nỗ lực đúng, ghi nhớ đúng, và thiền định đúng. Thuật ngữ “Đúng” trong Phật giáo có nghĩa là bất cứ suy nghĩ hay hành động nào không gây trở ngại, phiền não và đau khổ cho người và cho mình; mà ngược lại, sự suy nghĩ và hành động này sẽ đưa đến an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc cho mình và cho người. Chánh kiến là từ bỏ cách nhìn hướng về cái ngã của các sự vật và có cái thấy như thật của Đức Phật, nghĩa là vạn sự vạn vật không có tự tánh, không độc lập, mà hiện hữu do sự tổng hợp của nhau, cái này có thì cái kia có, cái này không thì cái kia không. Chánh tư duy là không thiên về thái độ quy

ngã đối với sự vật, mà suy nghĩ về sự vật một cách đúng đắn. Chánh tư duy dạy chúng ta từ bỏ ba cái xấu để có được cái tâm độ lượng như tâm Phật: không tham muốn hay chỉ nghĩ đến sự thủ đắc cho riêng mình; không giận ghét hay không ưa thích khi sự việc xảy ra không như ý mình muốn; và không ác độc hay muốn được theo ý mình trong mọi sự. Chánh ngữ dạy chúng ta sử dụng ngôn từ đúng đắn trong đời sống hằng ngày và tránh bốn thứ xấu ác về miệng như nói dối, nói lười hai chiều, nói lời vu khống và nói lời không cần thận. Chánh nghiệp là sự ứng xử hằng ngày phù hợp với giới luật của Đức Phật, nghĩa là phải kiềm chế ba điều xấu nơi thân, làm trở ngại cho những hành động đúng như sát hại không cần thiết, trộm cắp, và tà dâm. Chánh mạng là thu hoạch thức ăn, quần áo, nhà cửa và các nhu cầu khác trong cuộc sống một cách đúng đắn. Chánh mạng dạy chúng ta kiếm sống bằng công việc không gây phiền khổ cho người khác hay những nghề vô ích cho xã hội, mà phải sống bằng sự thu nhập chính đáng bằng nghề nghiệp chính đáng và có ích cho người khác. Chánh tinh tấn là luôn hành sử đúng đắn, không lười biếng hay đi lệch khỏi con đường chân chánh, tránh những sai lầm như ba điều xấu về ý, bốn điều xấu về miệng và ba điều xấu về thân. Chánh niệm là tu tập bằng cái tâm đúng đắn như Đức Phật đã tu tập, nghĩa là chúng ta phải chú tâm vào vạn sự vạn vật trong vũ trụ bằng cái tâm thanh tịnh và chính đáng. Cuối cùng là chánh định, nghĩa là luôn luôn không bị dao động vì những thay đổi của hoàn cảnh bên ngoài.

Hương thơm Chánh Đạo lúc nào cũng lan tỏa khắp trong Vườn Hoa Pháp Cú. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XII, Phẩm Tự Kỳ, Đức Phật đã dạy: Trước hãy tự đặc mình vào Chánh đạo rồi sau giáo hóa kẻ khác, được như vậy mới tránh khỏi đều lầm lỗi xảy ra (Pháp Cú 158). Những người ác tuệ ngu si, vì tâm tà kiến mà vu miệt giáo pháp A-la-hán, vu miệt người lành Chánh đạo và giáo pháp đức Như Lai để tự mang lấy bại hoại, như giống cỏ cách-tha hễ sinh hoa quả xong liền tiêu diệt (Pháp Cú 164). ***Trong Phẩm XX, Phẩm Đạo, từ kệ số 273 đến kệ số 289, Đức Phật đã dạy:*** Bát Chánh Đạo là đạo thù thắng hơn các đạo. Tứ đế là lý thù thắng hơn các lý. Ly dục là pháp thù thắng hơn các pháp. Cụ nhân là bậc thù thắng hơn các bậc Thánh hiền (Pháp Cú 273). Chỉ có con đường này, chẳng còn con đường nào khác có thể làm cho tri kiến các người thanh tịnh. Các người thuận làm theo, thì bọn ma bị rối loạn (Pháp Cú 274). Các người thuận tu theo

Chánh đạo trên này, thì khổ não sẽ dứt hết, và biết rằng Đạo ta nói có sức trừ diệt chông gay (Pháp Cú 275). Các người hãy tự nỗ lực lên! Như Lai chỉ dạy cho con đường giác ngộ, chứ không giác ngộ cho ai được. Sự trói buộc của ma vương sẽ tùy sức thiền định của các người mà được cởi mở (Pháp Cú 276). Các hành đều vô thường; khi đem trí tuệ soi xét được như thế thì sẽ nhàm lìa thống khổ để đi đến giải thoát. Đó là Đạo thanh tịnh (Pháp Cú 277). Các hành đều là khổ; khi đem trí tuệ soi xét được như thế thì sẽ nhàm lìa thống khổ để được giải thoát. Đó là Đạo thanh tịnh (Pháp Cú 278). Hết thấy pháp đều vô ngã; khi đem trí tuệ soi xét được như thế thì sẽ nhàm lìa thống khổ để được giải thoát. Đó là Đạo thanh tịnh (Pháp Cú 279). Khi đáng nỗ lực, không nỗ lực, thiếu niên cường tráng đã lười biếng, ý chí tiêu trầm và nhu nhược; kẻ biếng nhác làm gì có trí để ngộ Đạo (Pháp Cú 280). Thận trọng lời nói, kềm chế ý nghĩ, thân không làm ác, ba nghiệp thanh tịnh, là được Đạo Thánh Nhơn (Pháp Cú 281). Tu Du-già thì trí phát, bỏ Du-già thì tuệ tiêu. Biết rõ hay lẽ này thế nào là đặc thất, rồi nỗ lực thực hành, sẽ tăng trưởng thêm trí tuệ (Pháp Cú 282). Hãy đốn rừng dục vọng, chớ đốn cây thọ lâm; từ dục vọng sinh ra lo sợ, hãy thoát ngoài rừng dục vọng (Pháp Cú 283). Những sợi dây tình giữa gái trai chưa dứt thì tâm còn bị buộc ràng, như trâu con còn bú sữa, thì chẳng rời vú mẹ bao giờ (Pháp Cú 284). Tự mình dứt hết ái tình, như lấy tay bẻ cành sen thu; siêng tu Đạo tịch tịnh. Đó là Niết bàn mà đức Thiện thế đã truyền dạy (Pháp Cú 285). “Mùa mưa ta ở đây, đông hạ ta cũng ở đây,” đây là tâm tưởng của hạng người ngu si, không tự giác những gì nguy hiểm (Pháp Cú 286). Người đắm yêu con cái và súc vật thì tâm thường mê hoặc, nên bị tử thần bắt đi như xóm làng đang say ngủ bị cơn nước lũ lôi cuốn mà không hay (Pháp Cú 287). Một khi tử thần đã đến, chẳng có thân thuộc nào có thể thế thay, dù cha con thân thích chẳng làm sao cứu hộ (Pháp Cú 288). Biết rõ lý lẽ trên, người trí hãy gắng trì giới, thấu hiểu đường Niết bàn, mau làm cho thanh tịnh (Pháp Cú 289).

Chương Hai Mười Một

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Chánh Pháp Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Chánh Pháp Trong Phật Giáo:

Trong Phật giáo, thời kỳ chánh pháp là thời Đức Phật thị hiện trên thế gian để dạy Phật pháp. Trong thời kỳ này có nhiều bậc A La Hán, Bồ Tát và các bậc hiền thánh xuất hiện làm đệ tử của Đức Phật. Chánh pháp là giai đoạn kéo dài 500 năm (có người nói 1.000 năm) sau ngày Phật nhập diệt. Tuy Phật đã nhập diệt, nhưng pháp nghi giới luật của Ngài dạy và để lại vẫn còn vững chắc. Hơn nữa, trong giai đoạn này chúng sanh nghiệp nhẹ tâm thuần, nên có nhiều có tới 80 đến 90 phần trăm người nghe pháp tu hành đắc quả. Nghĩa là có người hành trì chân chánh và có người tu chứng. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật nói: “Này Mahamati! Khi Chánh Pháp được hiểu thì sẽ không có sự gián đoạn của dòng giống Phật.” Thời Chánh Pháp còn là thời kỳ mà phương pháp đúng, thường được dùng để tu tập như Tứ Diệu Đế và Bát Chánh Đạo. Trong Kinh Ma Ha Ma Gia, Đức Phật có tiên đoán: “Sau khi Ta nhập Niết Bàn rồi thì một trăm năm sau, có Tỳ Kheo Ưu Ba Cúc Đa, đủ biện tài thuyết pháp như Phú Lâu Na, độ được vô lượng chúng sanh. Một trăm năm sau đó (tức là hai trăm năm sau khi Phật nhập diệt), có Tỳ Kheo Thi La Nan Đà, khéo nói pháp yếu, độ được mười hai triệu người trong châu Diêm Phù Đề. Một trăm năm kế đó (tức là ba trăm năm sau khi Phật nhập diệt), có Tỳ Kheo Thanh Liên Hoa Nhân, thuyết pháp độ được nửa triệu người. Một trăm năm kế nữa (tức bốn trăm năm sau khi Phật nhập diệt), có Tỳ Kheo Ngưu Khẩu thuyết pháp độ được một vạn người. Một trăm năm kế tiếp đó (tức 500 năm sau ngày Phật nhập diệt), có Tỳ Kheo Bảo Thiên thuyết pháp độ được hai vạn người và khiến cho vô số chúng sanh phát tâm vô thượng Bồ Đề. Sau đó thì thời kỳ Chánh Pháp sẽ chấm dứt. Sáu trăm năm sau ngày Phật nhập Niết Bàn, có 96 thứ tà đạo sống dậy, tà thuyết nổi lên phá hoại Chánh Pháp. Lúc ấy có Tỳ Kheo Mã Minh ra đời. Tỳ Kheo này dùng trí huệ biện tài hàng phục ngoại đạo. Bảy trăm năm sau khi Phật nhập diệt, có Tỳ Kheo Long Thọ ra đời, dùng chánh trí hay trí huệ

Bát Nhã chân chánh, xô ngã cột phước tà kiến, đốt sáng ngọn đuốc Chánh Pháp.”

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Chánh Pháp Trong Kinh Pháp Cú:

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp lúc nào cũng lan tỏa khắp trên đường hành giả tu tập Chánh Pháp. Vì vậy mà trong kinh Pháp Cú, Phẩm V, Phẩm Ngu, Đức Phật đã dạy: “Đêm rất dài với những kẻ mất ngủ, đường rất xa với kẻ lữ hành mỗi mệt. Cũng thế, vòng luân hồi sẽ tiếp nối vô tận với kẻ ngu si không minh đạt chánh pháp (Pháp Cú 60). Ngu mà tự biết ngu, tức là trí, ngu mà tự xưng rằng trí, chính đó mới thật là ngu (Pháp Cú 63). Người ngu suốt đời gần gũi người trí vẫn chẳng hiểu gì Chánh pháp, ví như cái muỗng múc canh luôn mà chẳng bao giờ biết được mùi vị của canh (Pháp Cú 64). Người trí dù chỉ gần gũi người trí trong khoảnh khắc cũng hiểu ngay được Chánh pháp, chẳng khác gì cái lưỡi dù mới tiếp xúc với canh trong khoảnh khắc, đã biết ngay được mùi vị của canh (Pháp Cú 65). Từ tháng này qua tháng khác, với món ăn bằng đầu ngọn cỏ Cô-sa (cỏ thơm), người ngu có thể lấy để nuôi sống, nhưng việc làm ấy không có giá trị bằng một phần mười sáu của người tư duy Chánh pháp (Pháp Cú 70). *Trong Phẩm VI, Phẩm Trí Giả, Đức Phật đã dạy:* Được uống nước Chánh pháp thì tâm thanh tịnh an lạc, nên người trí thường vui mừng, ưa nghe Thánh nhơn thuyết pháp (Pháp Cú 79). Những người nào hay thuyết pháp, hay theo Chánh pháp tu hành, thì được đạt tới bờ kia, thoát khỏi cảnh giới tà ma khó thoát (Pháp Cú 86). Người trí phải gạt sạch những điều cấu uế trong tâm, hãy cầu cái vui Chánh pháp, xa lìa ngũ dục mà chứng Niết bàn (Pháp Cú 88). *Trong Phẩm XII, Phẩm Tự Kỷ, Đức Phật đã dạy:* Trước hãy tự đặc mình vào Chánh đạo rồi sau giáo hóa kẻ khác, được như vậy mới tránh khỏi đều lầm lỗi xảy ra (Pháp Cú 158). *Trong Phẩm XIII, Phẩm Thế Gian, Đức Phật đã dạy:* Hăng hái đừng buông lung, làm lành theo Chánh pháp. Người thực hành đúng Chánh pháp thì đời này vui đời sau cũng vui (Pháp Cú 168). Hãy làm lành theo Chánh pháp, việc ác tránh không làm. Người thực hành đúng Chánh pháp, thì đời này vui đời sau cũng vui (Pháp Cú 169). *Trong Phẩm XIX, Phẩm Pháp Trụ, Đức Phật đã dạy:* Sự lỗ mãng đâu phải hạnh của người phụng thờ Chánh pháp; vậy các người cần biện biệt cho rõ đâu chánh và đâu tà (Pháp Cú 256). Không khi nào lỗ

mãng, đúng phép và công bình mới là người dẫn đạo. Kẻ trí nhờ hộ trì Chánh pháp nên gọi là người an trụ Chánh pháp (Pháp Cú 257). Chẳng phải cậy nhiều lời mà cho là người có trí, nhưng an tịnh không cừu oán, không sợ hãi mới là người có trí (Pháp Cú 258). Chẳng phải cậy nhiều lời mà cho là người hộ trì Chánh pháp, nhưng tuy ít học mà do thân thực thấy Chánh pháp, không buông lung, mới là người hộ trì Chánh pháp (Pháp Cú 259). *Trong Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, Đức Phật đã dạy:* Tỳ kheo nào an trú trong lạc viên Chánh-pháp, mền pháp và theo pháp, tư duy nhờ tướng pháp, thì sẽ không bị thối chuyển khỏi tịnh đạo (Pháp Cú 364). Tỳ kheo đi vào chỗ yên tĩnh thì tâm thường vắng lặng, quán xét theo Chánh pháp thì được thọ hưởng cái vui siêu nhân (Pháp Cú 373). Các người hãy tự kính sách, các người hãy tự phản tỉnh! Tự hộ vệ và chánh niệm theo Chánh pháp mới là Tỳ kheo an trụ trong an lạc (Pháp Cú 379). *Trong Phẩm XXVI, Phẩm Bà La Môn, Đức Phật đã dạy:* Chẳng phải vì núm tóc, chẳng phải vì chủng tộc, cũng chẳng phải tại nơi sanh mà gọi là Bà-la-môn; nhưng ai hiểu biết chân thật, thông đạt chánh pháp, đó mới là kẻ Bà-la-môn hạnh phúc (Pháp Cú 393).”

Chương Hai Mười Hai

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Chân Lý Trong Kinh Pháp Cú

Theo Phật giáo, chân lý là lẽ tự nhiên, không chối cãi được. Chân lý chính là nguyên nhân diệt trừ khổ đau. Trong Phật Giáo Đại Thừa, chân lý được nói trong Kinh Liên Hoa và Hoa Nghiêm. Theo chân lý tương đối thì tất cả các sự vật đều hiện hữu, nhưng trong chân lý tuyệt đối thì không có gì hiện hữu cả; trong chân lý tuyệt đối, người ta thấy rằng tất cả các sự vật đều không có tự tính, nhưng trong chân lý tương đối có một sự nhận thức chỗ nào không có tự tính. Trong Tam Pháp Độ Luận có một đoạn văn nói rằng: "Có ba loại chân lý: chân lý đa nguyên, chân lý sắc tướng, và chân lý đệ nhất." Trong Tứ A Hàm Mộ Sao Giải có chứa đựng một đoạn ngắn về tam đế: "Chân lý gồm có nghĩa của thế gian hữu tướng và nghĩa đệ nhất. Kinh nói: 'Chân lý thế tục, chân lý của hình tướng, và chân lý tối thượng'." Mỗi thứ trong ba chân lý này được giải làm ba phần. Đẳng đế được giải thích như cõi thế tục, gia đình và giáo dục. Chỗ này tương hợp với hiện hữu giả tạm trong đời sống hằng ngày, và sự chấp nhận cái nhìn tương đối hợp lý. Thứ nhì là chân lý của sắc tướng gồm ba phần thuộc Tứ Diệu Đế: khổ, tập và đạo. Đây gọi là chân lý của hình tướng vì nói đến việc quán chiếu hình tướng hoặc sự thực, vượt luân hồi sanh tử, chứng ngộ khổ đế, tập đế và đạo đế. Phần thứ tư của Tứ Diệu Đế là diệt đế, được giải thích là vô tướng, vì vậy không nằm trong phạm vi tướng mạo. Chân lý đệ nhất nghĩa gồm có ba phần: tịnh thân, tịnh khẩu và tịnh ý. Thân chỉ cho những hoạt động sinh vật lý, khẩu chỉ cho lời nói và ý chỉ cho tư tưởng. Như vậy, thanh tịnh tất cả ba mặt này là đệ nhất nghĩa. ***Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng lan tỏa và hòa quyện với hương thơm của Chân Lý. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm I, Phẩm Phẩm Song Yếu, Đức Phật đã dạy:*** Hảo huyền mà tướng là chơn thật, chơn thật lại thấy là phi chơn, cứ tư duy một cách tà vạy, người như thế không thể nào đạt đến chơn thật (Pháp Cú 11). Chơn thật nghĩ là chơn thật, phi chơn biết là phi chơn, cứ tư duy một cách đúng đắn, người như thế mới thật chứng được chơn thật. Chân lý về con đường diệt khổ, ấy là thực hành Bát Thánh đạo. Đức

Phật đã dạy rằng: “Bất cứ ai chấp nhận Tứ Diệu Đế và chịu hành trì Bát Chánh Đạo, người ấy sẽ hết khổ và chấm dứt luân hồi sanh tử.” (Pháp Cú 12).

Chương Hai Mươi Ba

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Cúng Dường Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Cúng Dường Trong Phật giáo

Trong Phật giáo, cúng dường là cung cấp nuôi dưỡng hay cúng dường những thứ lễ vật như thức ăn, hương, hoa, nhang, đèn, kinh sách, giáo thuyết, vân vân. Phật tử nên luôn nhớ rằng cúng dường đến chư Phật và chư Bồ Tát để tỏ lòng biết ơn. Điều này cũng giống như con cái tỏ lòng cung kính cha mẹ, hay như học trò tôn kính thầy vậy. Có một vài người không hiểu được ý nghĩa của việc cúng dường trong đạo Phật, nên vội vàng kết luận rằng đạo Phật là một tôn giáo thờ ngẫu tượng. Họ đã hoàn toàn sai lầm. Tại nhiều chùa, Phật tử cúng dường hương hoa là bên ngoài tỏ lòng kính trọng Phật. Khi cúng dường hoa, chúng ta nên nghĩ rằng hoa này rồi sẽ tàn phai héo úa và hoại diệt đi, chúng ta cũng sẽ hoại diệt như vậy, không có một thứ gì trên đời này đáng cho ta bám víu. Phật tử cúng dường hương hoa là bên ngoài tỏ lòng kính trọng Phật. Khi cúng dường hoa, chúng ta nên nghĩ rằng hoa này rồi sẽ tàn phai héo úa và hoại diệt đi, chúng ta cũng sẽ hoại diệt như vậy, không có một thứ gì trên đời này đáng cho ta bám víu. Hiểu như vậy, chúng ta sẽ quyết tâm hết lòng dụng công tu hành. Tuy nhiên, trong các pháp cúng dường lên chư Phật, Pháp thí là cao tột. Pháp thí có nghĩa là dạy Phật pháp giúp người khác diệt khổ, giải quyết những vấn đề tâm linh để đưa họ đến giác ngộ và giải thoát. Thuyết pháp hay ban bố chân lý Phật pháp, là một trong những pháp cúng dường. Cúng dường pháp là pháp cúng dường cao tột vì nó giúp người nghe có cơ duyên vượt thoát luân hồi sanh tử để đạt tới Phật quả. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng cách cúng dường cao quý nhất đến với Đức Phật là thành tựu chánh pháp và sống tùy pháp, sống chân chánh trong chánh pháp. Trong giờ phút cuối cùng của cuộc đời, giữa rừng Ta La Song Thọ tại thành Câu Thi Na, Đức Phật đã 80 tuổi, ngắm nhìn những bông hoa rơi rắc cúng dường Ngài lần cuối, Ngài đã nói với A Nan: “Như thế không phải là kính trọng, tôn sùng, đánh lễ, cúng dường Như Lai. Nay A Nan, nếu có Tỳ Kheo, Tỳ Kheo Ni, hay nam nữ cư sĩ nào thành tựu chánh pháp và sống tùy pháp, sống chân chánh trong chánh

pháp thì người ấy đã kính trọng, tôn sùng, đánh lễ, cúng dường Như Lai, với sự cúng dường tối thượng. Do vậy, này A Nan, hãy thành tựu chánh pháp, hãy sống chân chánh trong chánh pháp và hành trì đúng chánh pháp. Này A Nan, các người phải học tập như vậy.” Lời khuyến hóa sống tùy thuận chánh pháp này của Đức Phật đã chỉ rõ cho thấy rằng vấn đề tối trọng yếu vẫn là tu tập tâm và chánh hạnh trong lời nói và việc làm, chứ không phải đơn thuần cúng dường hương hoa đến bậc Giác Ngộ. Sống chân chánh theo Giáo Pháp là điều mà Đức Như Lai thường xuyên nhấn mạnh. Như vậy khi người Phật tử cúng dường hương hoa, nhang đèn trước kim thân Đức Phật hay một đối tượng thiêng liêng nào đó, và suy gẫm đến những ân đức cao quý của Phật, mà không hề cầu nguyện một ai cả. Những việc làm như vậy không mang tính chất sùng bái hay lễ nghi mê tín. Những bông hoa đó chẳng bao lâu sau sẽ tàn úa, những ngọn nến kia rồi sẽ tắt lịm như để nói với họ, nhắc nhở họ về tính chất vô thường của vạn pháp. Hình tượng đối với người Phật tử là một đề mục tập trung, là một đề mục để hành thiền; từ nơi kim thân của Đức Phật người Phật tử tìm được sự truyền cảm và khích lệ để noi theo những phẩm hạnh cao quý của Ngài.

II. Tình Hoa Những Lời Phật Dạy Về Cúng Dường Trong Kinh Pháp Cú:

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng lan tỏa và hòa quyện với hương thơm Cúng Dường. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm VIII, Phẩm Ngàn, Đức Phật đã dạy: Mỗi tháng bỏ ra hàng ngàn vàng để sắm vật hy sinh, tế tự cả đến trăm năm, chẳng bằng trong giây lát cúng dường bậc chân tu; cúng dường bậc chân tu trong giây lát thắng hơn tế tự quý thần cả trăm năm (Pháp Cú 106). Cả trăm năm ở tại rừng sâu thờ lửa, chẳng bằng trong giây lát cúng dường bậc chân tu; cúng dường bậc chân tu trong giây lát thắng hơn thờ lửa cả trăm năm (Pháp Cú 107). Suốt một năm bố thí cúng dường để cầu phước, công đức chẳng bằng một phần tư sự kính lễ bậc chính trực (chánh giác) (Pháp Cú 108). Thường hoan hỷ, tôn trọng, kính lễ các bậc trưởng lão thì được tăng trưởng bốn điều: sống lâu, đẹp đẽ, tươi trẻ, khỏe mạnh (Pháp Cú 109). *Trong Phẩm XIV, Phẩm Phật Đà, Đức Phật đã dạy:* Kể nào cúng dường những vị đáng cúng dường, hoặc chư Phật hay đệ tử, những vị thoát ly hư vọng, vượt khỏi hối hận lo âu (Pháp Cú 195). Công đức của người ấy đã cúng dường các bậc tịch tịnh

vô úy ấy, không thể kể lường (Pháp Cú 196). *Trong Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, Đức Phật đã dạy:* Hàng Tỳ kheo dù được chút ít cũng không sinh tâm khinh hiềm, cứ sinh hoạt thanh tịnh và siêng năng, nên đáng được chư thiên khen ngợi (Pháp Cú 366).

Chương Hai Mươi Bốn

Tình Hoa Những Lời Phật Dạy Về Cảnh Giới Địa Ngục Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Địa Ngục Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Địa Ngục, tiếng Phạn là Naraka, nghĩa là lãnh đủ mọi sự khổ não, không an vui. Đây là cảnh giới địa ngục. Địa ngục, một trong sáu nẻo đường trần, cũng là một trong sáu đường sanh tử luân hồi, là con đường đi xuống, nơi không vui mà chỉ có khổ sở. Đây là điều kiện sống thấp nhất và khốn khổ nhất. Chúng sanh (A-Lại-Da thức) bị đọa vào địa ngục vì những hành vi độc ác làm nhiều điều tội lỗi hại người hại vật (loại này ở chỗ tối tăm, bị tra tấn thường xuyên do tội hành nghiệp chiêu cảm). Trong cõi địa ngục thì sự khổ không có bút mực nào mà tả cho xiết. Đây là nơi tra tấn và chịu hình phạt chuộc tội. Đây cũng là một trong ba đường dữ, nhưng đây không phải là chỗ vô hạn, sau khi hết nghiệp, có thể được tái sanh trong một thân phận thuận lợi hơn. Cũng như Tịnh độ, địa ngục ám chỉ trạng thái ý thức, chứ không phải là nơi chốn. Vũ trụ luận Phật giáo chia làm hai loại địa ngục: hỏa ngục và hàn ngục, mỗi loại có tám địa ngục chính, mỗi địa ngục chính có mười sáu địa ngục phụ. Mỗi địa ngục được cai quản bởi Diêm vương. Theo Vi Diệu Pháp của Ngài Bhikkhu Bodhi, địa ngục là cảnh giới sinh tồn thấp nhất, nơi có nhiều cảnh khổ, nơi chúng sanh phải trả những nghiệp bất thiện đã tạo trong quá khứ. Đây không phải là địa ngục trường cửu, đến lúc trả xong nghiệp xấu, chúng sanh bất hạnh có thể tái sanh vào một cảnh giới khác, an vui hạnh phúc nhờ vào các nghiệp thiện. Cổ đức nói: “Âu sầu phiền muộn là nhân của địa ngục. Vui vẻ tươi cười là nhân của cõi trời.” Như vậy trong địa ngục chẳng có gì vui vẻ, hay khoái lạc, mà chỉ có ưu sầu khổ não. Theo Phật giáo, cửa địa ngục xưa nay không có, chỉ do chính mình đặt ra chúng và tự mình bước vào mà thôi. Vì sao chúng ta lại bị đọa vào địa ngục? Do bởi vô minh, do bởi không hiểu biết mà chúng ta tạo ra ác nghiệp. Phật tử chân thuần nên nhớ mình tu nhân gì thì thọ quả nấy, không sai chạy,

hễ gieo nhân địa ngục thì phải thọ nhận quả địa ngục, không có ngoại lệ.

Vũ trụ học Phật giáo bao gồm nhiều cảnh giới trong đó chúng sanh phải tái sanh vào do hậu quả của những nghiệp trong đời quá khứ. Địa ngục là một trong sáu đường sanh tử luân hồi, là con đường đi xuống, nơi không vui mà chỉ có khổ sở. Theo Vi Diệu Pháp của Ngài Bhikkhu Bodhi, địa ngục là cảnh giới sinh tồn thấp nhất, nơi có nhiều cảnh khổ, nơi chúng sanh phải trả những nghiệp bất thiện đã tạo trong quá khứ, họ phải chịu khổ hình về thể chất và tâm lý tỷ lệ thuận trực tiếp với những nghiệp ác mà họ đã làm trong những đời quá khứ. Họ phải chịu những cực hình bao gồm lột da sống, đốt cháy, đông lạnh lại, và bị bọ quấy hành hạ. Tuy nhiên, đây không phải là địa ngục trường cửu, đến lúc trả xong nghiệp xấu, chúng sanh bất hạnh có thể tái sanh vào một cảnh giới khác, an vui hạnh phúc nhờ vào các nghiệp thiện. Những địa ngục nổi tiếng là bát nhiệt và bát hàn địa ngục, mỗi địa ngục chính lại có 16 địa ngục phụ. Địa ngục thấp nhất theo giáo thuyết nhà Phật là ngục A Tỳ, chúng sanh trong đó phải chịu cực hình không gián đoạn. Theo Vũ Trụ Luận truyền thống Phật giáo, đây là một trong sáu nẻo luân hồi, và cũng là một trong ba đường dữ, những đường khác bao gồm thiên, nhân, ác thần, súc sanh và ngạ quỷ. Những chúng sanh địa ngục sanh vào một trong những địa ngục nơi đó họ phải chịu nhiều khổ hình tùy theo những ác nghiệp trong quá khứ của họ, nhưng đây không phải là chỗ vô hạn, sau khi hết nghiệp, có thể được tái sanh trong một thân phận thuận lợi hơn. Cũng như Tịnh độ, địa ngục ám chỉ trạng thái ý thức, chứ không phải là nơi chốn. Vũ trụ luận Phật giáo chia làm hai loại địa ngục: hỏa ngục và hàn ngục, mỗi loại có tám địa ngục chính, mỗi địa ngục chính có mười sáu địa ngục phụ.

Địa ngục là nơi tra tấn và chịu hình phạt chuộc tội. Đây là một trong sáu nẻo luân hồi, và cũng là một trong ba đường dữ, những đường khác bao gồm thiên, nhân, ác thần, súc sanh và ngạ quỷ. Những chúng sanh địa ngục sanh vào một trong những địa ngục nơi đó họ phải chịu nhiều khổ hình tùy theo những ác nghiệp trong quá khứ của họ, nhưng đây không phải là chỗ vô hạn, sau khi hết nghiệp, có thể được tái sanh trong một thân phận thuận lợi hơn. Cũng như Tịnh độ, địa ngục ám chỉ trạng thái ý thức, chứ không phải là nơi chốn. Vũ trụ luận Phật giáo chia làm hai loại địa ngục: hỏa ngục và hàn ngục, mỗi loại có tám

địa ngục chính, mỗi địa ngục chính có mười sáu địa ngục phụ. Mỗi địa ngục được cai quản bởi Diêm vương.

II. Tình Hoa Những Lời Phật Dạy Về Cảnh Giới Địa Ngục Trong Kinh Pháp Cú:

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi xú uế khó ngửi trong Cảnh Giới Địa Ngục. Vì vậy mà trong kinh Pháp Cú, Phẩm XXII, Phẩm Địa Ngục, từ kệ số 306 đến kệ số 319, Đức Phật đã dạy: Thường nói lời vọng ngữ thì sa đọa; có làm mà nói không, người tạo hai nghiệp ấy, chết cũng đọa địa ngục (Pháp Cú 306). Không ngăn trừ ác hạnh thì dù mặc áo cà sa, người ác cũng sẽ vì nghiệp ác, chết phải đọa địa ngục (Pháp Cú 307). Phá giới chẳng tu hành, thà nuốt hờn sắt nóng hừng hực lửa đốt thân còn hơn thọ lãnh của tín thí (Pháp Cú 308). Buông lung theo tà dục, sẽ chịu bốn việc bất an: mắc tội vô phước, ngủ không yên, bị chê là vô luân, đọa địa ngục (Pháp Cú 309). Vô phước đọa ác thú bị khủng bố, ít vui, quốc vương kết trọng tội: đó là kết quả của tà dâm. Vậy chớ nên phạm đến (Pháp Cú 310). Cũng như vụng nắm cỏ cô-sa (cỏ thơm) thì bị đứt tay, làm sa-môn mà theo tà hạnh thì bị đọa địa ngục (Pháp Cú 311). Những người giải đãi, nhiễm ô và hoài nghi việc tu phạm hạnh, sẽ không làm sao chứng thành quả lớn (Pháp Cú 312). Việc đáng làm hãy làm cho hết sức! Phóng đãng và rong chơi chỉ tăng thêm trần dục mà thôi (Pháp Cú 313). Không tạo ác nghiệp là hơn, vì làm ác nhứt định thọ khổ; làm các thiện nghiệp là hơn, vì làm lành nhứt định thọ vui (Pháp Cú 314). Như thành quách được phòng hộ thế nào, tự thân các người cũng phải nên phòng hộ như thế. Một giây lát cũng chớ buông lung. Hễ một giây lát buông lung là một giây lát sa đọa địa ngục (Pháp Cú 315). Không đáng hổ lại hổ, việc đáng hổ lại không, cứ ôm tà kiến ấy, địa ngục khó lánh xa (Pháp Cú 316). Không đáng sợ lại sợ, việc đáng sợ lại không, cứ ôm tà kiến ấy, địa ngục khó lánh xa (Pháp Cú 317). Không lỗi tưởng là lỗi, có lỗi lại tưởng không, cứ ôm tà kiến ấy, địa ngục khó lánh xa (Pháp Cú 318). Lỗi biết rằng lỗi, không lỗi biết rằng không lỗi, giữ tâm chánh kiến ấy, đường lành thấy chẳng xa (Pháp Cú 319).

Chương Hai Mười Lăm

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Giới Luật Trong Kinh Pháp Cú

Giới luật là những qui tắc căn bản trong đạo Phật. Giới được Đức Phật chế ra nhằm giúp Phật tử giữ mình khỏi tội lỗi cũng như không làm các việc ác. Tội lỗi phát sanh từ ba nghiệp thân, khẩu và ý. Giới sanh định. Định sanh huệ. Với trí tuệ không gián đoạn chúng ta có thể đoạn trừ được tham sân si và đạt đến giải thoát và an lạc. Luật pháp và quy tắc cho phép người Phật tử thuần thành hành động đúng trong mọi hoàn cảnh (pháp điều tiết thân tâm để ngăn ngừa cái ác gọi là luật, pháp giúp thích ứng với phép tắc chân chính bên ngoài gọi là nghi). Giới có nghĩa là hạnh nguyện sống đời phạm hạnh cho Phật tử tại gia và xuất gia. Có 5 giới cho người tại gia, 250 cho Tỳ kheo, 348 cho Tỳ kheo Ni và 58 giới Bồ Tát (gồm 48 giới khinh và 10 giới trọng). Đức Phật nhấn mạnh sự quan trọng của giới hạnh như phương tiện đi đến cứu cánh giải thoát rốt ráo (chân giải thoát) vì hành trì giới luật giúp phát triển định lực, nhờ định lực mà chúng ta thông hiểu giáo pháp, thông hiểu giáo pháp giúp chúng ta tận diệt tham sân si và tiến bộ trên con đường giác ngộ.

Giới luật mà Đức Phật đã ban hành không phải là những điều răn tiêu cực mà rõ ràng xác định ý chí cương quyết hành thiện, sự quyết tâm có những hành động tốt đẹp, một con đường toàn hảo được đắp xây bằng thiện ý nhằm tạo an lành và hạnh phúc cho chúng sanh. Những giới luật này là những quy tắc đạo lý nhằm tạo dựng một xã hội châu toàn bằng cách đem lại tình trạng hòa hợp, nhất trí, điều hòa, thuận thảo và sự hiểu biết lẫn nhau giữa người với người. Giới là nền tảng vững chắc trong lối sống của người Phật tử. Người quyết tâm tu hành thiện định để phát trí huệ, phải phát tâm ưa thích giới đức, vì giới đức chính là yếu tố bồi dưỡng đời sống tâm linh, giúp cho tâm dễ dàng an trụ và tĩnh lặng. Người có tâm nguyện thành đạt trạng thái tâm trong sạch cao thượng nhất hằng thực hành pháp thiêu đốt dục vọng, chất liệu làm cho tâm ô nhiễm. Người ấy phải luôn suy tư rằng: “Kẻ khác có thể gây tổn thương, nhưng ta quyết không làm tổn thương ai; kẻ khác có thể sát sanh, nhưng ta quyết không sát hại sinh vật; kẻ khác

có thể lấy vật không được cho, nhưng ta quyết không làm như vậy; kẻ khác có thể sống phóng túng lang chạ, nhưng ta quyết giữ mình trong sạch; kẻ khác có thể ăn nói giả dối đâm thọc, hay thô lỗ nhảm nhí, nhưng ta quyết luôn nói lời chân thật, đem lại hòa hợp, thuận thảo, những lời vô hại, những lời thanh nhã dịu hiền, đầy tình thương, những lời làm đẹp dạ, đúng lúc đúng nơi, đáng được ghi vào lòng, cũng như những lời hữu ích; kẻ khác có thể tham lam, nhưng ta sẽ không tham; kẻ khác có thể để tâm cong queo quàng xiên, nhưng ta luôn giữ tâm ngay thẳng. Kỳ thật, tu tập giới luật cũng có nghĩa là tu tập chánh tư duy, chánh ngữ và chánh nghiệp, vân vân, vì giữ giới là tu tập chánh tư duy về lòng vị tha, từ ái, bất tổn hại; giữ giới là tu tập chánh ngữ để có thể kiểm soát giọng lưỡi tác hại của chính mình; giữ giới là tu tập chánh nghiệp bằng cách kềm hãm không sát sanh, không trộm cắp dù trực tiếp hay gián tiếp, không tà dâm; giữ giới còn là tu tập chánh mạng, nghĩa là không sống bằng những phương tiện bất chính cũng như không thủ đắc tài sản một cách bất hợp pháp.

Lối sống thế tục có tính cách hưởng ngoại, buông lung. Lối sống của một Phật tử thuần thành thì bình dị và tiết chế. Phật tử thuần thành có lối sống khác hẳn người thế tục, từ bỏ thói quen, ăn ngủ và nói ít lại. Nếu làm biếng, phải tỉnh tấn thêm; nếu cảm thấy khó kham nhẫn, chúng ta phải kiên nhẫn thêm; nếu cảm thấy yếu chuộng và dính mắc vào thân xác, phải nhìn những khía cạnh bất tịnh của cơ thể mình. Giới luật và thiền định hỗ trợ tích cực cho việc luyện tâm, giúp cho tâm an tịnh và thu thúc. Nhưng bề ngoài thu thúc chỉ là sự chế định, một dụng cụ giúp cho tâm an tịnh. Bởi vì dù chúng ta có cúi đầu nhìn xuống đất đi nữa, tâm chúng ta vẫn có thể bị chi phối bởi những vật ở trong tầm mắt chúng ta. Có thể chúng ta cảm thấy cuộc sống này đầy khó khăn và chúng ta không thể làm gì được. Nhưng càng hiểu rõ chân lý của sự vật, chúng ta càng được khích lệ hơn. Phải giữ tâm chánh niệm thật sắc bén. Trong khi làm công việc phải làm với sự chú ý. Phải biết mình đang làm gì, đang có cảm giác gì trong khi làm. Phải biết rằng khi tâm quá dính mắc vào ý niệm thiện ác của nghiệp là tự mang vào mình gánh nặng nghi ngờ và bất an vì luôn lo sợ không biết mình hành động có sai lầm hay không, có tạo nên ác nghiệp hay không? Đó là sự dính mắc cần tránh. Chúng ta phải biết tri túc trong vật dụng như thức ăn, y phục, chỗ ở, và thuốc men. Chẳng cần phải mặc y thật tốt, y chỉ để đủ che thân. Chẳng cần phải có thức ăn ngon. Thực phẩm chỉ để nuôi

mạng sống. Đi trên đường đạo là đối kháng lại với mọi phiền não và ham muốn thông thường.

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng lan tỏa khắp trên đường hành giả tu tập Giới Luật. Vì vậy mà trong kinh Pháp Cú, Phẩm IV, Phẩm Hoa, Đức Phật đã dạy: Mùi hương của các thứ hoa, dù là hoa chiên đàn, hoa đa già la, hay hoa mặt lỵ đều không thể bay ngược gió, chỉ có mùi hương đức hạnh của người chân chính, tuy ngược gió vẫn bay khắp cả muôn phương (Pháp Cú 54). Hương chiên đàn, hương đa già la, hương bạt tất kỳ, hương thanh liên, trong tất cả thứ hương, chỉ thứ hương đức hạnh là hơn cả (Pháp Cú 55). Hương chiên đàn, hương đa già la đều là thứ hương vi diệu, nhưng không sánh bằng hương người đức hạnh, xông ngát tận chư thiên (Pháp Cú 56). Người nào thành tựu các giới hạnh, hằng ngày chẳng buông lung, an trụ trong chính trí và giải thoát, thì ác ma không thể dòm ngó được (Pháp Cú 57). *Trong Phẩm XXIII, Phẩm Voi, Đức Phật cũng đã dạy:* Già vẫn sống đức hạnh là vui, thành tựu chánh tín là vui, đầy đủ trí tuệ là vui, không làm điều ác là vui (Pháp Cú 333).

Chương Hai Mươi Sáu

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Giới Định Tuệ Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Giới-Định-Huệ:

Giới-Định-Huệ là ba phần học của hàng vô lậu, hay của hạng người đã dứt được luân hồi sanh tử. Giới cốt yếu là giữ tất cả những giới luật đã được Đức Phật thiết lập cho sự ổn định tinh thần của các đệ tử của Ngài. Giới giúp loại bỏ những ác nghiệp. Định là phép tu tập nhờ đó người ta đi đến yên tĩnh. Định giúp làm yên tĩnh những nhiễu loạn tinh thần. Huệ giúp loại trừ ảo vọng để đạt được chân lý. Nói cách khác, Huệ hay Bát Nhã là năng lực thâm nhập vào bản tánh của tự thể và đồng thời nó cũng là chân lý được cảm nghiệm theo cách trực giác. Nếu chúng ta không trì giới thì chúng ta có thể tiếp tục gây tội tạo nghiệp; thiếu định lực chúng ta không có khả năng tu đạo; và kết quả chẳng những chúng ta không có trí huệ, mà chúng ta còn trở nên ngu độn hơn. Vì vậy người tu Phật nào cũng phải có tam vô lậu học này. Giới luật giúp thân không làm ác, định giúp lắng đọng những xao trộn tâm linh, và huệ giúp loại trừ ảo tưởng và chứng được chân lý. Nếu không có giới hạnh thanh tịnh sẽ không thể đình chỉ sự loạn động của tư tưởng; nếu không đình chỉ sự loạn động của tư tưởng sẽ không có sự thành tựu của tuệ giác. Sự thành tựu của tuệ giác có nghĩa là sự viên mãn của tri thức và trí tuệ, tức giác ngộ trọn vẹn. Đó là kết quả của chuỗi tự tạo và lý tưởng của đời sống tự tác chủ. Đương nhiên, Giới Định Huệ rất cần thiết cho Phật tử. Nhưng sau Đức Phật, Tam Học dần dần bị chia thành ba đề tài riêng rẽ: những người tuân giữ giới luật trở thành những Luật sư; các hành giả tham thiền nhập định trở thành những Thiền sư; những người tu Bát Nhã (tu huệ) trở thành những triết gia hay những nhà biện chứng.

Nói chung, giới hình thành nền móng của sự tiến triển trên con đường chánh đạo. Nội dung của giới hạnh trong Phật giáo bao gồm cả chánh ngữ, chánh nghiệp, và chánh mạng. Giới luật trong Phật giáo có rất nhiều và đa dạng, tuy nhiên, nhiệm vụ của giới luật chỉ có một. Đó là kiểm soát những hành động của thân và khẩu, cách cư xử của con người, hay nói khác đi, là để thanh tịnh lời nói và hành vi của họ. Tất

cả những điều học được ban hành trong đạo Phật đều dẫn đến mục đích chánh hạnh này. Tuy nhiên, giới luật tự thân nó không phải là cứu cánh, mà chỉ là phương tiện, vì nó chỉ hỗ trợ cho định (samadhi). Định ngược lại là phương tiện cho sự thu thập trí tuệ, và chính trí tuệ này lần lượt dẫn đến sự giải thoát của tâm, mục tiêu cuối cùng của đạo Phật. Do đó, Giới, Định và Tuệ là một sự kết hợp hài hòa giữa những cảm xúc và tri thức của con người. Thiền sư Đôn Đồng Đại Nhãn viết trong quyển 'Trở Về Với Sự Tĩnh Lặng': "Tam Bảo trong Phật giáo 'Đệ tử nguyện quy-y Phật, nguyện quy-y Pháp, nguyện quy-y Tăng' là nền tảng của giới luật. Trong Phật giáo, giới luật không phải là một bộ luật đạo đức mà một ai đó hoặc điều gì đó bên ngoài chúng ta buộc chúng ta phải tuân theo. Giới luật là Phật tánh, là tinh thần của vũ trụ. Thọ nhận giới luật là trao truyền một điều gì đó có ý nghĩa vượt lên trên sự hiểu biết của giác quan, như tinh thần của vũ trụ hay điều mà chúng ta gọi là Phật tánh. Những gì mà chúng ta chứng ngộ được qua thân thể và tâm thức được truyền từ thế hệ này qua thế hệ khác, ngoài tầm kiểm soát của chúng ta. Trải nghiệm sự chứng ngộ này, chúng ta có thể biết ơn sự cao cả như thế nào của cuộc sống con người. Dầu chúng ta biết hay không biết, dầu chúng ta muốn hay không muốn, tinh thần vũ trụ vẫn lưu truyền. Như thế chúng ta có thể học được tinh thần đích thực của nhân loại... Phật là vũ trụ và Pháp là giáo huấn từ vũ trụ, và Tăng già là một nhóm người làm cho vũ trụ và giáo huấn của nó sống động trong đời sống của chúng ta. Trong cuộc sống hằng ngày, chúng ta phải có chánh niệm về Phật, Pháp, Tăng, dầu chúng ta có hiểu hay không."

Tam Tu "Giới-Định-Tuệ" nằm gọn trong Bát Thánh Đạo mà Đức Phật đã dạy. Đây là tám con đường chính mà người tu Phật nào cũng phải dấn lên để được giác ngộ và giải thoát. Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng dù chúng ta đã tiến đến mức độ khá cao trong định, cũng chưa chắc cái định này bảo đảm được cho chúng ta vị trí giác ngộ cuối cùng vì những khuynh hướng ô nhiễm ngầm vẫn chưa bị loại bỏ hoàn toàn. Chúng ta chỉ làm chúng lắng xuống tạm thời mà thôi. Vào bất cứ lúc nào chúng cũng đều có thể trở lại nếu hoàn cảnh cho phép, và đầu độc tâm trí chúng ta nếu chúng ta không luôn áp dụng chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định trong cuộc tu của chính mình. Vì lẽ chúng ta vẫn còn bất tịnh nên chúng ta vẫn còn bị ảnh hưởng bởi những lỗi cuốn bất thiện. Dầu chúng ta đã đạt đến trạng thái tâm vắng

lặng nhờ chánh định, nhưng chúng ta vẫn chưa đạt đến trạng thái thanh tịnh tuyệt đối. Như vậy công phu hành thiền nhằm phát triển tâm định vắng lặng không bao giờ là cứu cánh của người tu Phật. Chuyện quan trọng nhất cho bất cứ người tu Phật nào ở đây cũng là phát triển “trí huệ,” vì chính trí huệ mới giúp được chúng ta loại trừ mê hoặc, phá bỏ vô minh để thẳng tiến trên con đường giác ngộ và giải thoát. Trong đạo Phật, đạo lộ giải thoát gồm Giới, Định và Tuệ, thường được trong Kinh điển như là Tam Học (Tividhasikkha) và không có học nào trong Tam học này tự thân nó là cứu cánh cả; mỗi học chỉ là một phương tiện để đi đến cứu cánh. Nghĩa là mỗi học không thể được tu tập độc lập với các học khác. Như trường hợp một cái giá ba chân, nếu một chân gãy thì cả cái giá ấy sẽ sập, vì vậy trong Tam Học, học này không thể làm nhiệm vụ của nó một cách chu toàn nếu không có sự hỗ trợ của hai học kia. Tam Học thường nương tựa và hỗ trợ lẫn nhau. Giới củng cố Định, và Định trở lại thúc đẩy Huệ. Trí tuệ giúp hành giả loại trừ tà kiến đối với các pháp như chúng thực sự là, đó là thấy cuộc sống và tất cả chư pháp liên quan đến cuộc sống đều phải chịu sanh, diệt, vô thường. Theo Giáo sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo: Phật giáo đặt nền tảng trên Tam Học (siksa): Giới, Định, Tuệ nghĩa là nếu không trì giới thì tâm không định, tâm không định thì không phát tuệ. Hay nói khác đi, do giới mà có định, do định mà có huệ. Định ở đây bao gồm những kết quả vừa tư biện vừa trực quán. Tiếp đó Đạo Phật còn dạy hành giả phải đi vào Tam Đạo là Kiến đạo, Tu đạo, và Vô học đạo. Đây là ba giai đoạn mà hành giả phải trải qua khi tu tập Kiến Đạo với Tứ Diệu Đế bằng cách thực hành Bát Chánh Đạo; kế đến, hành giả tu tập Tu Đạo với Thất Giác Chi. Tu đạo ở đây lại có nghĩa là kết quả của suy tư chân chánh; và cuối cùng là thực hiện hoàn toàn bằng Vô Học Đạo. Nói cách khác, không thấy được đạo thì không tu được đạo và không thực hiện được đời sống lý tưởng. Trong kinh Pháp Cú, đức Phật dạy: “Bằng trì giới, người ta có thể đạt đến tập trung tư tưởng và chánh niệm; từ tập trung tư tưởng và chánh niệm, người ta đạt được trí huệ. Trí huệ sẽ mang lại an bình nội tại và giúp cho con người vượt qua những cơn bão tố của trần tục.”

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Giới Định Tuệ Trong Kinh Pháp Cú:

Đức Phật đã cho chúng ta thấy tinh hoa hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng lan tỏa khắp trên đường hành giả tu tập Giới Định Tuệ. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm IV, Phẩm Hoa, Đức Phật đã dạy: Mùi hương của các thứ hoa, dù là hoa chiên đàn, hoa đa già la, hay hoa mặt ly đều không thể bay ngược gió, chỉ có mùi hương đức hạnh của người chân chính, tuy ngược gió vẫn bay khắp cả muôn phương (Pháp Cú 54). Hương chiên đàn, hương đa già la, hương bạt tất kỳ, hương thanh liên, trong tất cả thứ hương, chỉ thứ hương đức hạnh là hơn cả (Pháp Cú 55). Hương chiên đàn, hương đa già la đều là thứ hương vi diệu, nhưng không sánh bằng hương người đức hạnh, xông ngát tận chư thiên (Pháp Cú 56). Người nào thành tựu các giới hạnh, hằng ngày chẳng buông lung, an trụ trong chính trí và giải thoát, thì ác ma không thể dòm ngó được (Pháp Cú 57). *Trong Phẩm XIX, Phẩm Pháp Trụ, Đức Phật đã dạy:* Kẻ trí tuệ sáng suốt như bàn cân, biết cân nhắc điều thiện lẽ ác mà chọn lành bỏ dữ, mới gọi là người tịch tịnh. Biết được cả nội giới và ngoại giới nên gọi là người tịch tịnh (Pháp Cú 269). Còn sát hại chúng sanh, đâu được xưng là Ariya (hiền đức cao thượng)? Không sát hại chúng sanh mới gọi là Ariya (Pháp Cú 270). Chẳng phải do giới luật đầu đà, chẳng phải do nghe nhiều học rộng, chẳng phải do chứng được tam muội, chẳng phải do ở riêng một mình, đã vội cho là “hưởng được cái vui xuất gia, phạm phu không bì kịp.” (Pháp Cú 271). *Trong Phẩm XXIII, Phẩm Voi, Đức Phật đã dạy:* Già vẫn sống đức hạnh là vui, thành tựu chánh tín là vui, đầy đủ trí tuệ là vui, không làm điều ác là vui (333).

***Bên Cạnh Những lời dạy về việc giữ giới, Đức Phật còn nhắc nhở chúng ta về tinh hoa hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái nùi khó ngủi của việc Phá Phạm Giới Luật. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XII, Phẩm Tự Kỷ, Đức Phật đã dạy:* Sự phá giới làm hại mình như dây mang-la bao quanh cây Ta-la làm cho cây này khô héo. Người phá giới chỉ là người làm điều mà kẻ thù muốn làm cho mình (Pháp Cú 162). *Trong Phẩm XXII, Phẩm Địa Ngục, Đức Phật đã dạy:* Phá giới chẳng tu hành, thà nuốt hườn sắt nóng hừng hực lửa đốt thân còn hơn thọ lãnh của tín thí (Pháp Cú 308). Buông lung theo tà dục, sẽ chịu bốn việc bất an: mắc tội vô phước, ngủ không yên, bị chê là vô luân, dọa địa ngục (Pháp Cú 309). Vô phước**

đọa ác thú bị khùng bố, ít vui, quốc vương kết trọng tội: đó là kết quả của tà tâm. Vậy chớ nên phạm đến (Pháp Cú 310). Cũng như vung nắm cỏ cô-sa (cỏ thơm) thì bị đứt tay, làm sa-môn mà theo tà hạnh thì bị đọa địa ngục (Pháp Cú 311). Những người giải đãi, nhiễm ô và hoài nghi việc tu phạm hạnh, sẽ không làm sao chứng thành quả lớn (Pháp Cú 312). Việc đáng làm hãy làm cho hết sức! Phóng đảng và rong chơi chỉ tăng thêm trần dục mà thôi (Pháp Cú 313). Không tạo ác nghiệp là hơn, vì làm ác nhứt định thọ khổ; làm các thiện nghiệp là hơn, vì làm lành nhứt định thọ vui (Pháp Cú 314). Như thành quách được phòng hộ thế nào, tự thân các người cũng phải nên phòng hộ như thế. Một giây lát cũng chớ buông lung. Hễ một giây lát buông lung là một giây lát sa đọa địa ngục (Pháp Cú 315).

Về Định, trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XX, Phẩm Đạo, Đức Phật đã dạy: Tu Du-già thì trí phát, bỏ Du-già thì tuệ tiêu. Biết rõ hay lẽ này thế nào là đắc thất, rồi nỗ lực thực hành, sẽ tăng trưởng thêm trí tuệ (Pháp Cú 282). *Trong Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, Đức Phật đã dạy:* Gìn giữ tay chân và ngôn ngữ, gìn giữ cái đầu cao, tâm mến thích thiền định, riêng ở một mình, thanh tịnh và tự biết đầy đủ, ấy là bậc Tỳ kheo (Pháp Cú 362). Này các Tỳ Kheo, hãy mau tu thiền định! Chớ buông lung, chớ mê hoặc theo dục ái. Đừng đợi đến khi nuốt hườn sắt nóng, mới ăn năn than thở (Pháp Cú 371). Không có trí huệ thì không có thiền định, không có thiền định thì không có trí tuệ. Người nào gồm đủ thiền định và trí tuệ thì gần đến Niết bàn (Pháp Cú 372). *Trong Phẩm XXVI, Phẩm Bà La Môn, Đức Phật đã dạy:* Ai nhập vào thiền định, an trụ chỗ ly trần, sự tu hành viên mãn, phiền não lậu dứt sạch, chứng cảnh giới tối cao, Ta gọi họ là Bà-la-môn (Pháp Cú 386). Vượt khỏi con đường gồ ghề lầy lội, ra khỏi biển luân hồi ngu si mà lên đến bờ kia, an trú trong thiền định, không dục vọng, không nghi lầm, cũng không chấp đắm rằng mình chứng Niết Bàn tịch tịnh, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 414).

Về Tuệ, trong kinh Pháp Cú, Phẩm V, Phẩm Ngụ, Đức Phật đã dạy: Đêm rất dài với những kẻ mất ngủ, đường rất xa với kẻ lữ hành mỗi mệt. Cũng thế, vòng luân hồi sẽ tiếp nối vô tận với kẻ ngu si không mình đạt chánh pháp (Pháp Cú 60). Không được kết bạn với kẻ hơn mình, không được kết bạn với kẻ ngang mình, thà quyết chí ở một mình tốt hơn kết bạn với người ngu muội (Pháp Cú 61). Đây là con ta, đây là tài sản ta,” kẻ phàm phu thường lo nghĩ như thế, nhưng người trí

biết chính ta còn không thiết có, huống là con ta hay tài sản ta? (Pháp Cú 62). Ngu mà tự biết ngu, tức là trí, ngu mà tự xưng rằng trí, chính đó mới thật là ngu (Pháp Cú 63). Người trí dù chỉ gần gũi người trí trong khoảnh khắc cũng hiểu ngay được Chánh pháp, chẳng khác gì cái lưỡi dù mới tiếp xúc với canh trong khoảnh khắc, đã biết ngay được mùi vị của canh (Pháp Cú 65). *Trong Phẩm VI, Phẩm Trí Giả, Đức Phật đã dạy:* Được uống nước Chánh pháp thì tâm thanh tịnh an lạc, nên người trí thường vui mừng, ưa nghe Thánh như thuyết pháp (Pháp Cú 79). Người tưới nước lo dẫn nước, thợ làm cung tên lo uốn cung tên, thợ mộc lo nẩy mực đo cây, còn người trí thì lo tự điều phục lấy mình (Pháp Cú 80). Như ngọn núi kiên cố, chẳng bao giờ bị gió lay, cũng như thế, những lời hủy báng hoặc tán dương chẳng bao giờ làm lay động người đại trí (Pháp Cú 81). Như nước hồ sâu, vừa yên lặng trong sạch, những người có trí tuệ sau khi nghe pháp, tâm họ cũng thanh tịnh và yên lặng (Pháp Cú 82). Người lành thường xa lìa mà không bàn đến những điều tham dục. Kẻ trí đã xa lìa niệm lự mừng lo, nên chẳng còn bị lay động vì khổ lạc (Pháp Cú 83). Không vị tình thiên hạ, cũng không vị tình một người nào, người trí không làm bất cứ điều gì sai quấy; không nên cầu con trai, sự giàu có, vương quốc bằng việc sai quấy; không nên cầu mong thành công của mình bằng những phương tiện bất chánh. Được vậy mới thật là người đạo đức, trí tuệ và ngay thẳng (Pháp Cú 84). *Trong Phẩm XIII, Phẩm Thế Gian, Đức Phật đã dạy:* Con thiên nga chỉ bay được giữa không trung, người có thần thông chỉ bay được khỏi mặt đất, duy bậc đại trí, trừ hết ma quân mới bay được khỏi thế gian này (Pháp Cú 175).

Về Giới-Định-Tuệ, trong Kinh Pháp Cú, Phẩm VIII, Phẩm Ngàn, Đức Phật đã dạy: Sống trăm tuổi mà phá giới và buông lung, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà trì giới, tu thiền định (Pháp Cú 110). Sống trăm tuổi mà thiếu trí huệ, không tu thiền, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà đủ trí, tu thiền định (Pháp Cú 111). *Trong Phẩm XIX, Phẩm Pháp Trụ, Đức Phật đã dạy:* Kẻ ngu muội vô trí, dù làm thính cũng không gọi được là tịch tịnh (Pháp Cú 268).

Chương Hai Mươi Bảy

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Lòng Ham Muốn Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Lòng Ham Muốn Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Hầu hết người đời thường định nghĩa hạnh phúc trần tục như là sự thỏa mãn của mọi thứ ham muốn. Tuy nhiên, thực chất của sự ham muốn trần thế là vô hạn, nhưng chúng ta lại không có khả năng nhận ra chúng và tham dục không được thỏa mãn thường gây ra khổ đau phiền não cho mình và cho người. Khi chúng ta chỉ phần nào thỏa mãn tham dục, chúng ta luôn có khuynh hướng tiếp tục theo đuổi chúng cho đến khi được thỏa mãn, chính vì vậy mà chúng ta càng gây nên khổ đau cho mình và cho người. Ngay cả khi đã thỏa mãn tham dục, chúng ta cũng khổ đau. Chúng ta chỉ nghiệm được chân hạnh phúc và an nhàn tự tại khi chúng ta có ít tham dục. Đây cũng là một trong những bước lớn đến bến bờ giải thoát của chúng ta. Đức Phật dạy: “Ham muốn chính là nguồn gốc của khổ đau. Mọi vật rồi sẽ thay đổi, vì thế không nên luyến ái hay vương víu vào một thứ gì. Nên nhiếp tâm thanh tịnh tìm chân lý và đạt đến hạnh phúc vĩnh hằng.” Biết tri túc thiểu dục là biết sẽ giúp chúng ta diệt trừ ham muốn (tham dục). Điều này có nghĩa là biết thỏa mãn với những điều kiện vật chất khả dĩ giúp cho chúng ta có đầy đủ sức khỏe để tu tập. Đây là phương cách hữu hiệu nhất để cắt đứt lưới ham muốn hay tham dục, an ổn thân tâm và có nhiều thì giờ giúp đỡ tha nhân. Trong Kinh Trung Bộ, Đức Phật dạy: “Này các Tỷ kheo, do ham muốn làm nhân, do ham muốn làm duyên, do ham muốn làm nguyên nhân, do chính ham muốn làm nhân, vua tranh đoạt với vua, Sát Đế Lợi tranh đoạt với Sát Đế Lợi, Bà La Môn tranh đoạt với Bà La Môn, gia chủ tranh đoạt với gia chủ; mẹ tranh đoạt với con, con tranh đoạt với mẹ; cha tranh đoạt với con, con tranh đoạt với cha; anh em tranh đoạt với anh em; anh tranh đoạt với chị, chị tranh đoạt với anh; bạn bè tranh đoạt với bạn bè. Khi họ đã dấn thân vào tranh chấp, tranh luận, tranh đoạt thì họ tấn công nhau bằng tay, tấn công nhau bằng gậy, tấn công nhau bằng gậy, tấn công nhau bằng đao

kiếm. Rồi thì đi đến tử vong hay chịu đựng khổ đau gần như tử vong. Nay các Tỷ kheo, do ham muốn làm nhân, do ham muốn làm duyên, do ham muốn làm nguyên nhân, do chính ham muốn làm nhân, họ cầm mâu và thuẫn, họ đeo cung và tên, họ dàn trận hai mặt và tên được nhắm bắn nhau, đao được quăng ném nhau, kiếm được vung chém nhau. Họ bắn và đâm nhau bằng tên, họ quăng và đâm nhau bằng đao, họ chặt đầu nhau bằng kiếm. Rồi thì đi đến tử vong hay chịu đựng khổ đau gần như tử vong.”

Như trên đã nói, phàm phu chúng ta, nhất là những người tại gia, thường định nghĩa hạnh phúc là được thỏa mãn những ham muốn của mình, nhưng theo đạo Phật thì càng ham muốn nhiều thì càng khổ nhiều, vì ham muốn của con người thường là vô cùng vô tận mà sức lực của con người lại hữu hạn. Một khi ham muốn không được thỏa mãn là đau khổ. Khi chỉ thỏa mãn được một phần ham muốn, thì chúng ta vẫn tiếp tục theo đuổi chúng, và vì đó mà chúng ta gây thêm nhiều đau khổ. Chỉ khi nào chúng ta tự biết đủ hay không còn chạy theo ham muốn thì chúng ta mới thật sự có được sự yên ổn nơi thân tâm. Có năm thứ dấy lên lòng ham muốn của con người từ bên trong là sắc, thanh, hương, vị, và xúc. Lại có năm năm thứ dấy lên ham muốn của con người từ bên ngoài. *Thứ nhất là Ham Muốn về Tài*: Ham muốn của cái, thế lực và tiền tài. Tài lực còn là sự ham muốn về tài năng. *Thứ nhì là Ham Muốn về Sắc*: Ham muốn sắc dục. *Thứ ba là Ham Muốn về Danh*: Ham muốn danh tiếng, ảnh hưởng và tiếng khen. *Thứ tư là Ham Muốn về Thực*: Ham muốn về ăn uống. *Thứ năm là Ham Muốn về Thù*: Ham muốn về ngủ nghỉ. Đức Phật ví chúng sanh chạy theo dục lạc của thế gian như những đứa trẻ đang liếm mật trên lưỡi dao. Không có cách gì mà họ không bị cắt đứt lưỡi. Người tại gia phải luôn tỉnh thức về những cơ quan của giác quan như mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và sự tiếp xúc của chúng với thế giới bên ngoài. Chúng ta phải luôn tỉnh thức về những ham muốn phát sinh do kết quả của những sự tiếp xúc ấy: Mắt đang tiếp xúc với sắc; tai đang tiếp xúc với thanh; mũi đang tiếp xúc với mùi; lưỡi đang tiếp xúc với vị; thân đang tiếp xúc với sự xúc chạm; và ý đang tiếp xúc với vạn pháp.

Chúng ta đang sống trong một thế giới vật chất, nơi mà hằng ngày chúng ta phải tiếp xúc với đủ thứ ngoại vật như hình ảnh, âm thanh, mùi vị, cảm giác, tư tưởng và ý kiến, vân vân. Từ sự tiếp xúc này mà ham muốn khởi lên. Người Phật tử, nhất là những người tại gia, nên

luôn nhớ rằng lòng ham muốn không những làm mờ mịt đi sự sáng suốt của mình mà nó còn là nhân chính của sự luyến ái gây ra khổ đau phiền não và xô đẩy chúng ta tiếp tục lăn trôi trong luân hồi sinh tử. Ái dục là một trong mười hai mắc xích của Thập Nhị Nhân Duyên. Nó khởi nguồn từ sự mê mờ gây ra bởi luyến chấp vào lục nhập.

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Lòng Ham Muốn Trong Kinh Pháp Cú:

Đối với đạo Phật, dục lạc ngũ trần thật là phù du và hư ảo, chợt đến rồi chợt đi. Phải chăng đó là hạnh phúc thật sự khi mình cứ mãi săn đuổi một cái gì mong manh, mau tàn và luôn thay đổi? Hãy nhìn xem biết bao nhiêu điều phiền toái khó khăn mà chúng ta gặp phải khi chúng ta cứ mãi đi tìm những cảm giác mà chúng ta cho là hạnh phúc. Nhiều người vì quá ham muốn hưởng thụ lạc thú nên họ đã có những hành vi phạm pháp, gây ra những tội ác tày trời khiến cho người khác phải khổ đau phiền não. Họ chỉ nghĩ đến lạc thú tạm bợ của giác quan mà quên đi sự khổ đau của người khác. Họ không hiểu được hậu quả tai hại, những kết quả thảm khốc họ phải gặt lấy sau này do những tội lỗi mà họ đã gây ra. Ngay cả hạng phàm phu tục tử vẫn có thể biết được những phút giây hạnh phúc ngắn ngủi và những khổ đau mà họ phải gánh lấy là không cân xứng, không đáng để họ đeo đuổi theo dục lạc trần thế. Phật tử chân thuần, đặc biệt là những người tại gia, nên luôn nhớ rằng đau khổ đi liền theo ham muốn. Mọi vấn đề trên thế gian có gốc rễ từ những ham muốn dục lạc ngũ trần. Vì con người muốn tiếp tục hưởng thụ dục lạc ngũ trần mà có những bất hòa trong gia đình. Cũng vì nhu cầu hưởng thụ dục lạc mà bạn bè hàng xóm đôi khi không thể cư xử tốt đẹp với nhau. Cũng vì dục lạc ngũ trần mà người này chống lại người kia, nước này chống lại nước kia. Cũng chính vì dục lạc ngũ trần mà biết bao nhiêu điều khổ đau, phiền não, và mọi thứ phiền toái đã xảy ra trên khắp thế giới. Cũng chính do dục lạc ngũ trần mà con người trở nên dã man, độc ác, tàn bạo và mất hẳn nhân tánh.

Hành giả tu Phật, nhất là những người tại gia, nên từ chối phương tiện sống hay từ chối dục lạc? Phần lớn chúng ta đều muốn làm việc thiện; tuy nhiên, chúng ta thường mâu thuẫn với chính chúng ta giữa lạc thú và tu hành. Có nhiều người hiểu lầm rằng tôn giáo là từ bỏ hạnh phúc cuộc đời thế tục. Nói như thế, thay vì tôn giáo là một

phương tiện giúp người ta giải thoát thì ngược lại, tôn giáo được xem như trạng thái đàn áp nặng nề nhất, một kiểu mê tín dị đoan cần được loại bỏ nếu chúng ta thực sự muốn giải thoát. Điều tệ hại nhất là hiện nay nhiều xã hội đã và đang dùng tôn giáo như là một phương tiện để đàn áp và kiểm soát về mặt chính trị. Họ cho rằng hạnh phúc mà mình có hiện nay chỉ là tạm bợ, nên họ hướng về cái gọi là “Đấng sáng tạo siêu nhiên” để nhờ đấng ấy ban cho cái gọi là hạnh phúc vĩnh hằng. Họ khước từ những thú vui trên đời. Thậm chí họ không thể thưởng thức một bữa ăn với đầy đủ thức ăn, dù là ăn chay. Thay vì chấp nhận và thưởng thức cái gì mà họ đang có, thì họ lại tự tạo cho mình một gút mắc tội lỗi “Trong khi bao nhiêu người trên thế giới đang chết đói và khổ sở, tại sao ta lại buông mình trong lối sống như thế này được!” Thái độ chấp trước và từ chối những phương tiện tối cần cho cuộc sống hằng ngày này cũng sai lầm không khác chi thái độ của những kẻ đắm mình trong lạc thú trần tục. Kỳ thực, đây chỉ là một hình thức chấp thủ khác. Phật tử thuần thành phải nên luôn nhớ rằng chúng ta chối bỏ những lạc thú trần tục nhằm loại bỏ những bám víu cho dễ tu hành. Chứ chúng ta không bao giờ chối bỏ phương tiện của cuộc sống để chúng ta tiếp tục sống tu. Vì thế người con Phật vẫn ăn, nhưng không ăn mạng (mạng sống của chúng sanh). Người con Phật, nhất là những người tại gia, vẫn ngủ, nhưng không ngủ ngày ngủ đêm như con heo. Người con Phật vẫn đàm luận trong cuộc sống hằng ngày, nhưng không nói một đường làm một nẻo. Nói tóm lại, Phật tử thuần thành, đặc biệt là những người tại gia, không chối bỏ phương tiện tiện nghi trong cuộc sống, mà chỉ từ chối không lún sâu hay bám víu vào những dục lạc trần tục vì chúng chỉ là những nhân tố của khổ đau và phiền não mà thôi.

Đối với người tu Phật, nhất là những người tại gia, phải cố gắng tu tập làm sao để chuyển dục lạc thành an lạc. Dù mục đích tối thượng của đạo Phật là giác ngộ và giải thoát, Đức Phật cũng dạy rằng tu là cội nguồn hạnh phúc, hết phiền não, hết khổ đau. Phật cũng là một con người như bao nhiêu con người khác, nhưng tại sao Ngài trở thành một bậc giác ngộ vĩ đại? Đức Phật chưa từng tuyên bố Ngài là thần thánh gì cả. Ngài chỉ nói rằng chúng sanh mọi loài đều có Phật tính hay hạt giống giác ngộ và sự giác ngộ ở trong tầm tay của mọi người, rồi nhờ rời bỏ ngai vị Thái Tử, của cải, và quyền lực để tu tập và tầm cầu chân lý mà Ngài đạt được giác ngộ. Phật tử chúng ta tu không phải mong cầu xin ân huệ, mà phải tu tập theo gương hạnh của Đức Phật, phải

chuyển nghiệp xấu thành nghiệp lành hay không còn nghiệp nào nữa. Con người ở đời giàu có và thông minh, nghèo hèn và ngu dốt. Mỗi người mỗi khác, mỗi người một hoàn cảnh riêng biệt sai khác nhau. Phật tử tin rằng nguyên nhân chỉ vì mỗi người tạo nghiệp riêng biệt. Đây chính là luật nhân duyên hay nghiệp quả, và chính nghiệp tác động và chi phối tất cả. Chính nghiệp nơi thân khẩu ý tạo ra kết quả, hạnh phúc hay khổ đau, giàu hay nghèo. Nghiệp không có nghĩa là số phận hay định mệnh. Nếu tin vào số phận hay định mệnh thì sự tu tập đâu còn cần thiết và lợi ích gì? Nghiệp không cố định cũng không phải là không thay đổi được. Con người không thể để bị giam hãm trong bốn bức tường kiên cố của nghiệp. Ngược lại, con người có khả năng và nghị lực có thể làm thay đổi được nghiệp. Vận mệnh của chúng ta hoàn toàn tùy thuộc vào hành động của chính chúng ta; nói cách khác, chúng ta chính là những nhà kiến trúc ngôi nhà nghiệp của chính chúng ta. Tu theo Phật là tự mình chuyển nghiệp. Chuyển nghiệp là chẳng những phải bỏ mọi tật xấu của chính mình, mà cũng đừng quan tâm đến những hành động xấu của người khác. Chúng ta không thể nào đổ lỗi cho ai khác về những khổ đau và bất hạnh của chính mình. Chúng ta phải đối diện với cuộc sống chứ không bỏ chạy, vì có chỗ nào trên quả đất này là chỗ cho chúng ta chạy trốn nghiệp của mình đâu. Vì thế chúng ta phải chuyển nghiệp bằng cách tu tập các hạnh lành để mang lại hạnh phúc cho chính mình, hơn là cầu xin hoặc sám hối. Chuyển nghiệp là thường nhớ tới nghiệp, phải dùng trí tuệ để phân biệt thiện ác, lành dữ, tự do và trói buộc để tránh nghiệp ác, làm nghiệp lành, hay không tạo nghiệp nào cả. Chuyển nghiệp còn là thanh lọc tự tâm hơn là cầu nguyện, nghi lễ cúng kiến hay tự hành xác. Ngoài ra, chuyển nghiệp còn là chuyển cái tâm hẹp hòi ích kỷ thành cái tâm mẫn thương rộng lớn và thành tựu tâm từ bi bằng cách thương xót chúng sanh mọi loài. Nói cách khác, chuyển nghiệp là thành tựu tứ vô lượng tâm, đặc biệt là hai tâm từ và bi. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng trong đời này ai cũng phải một lần chết, hoặc sớm hoặc muộn; khi chết, không ai mang theo được bất cứ thứ gì của trần tục, chỉ có nghiệp lành hay nghiệp dữ do mình tạo ra sẽ phải theo mình như hình với bóng mà thôi.

Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi Xú Uế Của Lòng Ham Muốn. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XXI, Phẩm Tap,

Đức Phật đã dạy: “Xuất gia dứt hết ái dục là khó, tại gia theo đường sinh hoạt là khó, không phải bạn mà chung ở là khổ, qua lại trong vòng luân hồi là khổ. Vậy các người hãy giác ngộ để dừng qua lại trong vòng thống khổ ấy (Pháp Cú 302). Trong Phẩm XXIV, Phẩm Ái Dục, từ kệ số 334 đến kệ số 359, Đức Phật đã dạy: Nếu buông lung thì tham ái tăng lên hoài như giống cỏ Tỳ-la-na mọc tràn lan, từ đời này tiếp đến đời nọ như vườn chuyển cây tìm trái (Pháp Cú 334). Nếu ở thế gian này mà bị ái dục buộc ràng, thì những điều sầu khổ càng tăng mãi như loài cỏ tỳ-la gặp mưa (Pháp Cú 335). Nếu ở thế gian này, mà hàng phục được những ái dục khó hàng phục, thì sầu khổ tự nhiên rụng tàn như nước ngọt lá sen (Pháp Cú 336). Đây là sự lành mà Ta bảo với các người: “Các người hãy dồn sức vào để nhổ sạch gốc ái dục, như người muốn trừ sạch giống cỏ tỳ-la phải nhổ hết gốc nó. Các người chớ lại để bị ma làm hại như loài cỏ lau gặp cơn hồng thủy!” (Pháp Cú 337). Đốn cây mà chưa đào hết gốc rễ thì tước vẫn ra hoài, đoạn trừ ái dục mà chưa sạch căn gốc thì khổ não vẫn nảy sinh trở lại mãi (Pháp Cú 338). Những người có đủ 36 dòng ái dục, họ mạnh mẽ dong ruổi theo dục cảnh chẳng chút ngại ngùng, bởi vậy người đã có tâm tà kiến, hằng bị những tư tưởng ái dục làm trôi dạt hoài (Pháp Cú 339). Lòng ái dục tuôn chảy khắp nơi như giống cỏ man-la mọc tràn lan mặt đất. Người hãy xen giống cỏ đó để dùng tuệ kiếm đoạn hết căn gốc ái dục đi (Pháp Cú 340). Người đời thường vui thích theo ái dục, ưa dong ruổi lục trần, tuy họ có hưởng cầu an lạc mà vẫn bị quanh quẩn trong chốn trầm luân (Pháp Cú 341). Những người trì trệ theo ái dục khác nào thả bị sa lưới. Càng buộc ràng với phiền não, càng chịu khổ lâu dài (Pháp Cú 342). Những người trì trệ theo ái dục, khác nào thả bị sa lưới. Hàng Tỳ kheo vì cầu vô dục nên phải trước tự gắng lìa dục (Pháp Cú 343). Người đã lìa dục xuất gia, lại tìm vui ở chốn sơn lâm, khác nào trở lại nhà; người hãy xem hạng người đó, kẻ đã được mở ra rồi lại tự trói vào! (Pháp Cú 344). Đối với người trí, sự trói buộc bằng dây gai, bằng cây, bằng sắt chưa phải kiên cố, chỉ có lòng luyến ái vợ con tài sản mới thật sự là sự trói buộc chắc bền (Pháp Cú 345). Những kẻ dắt người vào sa đọa, là như sự trói buộc chắc bền, nó hình như khoan dung hòa hoãn mà thật khó lòng thoát ra. Hãy đoạn trừ đừng dính mắc, lìa dục mà xuất gia (Pháp Cú 346). Những người say đắm theo ái dục, tự lao mình trong lưới buộc như nhện giăng tơ. Ai dứt được sự ràng buộc không còn dính mắc nữa, thì sẽ xa mọi thống khổ để ngao du tự

tại (Pháp Cú 347). Bỏ quá khứ, hiện tại, vị lai, mà vượt qua bờ kia; tâm đã giải thoát tất cả, thì không còn bị sanh già trở lại (Pháp Cú 348). Những kẻ bị tư tưởng xấu ác làm tao loạn, thường cầu mong dục lạc thật nhiều. Mong dục lạc tăng nhiều là tự trói mình càng thêm chắc chắn (Pháp Cú 349). Muốn lìa xa ác tưởng hãy thường nghĩ tới bất tịnh. Hãy trừ hết ái dục, đừng để ác ma buộc ràng (Pháp Cú 350). Bước tới chỗ cứu cánh thì không còn sợ hãi; xa lìa ái dục thì không còn nhiễm ô: nhỏ lấy mũi tên sanh hữu thì chỉ còn một thân này là cuối cùng, không bị tiếp tục sanh nữa (Pháp Cú 351). Xa lìa ái dục không nhiễm trước, thông đạt từ vô ngại, thấu suốt nghĩa vô ngại, và thứ lớp của tự cú, đó thật là bậc đại trí đại tượng phu, chỉ còn một thân này là cuối cùng, không bị tiếp tục sinh nữa (Pháp Cú 352). Ta đã hàng phục tất cả. Ta đã rõ biết tất cả. Ta không nhiễm một pháp nào. Ta xa lìa hết thấy, diệt dục mà giải thoát và tự mình chứng ngộ, thì còn ai là Thầy ta nữa (Pháp Cú 353). Trong các cách bố thí, pháp thí là hơn cả; trong các chất vị, pháp vị là hơn cả; trong các hỷ lạc, pháp hỷ là hơn cả; người nào trừ hết mọi ái dục là vượt trên mọi đau khổ (Pháp Cú 354). Giàu sang chỉ làm hại người ngu chứ không phải để cầu sang bờ giác. Người ngu bị tài dục hại mình như mình đã vì tài dục hại người khác (Pháp Cú 355). Cỏ làm hại rất nhiều ruộng vườn, tham dục làm hại rất nhiều thế nhân. Vậy nên bố thí cho người lìa tham, sẽ được quả báo lớn (Pháp Cú 356). Cỏ làm hại rất nhiều ruộng vườn, sân nhuế làm hại rất nhiều thế nhân. Vậy nên bố thí cho người lìa sân, sẽ được quả báo lớn (Pháp Cú 357). Cỏ làm hại rất nhiều ruộng vườn, ngu si làm hại rất nhiều thế nhân. Vậy nên bố thí cho người lìa si, sẽ được quả báo lớn (Pháp Cú 358). Cỏ làm hại rất nhiều ruộng vườn, ái dục làm hại rất nhiều thế nhân. Vậy nên bố thí cho người lìa dục, sẽ được quả báo lớn (Pháp Cú 359). Trong Phẩm XXVI, Phẩm Bà La Môn, Đức Phật đã dạy: Dừng cảm đoạn trừ dòng ái dục, các người mới là Bà-la-môn! Nếu thấu rõ các uẩn diệt tận, các người liền thấy được vô tác hay Niết bàn (Pháp Cú 383)."

Chương Hai Mười Tám

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Ngã Chấp Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Về Ngã Chấp Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Trong Phật giáo, ngã chấp là chấp vào tôi và cái của tôi (thân ta và các sự vật ngoài thân ta nhưng thuộc về ta). Mục đích chính của Phật giáo là xóa bỏ cá tính riêng biệt, điều này được hiện thực khi chúng ta chấm dứt đồng hóa vật nào đó với chính mình. Do tập quán lâu dài nên chúng ta quen nghĩ về kinh nghiệm riêng của chúng ta trong những chữ “Tôi” và “của tôi.” Ngay cả khi chúng ta thấy được rằng khi nói một cách nghiêm chỉnh, thì những chữ này trở nên quá mơ hồ không thể biện hộ được, và sử dụng không nghĩ ngợi có thể dẫn tới bất hạnh trong đời sống hằng ngày của chúng ta, ngay cả khi chúng ta tiếp tục dùng những chữ này. Những lý do của việc này rất đa dạng. Một trong những lý do ấy là chúng ta không thấy cách nào khác để giải thích những kinh nghiệm của chúng ta với chúng ta ngoại trừ những phán quyết gồm những tiếng như “Tôi” và “của tôi.”

Theo Độc Tử Bộ, Phạn ngữ “pudgala-vada” có nghĩa là “cá nhân hay cái tôi.” Một từ ngữ thông dụng trong các trường phái Phật giáo buổi ban sơ, với cùng một niềm tin chung là có một cái “ngã” là căn bản của nghiệp lực và luân hồi, hay cái “Ngã” mang tính chất luân hồi. Tuy nhiên, giáo thuyết Phật giáo phủ định một thực thể hay một linh hồn vĩnh hằng như vậy. Với Phật giáo, cá nhân chỉ là một danh từ ước lệ, là sự phối hợp giữa thể chất và tâm thức, có thể thay đổi từng lúc khác nhau. Giáo thuyết về một cái ngã trường tồn cuối cùng bị Phật giáo xem như là tà thuyết, dù có một thời có rất nhiều người theo giáo thuyết ấy, vì xét lại cho kỹ chúng ta sẽ thấy Đức Phật luôn luôn phủ nhận giáo thuyết về một cái ngã trường tồn và không thể phân cách ấy. Học thuyết về cái ngã của con người này đã gây nên phản ứng dữ dội từ các đối thủ của trường phái này vì nó dạy rằng, tuy giáo lý ‘vô ngã’ của Đức Phật hoàn toàn đúng theo nghĩa bình thường, nhưng vẫn có một cái ngã (nhân vị). Cái ngã này là một vật hiện thực, là cái bản

thể cho phép có sự liên tục giữa các lần tái sanh, trí nhớ, và sự chín muồi sau này của các hành vi hữu ý hay ‘nghiệp’ làm trong hiện tại hay quá khứ. Nếu không có cái ngã hay nhân vị nào cả như học thuyết của các trường phái đối thủ tuyên bố, thì Phật giáo sẽ bị tố cáo là một học thuyết ‘hư vô’ và ‘vô đạo đức,’ vì sẽ không có con người nào để chịu trách nhiệm về các hành vi đạo đức. Trường phái này nhấn mạnh rằng ‘cái ngã’ hay ‘nhân vị’ bất định trong tương quan với các yếu tố cơ bản cấu thành hiện hữu, không ở ngoài cũng không ở trong chúng; không đồng nhất cũng không khác biệt với chúng. Thật ra, chỉ có các vị Phật mới nhận thức được nó. Để củng cố lập trường của mình, trường phái này thường trích dẫn những lời dạy của Đức Phật như “Này các Tỳ Kheo, chỉ có một con người duy nhất sinh ra ở đời này vì sự thịnh vượng của nhiều người, vì hạnh phúc của nhiều người, vì lòng bi mẫn đối với thế giới, vì lợi ích sự thịnh vượng và hạnh phúc của chư Thiên và loài người. Chúng ta có thể thấy lập trường này về sau được phản ánh trong các lý thuyết về Như Lai Tạng của trường phái Đại Thừa, các trường phái Thiền và Thiền Thai của Trung Hoa. Vì vậy, người ta tin rằng trường phái này được thiết lập do sự chia rẽ về giáo lý trong nội bộ của trường phái Thượng Tọa Bộ vào thế kỷ thứ 3 trước Tây Lịch, và tồn tại đến thế kỷ thứ chín hay thứ mười sau Tây Lịch. Khởi thủy trường phái này có tên là Độc Tử Bộ, lấy tên của vị sơ tổ Độc Tử, sau lại được gọi là Chánh Lượng Bộ, và sau đó phát sanh ra nhiều trường phái phụ.

Từ ngữ Bắc Phạn “Anatman” có nghĩa là “vô ngã.” Một trong ba đặc tính mà Đức Phật đã dạy áp dụng cho tất cả pháp hữu vi, hai đặc tính khác là vô thường và khổ đau hay bất toại. Giáo pháp này trái ngược với giáo pháp của Bà La Môn vào thời Đức Phật còn tại thế. Truyền thống Bà La Môn dạy rằng cốt lõi của mọi người là cái “thường ngã” hay cái ngã vĩnh hằng không thay đổi. Ngược lại, Đức Phật lại tuyên bố rằng cái được gọi là “ngã” ấy chỉ là một khái niệm được dựng lên, kỳ thật mỗi cá nhân đều là sự kết hợp của các uẩn luôn thay đổi. Vô ngã còn có nghĩa là không có sự hiện hữu của cái tự ngã trường tồn. Thân này chỉ là sự kết hợp của ngũ uẩn. Ngũ uẩn chỉ hiện hữu khi có đầy đủ nhơn duyên mà thôi.

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Ngã Chấp Trong Kinh Pháp Cú:

Khi Đức Phật đưa ra khái niệm về “Vô ngã,” Ngài đã làm đảo lộn không biết bao nhiêu quan niệm về vũ trụ và nhân sinh. Đức Phật đã giáng một đòn lớn trên ý niệm phổ biến và kiên cố nhất của loài người thời đó: ý niệm về sự tồn tại của cái “ngã” thường còn. Những ai thấu hiểu được vô ngã đều biết rằng nó được đưa ra để đánh đổ ý niệm về “ngã” chứ không phải là một đề án mới của thực tại. Khái niệm “Vô ngã” là phương tiện, chứ không phải là cứu cánh. Nếu nó trở thành một ý niệm thì nó cũng cần được phá vỡ như bao nhiêu ý niệm khác. Thuyết Vô Ngã có hai đặc tánh chính là pháp vô ngã và nhân vô ngã. Đôi khi giáo lý “vô ngã” gây ra bối rối và hiểu lầm. Bất cứ lúc nào chúng ta nói “Tôi đang nói”, hay “Tôi đang đi”, vân vân. Như vậy làm sao chúng ta có thể chối bỏ thực tế của cái “Ta”? Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng Đức Phật không bảo chúng ta chối bỏ việc xưng hô “Ta” hay “Tôi”. Chính Đức Phật còn phải dùng một từ nào đó để xưng hô, như từ “Như Lai” chẳng hạn, không cần biết từ này có nghĩa gì, nó vẫn là một từ hay một danh xưng. Khi Đức Phật dạy về “Vô ngã”, Ngài nhấn mạnh đến sự từ bỏ một ý niệm cho rằng “Tôi” là một thực thể thường hằng và không thay đổi. Ngài nói năm uẩn (sắc, thọ, tưởng, hành và thức) không phải là cái “Ta”, và không có cái “Ta” nào được tìm thấy trong năm uẩn này cả. Sự phủ nhận của Đức Phật có nghĩa là sự phủ nhận một niềm tin có một thực thể có thật, độc lập và thường còn được người ta gọi là “Ta” vì một thực thể như vậy phải độc lập, phải thường còn, không biến đổi, không hoán chuyển, nhưng một thực thể như vậy hay một cái “Ta” như thế không thể tìm thấy ở đâu được.

Trong Phật giáo, mặc dầu mục đích chính của Thiền Quán là ‘Ngộ’, mục tiêu trước mắt và quan trọng của Thiền Quán là triệt tiêu sự chấp ngã. Một khi chấp ngã đã bị triệt tiêu thì vô minh cũng sẽ tự động chấm dứt, chừng đó hành giả sẽ đạt được sự giác ngộ giống như sự giác ngộ mà Đức Thích Tôn Từ Phụ đã tuyên bố 26 thế kỷ trước đây. Tất cả Phật tử đều có cùng một mục đích giống nhau, đó là diệt tận sự chấp ngã, từ bỏ quan niệm về một bản ngã riêng biệt của cá nhân, và công phu tu tập của họ đều hướng đến sự vun bồi cho các đức tánh tâm linh rất dễ dàng nhận ra, như là điềm tĩnh, tính độc lập, hoặc luôn quan tâm và từ ái với người khác. Trong giáo điển, giáo pháp được so sánh như là một mùi vị để trực tiếp cảm nhận, chứ không phải

để học và để nắm giữ. Lối vàng của Đức Phật được xác định có mùi vị an lạc, giải thoát và Niết bàn. Dĩ nhiên, sự đặc biệt của các mùi vị này không dễ gì diễn tả được, và những mùi vị này chắc chắn sẽ không đến với những ai từ chối không chịu tự mình tự nếm chúng. Chừng nào chúng ta triệt tiêu được sự chấp ngã, chừng đó tâm trí của chúng ta sẽ hoàn toàn thanh tịnh và chúng ta có khả năng nhận biết hết mọi vật trong vũ trụ bằng trí tuệ. Chừng nào chúng ta triệt tiêu được sự chấp ngã, chừng đó chúng ta sẽ có khả năng thấy được tất cả những đau khổ của chúng sanh mọi loài, và chừng đó chúng ta sẽ có khả năng yêu thương chúng sanh với lòng đại bi. Như vậy Thiền Quán chẳng những giúp chúng ta thanh tịnh thân tâm, mà còn giúp cho chúng ta vượt thoát khỏi sự chấp ngã truyền kiếp của chúng sanh. Thật vậy, người tu Phật chúng ta một khi buông bỏ được ngã chấp cũng đồng nghĩa với việc chúng ta đẩy được qua một bên những chướng ngại lớn trên bước đường tu tập của chính mình. Đây là một trong những phương cách buông bỏ tuyệt vời nhất cho hành giả.

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi khó ngửi của sự Chấp Ngã. Vì vậy mà trong kinh Pháp Cú, Phẩm V, Phẩm Ngu, Đức Phật đã dạy: Đây là con ta, đây là tài sản ta,” kẻ phàm phu thường lo nghĩ như thế, nhưng chẳng biết chính ta còn không thiết có, huống là con ta hay tài sản ta? (Pháp Cú 62). ***Trong Phẩm IV, Phẩm Hoa, Đức Phật đã dạy:*** Hãy biết thân này như bọt nổi, rõ ràng là pháp huyễn hóa, để bề bề mũi tên cám dỗ của bọn ma quân, mà thoát ngoài vòng dóm ngó của tử thần (Pháp Cú 46). Như nước lũ cuống phăng những xóm làng say ngủ giữa đêm trường, tử thần sẽ lôi phăng đi những người mê muội sinh tâm chấp trước những bông hoa mình vừa góp nhặt được (Pháp Cú 47). Cứ sanh tâm chấp trước và tham luyến mãi không chán những bông hoa mà mình vừa góp nhặt được, đó chính là cơ hội tốt cho tử thần lôi đi (Pháp Cú 48). ***Trong Phẩm VII, Phẩm A La Hán, Đức Phật đã dạy:*** Người đã giải thoát hết thấy, đã dứt hết thấy buộc ràng, là người đi đường đã đến đích (Pháp Cú 90). ***Trong Phẩm XI, Phẩm Lão, Đức Phật đã dạy:*** Ta lang thang trong vòng luân hồi qua bao kiếp sống, tìm mãi mà không gặp kẻ làm nhà. Đau khổ thay kiếp sống cứ tái diễn mãi! (Pháp Cú 153). Hỡi kẻ làm nhà! Nay ta gặp được người rồi. Người không thể làm nhà nữa! Bao nhiêu rui mè của người đều gãy cả rồi, cột kèo của người đã tan vụn cả rồi. Trí ta đã đạt đến Vô

thượng Niết bàn, bao nhiêu dục vọng đều dứt sạch cả (Pháp Cú 154). *Trong Phẩm XIII, Phẩm Thế Gian, Đức Phật đã dạy:* Người nào xem thế gian này như bọt nước, như ảo ảnh thì sẽ chấm dứt mọi đau khổ và chẳng còn sợ thần chết kéo lôi (Pháp Cú 170). Giả sử thế gian này có được trang hoàng long lẫy như chiếc xe của vua đi nữa, thì trong số người đến xem, chỉ người ngu mới tham đắm, chứ kẻ trí nào hề bận tâm (Pháp Cú 171). *Trong Phẩm XXVI, Phẩm Bà La Môn, Đức Phật đã dạy:* Ở giữa đám người cừu địch mà gây tình hữu nghị, ở giữa đám người hung hăng căm gậy mà giữ khí ôn hòa, ở giữa đám người chấp đắm mà lòng không chấp đắm, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 406). Ra khỏi trói buộc của nhân gian, vượt khỏi trói buộc ở thiên thượng, hết thấy trói buộc đều xa lánh, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 417). Nếu biết tất cả loài hữu tình tử thế nào, sinh thế nào, rồi đem tâm khôn khéo vượt qua, không chấp trước, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 419). *Trong Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, Đức Phật đã dạy:* Nếu với thân tâm không lầm chấp là “ta” hay “của ta.” Vì không ta và của ta nên không lo sợ. Người như vậy mới gọi là Tỳ Kheo (Pháp Cú 367).

Chương Hai Mươi Chín

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Nghệp Báo Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Nghiệp Báo Theo Quan Điểm Phật Giáo:

“Karma” là thuật ngữ Bắc Phạn chỉ “hành động, tốt hay xấu,” bao gồm luyến ái, thù nghịch, uế trước, sân hận, ganh ghét, etc. Nghiệp được thành lập từ những quan niệm của một chúng sanh. Chính tiềm năng ấy hướng dẫn mọi ứng xử và lèo lái hành vi cũng như tư tưởng cho đời này và những đời trước. Theo Phật giáo, nghiệp khởi lên từ ba yếu tố: thân, khẩu và ý. Chẳng hạn như khi bạn đang nói, đó là hành vi tạo tác bằng lời nói hay khẩu nghiệp. Khi bạn làm gì thì đó là hành vi tạo tác của thân hay thân nghiệp. Nếu bạn đang suy nghĩ điều gì thì đó là sự tạo tác bằng ý nghiệp. Ý nghiệp là sự tạo tác mà không hề có bất cứ sự biểu hiện nào của thân hay khẩu. Quan tâm hàng đầu của giáo thuyết đạo đức Phật giáo là những hành động do sự dẫn dắt suy nghĩ lựa chọn vì những hành động như vậy tất đưa đến những hậu quả tương ứng không tránh khỏi. Hậu quả có thể là vui hay không vui, tùy theo hành động nguyên thủy. Trong vài trường hợp kết quả đi liền theo hành động, và những trường hợp khác hậu quả hiện đến một thời gian sau. Vài nghiệp quả chỉ hiển hiện ở kiếp lai sanh mà thôi. Nghiệp là những hành vi tạo tác dẫn đến những hậu quả tức thời hay lâu dài. Như vậy nghiệp là những hành động thiện ác tạo nên trong lúc còn sống. Nghiệp không bị giới hạn bởi không gian và thời gian. Một cá nhân đến với cõi đời bằng kết quả những nghiệp đời trước. Nói một cách vắn tắt, nghiệp là “hành vi.” Tất cả mọi hành vi chúng ta làm đều tạo thành nghiệp. Bất cứ hành vi nào bao giờ cũng có một kết quả theo sau. Tất cả những gì của chúng ta vào lúc này đều là kết quả của nghiệp mà chúng ta đã tạo ra trong quá khứ. Nghiệp phức tạp và nghiêm trọng. Các hành vi của chúng ta, dù nhỏ thế mấy, cũng để lại dấu vết về vật chất, tâm lý và hoàn cảnh. Những dấu vết để lại trong ta bao gồm ký ức, tri thức, thói quen, trí tuệ và tính chất. Những dấu vết này được tạo nên bởi sự chất chứa kinh nghiệm và hành vi trong

suốt một thời gian dài. Những dấu vết mà các hành vi của chúng ta để lại trên thân thể của chúng ta thì còn thấy được, chứ chỉ có một phần những dấu vết trong tâm còn nằm trên bề mặt của tâm, còn đa phần còn lại đều được giấu kín trong tâm hay chìm sâu trong tiềm thức. Đây chính là sự phức tạp và nghiêm trọng của nghiệp.

Nghiệp báo là quả báo sướng khổ tương ứng với thiện ác nghiệp. Tuy nhiên, theo tông Hoa Nghiêm, chư Bồ Tát vì thương xót chúng sanh mà hiện ra thân cảm thụ hay nghiệp báo thân, giống như thân của chúng sanh để cứu độ họ. Nghiệp là một trong các giáo lý căn bản của Phật giáo. Mọi việc khổ vui, ngọt bùi trong hiện tại của chúng ta đều do nghiệp của quá khứ và hiện tại chi phối. Hễ nghiệp lành thì được vui, nghiệp ác thì chịu khổ. Vậy nghiệp là gì? Nghiệp theo chữ Phạn là 'karma' có nghĩa là hành động và phản ứng, quá trình liên tục của nhân và quả. Luân lý hay hành động tốt xấu (tuy nhiên, từ 'nghiệp' luôn được hiểu theo nghĩa tất xấu của tâm hay là kết quả của hành động sai lầm trong quá khứ) xảy ra trong lúc sống, gây nên những quả báo tương ứng trong tương lai. Cuộc sống hiện tại của chúng ta là kết quả tạo nên bởi hành động và tư tưởng của chúng ta trong tiền kiếp. Đời sống và hoàn cảnh hiện tại của chúng ta là sản phẩm của ý nghĩ và hành động của chúng ta trong quá khứ, và cũng thế các hành vi của chúng ta đời nay, sẽ hình thành cách hiện hữu của chúng ta trong tương lai. Nghiệp có thể được gây tạo bởi thân, khẩu, hay ý; nghiệp có thể thiện, bất thiện, hay trung tính (không thiện không ác). Tất cả mọi loại nghiệp đều được chất chứa bởi A Lại Da và Mạt Na thức. Chúng sanh đã lên xuống tử sanh trong vô lượng kiếp nên nghiệp cũng vô biên vô lượng. Dù là loại nghiệp gì, không sớm thì muộn, đều sẽ có quả báo đi theo. Không một ai trên đời này có thể trốn chạy được quả báo. Sensei Pat Enkyo O'Hara viết trong quyển Làng Thiền: "Nếu bạn nói chuyện về nghiệp trong phạm vi Bát Thánh Đạo, nhóm thứ nhất là Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp và Chánh Mệnh. Rất dễ để nghĩ ra nghiệp là hành động hoặc những gì xảy ra. Nhưng khi bạn xét đến Chánh Tư Duy, nghiệp trở nên rất tinh tế vì nó là nội tại: nghiệp bắt đầu với dự tưởng và đưa đến nghiệp quả ngay trong tâm chúng ta. Nếu bạn nói cái gì đó, rõ ràng là lời nói của bạn tác động đến những người chung quanh bạn. Mỗi tư tưởng mà bạn có sẽ tác động đến bạn, vì thế nghiệp là nội tại, nhưng rốt cuộc, nghiệp sẽ tác động đến những người khác vì đã tác động đến bạn. Vì vậy, một Thiền sinh phải gánh chịu một phần nghiệp

của Thầy mình, và cũng có thể nói như thế đối với Bồ Đề Đạt Ma hay ngay cả đức Phật. Nghiệp của các vị ấy là cái mà chúng ta đang sống. Như vậy nghiệp là gì? Đó không phải là những gì bạn giữ riêng trong cuộc sống của riêng bạn. Đó là những gì đã xảy ra trên toàn cõi đời này. Điều này có nghĩa là bạn có thể xem cuộc sống riêng của bạn là toàn bộ cõi đời, và như thế, bạn có thể cảm thấy bạn liên kết với toàn bộ vũ trụ."

Nghiệp cần được hiểu là hữu vi nó đem lại hữu hay sự tái sanh. Trước hết, nghiệp hữu nói vắn tắt là hành và các pháp tham dục, vân vân, tương ứng với hành cũng được xem là nghiệp. Nghiệp hữu bao gồm phước hành, phi phước hành, bất động hành, ở bình diện nhỏ (hữu hạn) hay bình diện lớn (đại hành). Tất cả những nghiệp đưa đến sự tái sanh đều là nghiệp hữu. Nghiệp hữu là năng lực phát xuất từ kiếp hiện tại, tạo điều kiện cho kiếp sống tương lai theo dòng bất tận. Trong tiến trình này không có gì di chuyển hay được đưa đi từ kiếp này sang kiếp khác. Đó chỉ là sự chuyển động liên tục, không gián đoạn. Chúng sanh chết ở đây và tái sanh ở nơi khác không phải cùng người ấy, cũng không phải là một người hoàn toàn khác. Sát na của tâm cuối cùng về kiếp trước, kế tiếp hiện tại. Do sự diệt của sát na tâm tử này hay do sát na tâm tử này tạo điều kiện mà sát na tâm đầu tiên của kiếp hiện tại thường được gọi là "Kiếp Sanh Thức" (Patisandhi-vinnana) khởi sanh. Tương tự như vậy, sát na tâm cuối cùng của kiếp hiện tại tạo điều kiện hay làm duyên cho sát na tâm đầu tiên trong kiếp kế tiếp. Cứ như thế mà tâm cứ sanh rồi diệt, nhường chỗ cho tâm mới sanh. Như vậy dòng tâm thức sanh diệt liên tục này cứ trôi chảy cho đến khi sự sống dừng hẳn. Sự sống, nói cách khác, chính là tâm thức, ước muốn sống, muốn được tiếp tục tồn tại. Sức mạnh của nghiệp sẽ tạo ra quả lạc khổ (sức mạnh của thiện nghiệp sinh ra lạc quả, sức mạnh của ác nghiệp gây ra khổ quả). Nghiệp lực ví như người chủ nợ. Có nhiều thứ chủ nợ mạnh yếu khác nhau lôi kéo, nên khi lâm chung thì thân thức của chúng ta bị chủ nợ nào mạnh nhất lôi kéo trước tiên. Dù nghiệp đã được định nghĩa một cách đơn giản là các hành vi, thực ra, nghiệp chỉ tất cả sự tích tụ những kinh nghiệm và hành vi của chúng ta từ lúc khởi sanh của loài người và cả trước lúc ấy nữa. Đây được gọi là "nghiệp của đời trước" hay tức nghiệp. Sự hoạt động của nghiệp này gọi là "nghiệp lực" hay năng lực của nghiệp. Năng lực này có thể được giải thích đúng đắn nhờ hiểu được sự vận hành của cái tâm tiềm thức. Ngay cả

những điều mà loài người đã kinh nghiệm hàng trăm ngàn năm trước đây vẫn lưu lại trong bề sâu của tâm chúng ta, cũng như những ảnh hưởng mạnh hơn nhiều của những hành vi và thái độ tâm thức của tổ tiên chúng ta lưu lại. Nghiệp của đời trước mà Phật giáo dạy còn sâu xa hơn nữa, vì nó gồm cả nghiệp của đời sống của chính chúng ta đã tạo nên qua sự tái diễn sanh và tử từ quá khứ vô định cho đến hiện tại.

Hành giả tu Phật tin rằng từ sáng đến tối chúng ta thân tạo nghiệp, khẩu tạo nghiệp, và ý tạo nghiệp. Nơi ý hết tưởng người nầy xấu đến tưởng người kia không tốt. Nơi miệng thì nói thị phi, nói láo, nói lời thêu dệt, nói điều ác độc, nói đâm thọc, nói lưỡi hai chiều. Nghiệp là một trong các giáo lý căn bản của Phật giáo. Mọi việc khổ vui, ngọt bùi trong hiện tại của chúng ta đều do nghiệp của quá khứ và hiện tại chi phối. Hễ nghiệp lành thì được vui, nghiệp ác thì chịu khổ. Vậy nghiệp là gì? Nghiệp theo chữ Phạn là 'karma' là hành động và phản ứng, quá trình liên tục của nhân và quả. Luân lý hay hành động tốt xấu (tuy nhiên, từ 'nghiệp' luôn được hiểu theo nghĩa tất xấu của tâm hay là kết quả của hành động sai lầm trong quá khứ) xảy ra trong lúc sống, gây nên những quả báo tương ứng trong tương lai. Nghiệp không phải là tiền định mà cũng không phải là số mệnh. Cuộc sống hiện tại của chúng ta là kết quả tạo nên bởi hành động và tư tưởng của chúng ta trong tiền kiếp. Đời sống và hoàn cảnh hiện tại của chúng ta là sản phẩm của ý nghĩ và hành động của chúng ta trong quá khứ, và cũng thế các hành vi của chúng ta đời nay, sẽ hình thành cách hiện hữu của chúng ta trong tương lai. Theo định nghĩa của nghiệp thì quá khứ ảnh hưởng hiện tại, nhưng không át hẳn hiện tại vì với nghiệp, quá khứ và hiện tại đều như nhau. Tuy nhiên, cả quá khứ và hiện tại đều ảnh hưởng đến tương lai. Quá khứ là cái nền để đời sống tiếp diễn trong từng khoảnh khắc. Tương lai thì chưa đến. Chỉ có hiện tại là hiện hữu và trách nhiệm xử dụng hiện tại cho thiện ác là tùy nơi từng cá nhân. Nghiệp có thể được gây tạo bởi thân, khẩu, hay ý; nghiệp có thể thiện, bất thiện, hay trung tính (không thiện không ác). Tất cả mọi loại nghiệp đều được chất chứa bởi A Lại Da và Mạt Na thức. Chúng sanh đã lên xuống tử sanh trong vô lượng kiếp nên nghiệp cũng vô biên vô lượng. Dù là loại nghiệp gì, không sớm thì muộn, đều sẽ có quả báo đi theo. Không một ai trên đời nầy có thể trốn chạy được quả báo.

Theo Phật giáo, nghiệp không phải là số mệnh hay tiền định; nghiệp cũng không phải là một hành động đơn giản, vô ý thức hay vô

tình. Ngược lại, nó là một hành động cố ý, có ý thức, và được cân nhắc kỹ lưỡng. Cũng theo Phật giáo, bất cứ hành động nào cũng sẽ dẫn đến kết quả tương ứng như vậy, không có ngoại lệ. Nghĩa là gieo gì gặt nấy. Nếu chúng ta tạo nghiệp thiện, chúng ta sẽ gặt quả lành. Nếu chúng ta tạo ác nghiệp, chúng ta sẽ lãnh quả dữ. Phật tử chân thuần nên cố gắng thông hiểu luật về nghiệp. Một khi chúng ta hiểu rằng trong đời sống này mỗi hành động đều có một phản ứng tương ứng và cân bằng, một khi chúng ta hiểu rằng chúng ta sẽ gánh chịu hậu quả của hành động mình làm, chúng ta sẽ cố gắng kềm chế tạo tác những điều bất thiện. Nghiệp là sản phẩm của thân, khẩu, ý, như hạt giống được gieo trồng, còn quả báo là kết quả của nghiệp, như cây trái. Khi thân làm việc tốt, khẩu nói lời hay, ý nghĩ chuyện đẹp, thì nghiệp là hạt giống thiện. Ngược lại thì nghiệp là hạt giống ác. Theo Phật giáo, mỗi hành động đều phát sanh một hậu quả. Vì thế khi nói về “Nghiệp” tức là nói về luật “Nhân Quả.” Chừng nào chúng ta chưa chấm dứt tạo nghiệp, chừng đó chưa có sự chấm dứt về kết quả của hành động. Trong cuộc sống của xã hội hôm nay, khó lòng mà chúng ta có thể chấm dứt tạo nghiệp. Tuy nhiên, nếu phải tạo nghiệp chúng ta nên vô cùng cẩn trọng về những hành động của mình để được hậu quả tốt mà thôi. Chính vì vậy mà Đức Phật dạy: “Muốn sống một đời cao đẹp, các con phải từng ngày từng giờ cố gắng kiểm soát những hoạt động nơi thân khẩu ý chớ dừng để cho những hoạt động này làm hại cả ta lẫn người.” Nghiệp và quả báo tương ứng không sai chạy. Giống lành sanh cây tốt quả ngon, trong khi giống xấu thì cây xấu quả tẻ là chuyện tất nhiên. Như vậy, trừ khi nào chúng ta ta hiểu rõ ràng và hành trì tinh chuyên theo luật nhân quả hay nghiệp báo, chúng ta không thể nào kiểm soát hay kinh qua một cuộc sống như chúng ta ao ước đâu. Theo Phật Pháp thì không có thiên thần quỷ vật nào có thể áp đặt sức mạnh lên chúng ta, mà chúng ta có hoàn toàn tự do xây dựng cuộc sống theo cách mình muốn. Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng “Nghiệp” lúc nào cũng rất công bằng. Nghiệp tự nó chẳng thương mà cũng chẳng ghét, chẳng thưởng chẳng phạt. Nghiệp và Quả Báo chỉ đơn giản là định luật của Nguyên nhân và Hậu quả mà thôi. Nếu chúng ta tích tụ thiện nghiệp, thì quả báo phải là hạnh phúc sướng vui, chứ không có ma quỷ nào có thể làm hại được chúng ta. Ngược lại, nếu chúng ta gây tạo ác nghiệp, dù có lạy lục van xin thì hậu quả vẫn phải là đắng cay đau khổ, không có trời nào có thể cứu lấy chúng ta.

Theo đạo Phật, con người là kẻ sáng tạo của cuộc đời và vận mạng của chính mình. Mọi việc tốt và xấu mà chúng ta gặp phải trên đời đều là hậu quả của những hành động của chính chúng ta phản tác dụng trở lại chính chúng ta. Những điều vui buồn của chúng ta cũng là kết quả của những hành động của chính mình, trong quá khứ xa cũng như gần, là nguyên nhân. Và điều chúng ta làm trong hiện tại sẽ ấn định điều mà chúng ta sẽ trở nên trong tương lai. Cũng vì con người là kẻ sáng tạo cuộc đời mình, nên muốn hưởng một đời sống hạnh phúc và an bình, người ấy phải là một kẻ sáng tạo tốt, nghĩa là phải tạo nghiệp tốt. Nghiệp tốt cuối cùng phải đến từ một cái tâm tốt, một cái tâm an tịnh. Luật nghiệp báo liên kết các đời trong quá khứ, hiện tại và tương lai của một cá nhân xuyên qua tiến trình luân hồi của người ấy. Để có thể hiểu được tại sao có được sự liên kết giữa những kinh nghiệm và hành động của một cá nhân trong các cuộc đời nối tiếp, chúng ta cần nhìn lướt qua về sự phân tích của đạo Phật về “thức”. Theo triết học Phật giáo về “thức”, trường phái Duy Thức Học, có tám thức. Có năm thức về giác quan: nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, và thân thức. Những thức này gây nên sự xuất hiện của năm trần từ năm căn. Thức thứ sáu là ý thức, với khả năng phán đoán nhờ phân tích, so sánh và phân biệt các trần và quan niệm. Thức thứ bảy gọi là mạn na thức, tức là ngã thức, tự biết mình vốn là ngã riêng biệt giữa mình và những người khác. Ngay cả những lúc mà sáu thức đầu không hoạt động, tỷ dụ như lúc đang ngủ say, thì thức thứ bảy vẫn đang hiện diện, và nếu bị đe dọa, thì thức này, vì sự thúc đẩy tự bảo vệ, sẽ đánh thức chúng ta dậy. Thức thứ tám được gọi là a lại da thức, hay tàng thức. Vì thức này rất sâu kín, nên rất khó cho chúng ta hiểu được nó. A lại da là một cái kho chứa tất cả những dấu tích hành động và kinh nghiệm của chúng ta. Tất cả những gì chúng ta thấy, nghe, ngửi, nếm, sờ mó, hoặc làm đều được giữ như những chủng tử vào cái kho tàng thức này. Chủng tử là nhân của năng lực nghiệp báo. Vì a lại da thu góp tất cả những chủng tử của hành động chúng ta đã làm, nó chính là kẻ xây dựng vận mạng của chúng ta. Cuộc đời và cá tính của chúng ta phản ánh những chủng tử ở trong kho tàng thức của mình. Nếu chúng ta gửi vào đó những chủng tử xấu, nghĩa là nhân của những việc ác, chúng ta sẽ trở thành kẻ xấu. Do bởi đạo Phật đặt trách nhiệm tối thượng về cuộc đời của chúng ta ở trong tay chúng ta, nên nếu chúng ta muốn nhào nặn cho cuộc đời mình tốt đẹp hơn chúng ta phải hướng tâm trí của mình về một hướng tốt đẹp

hơn, vì chính tâm trí điều khiển bàn tay nhào nặn cuộc đời của chúng ta. Tuy nhiên, có lúc chúng ta thấy một người rất đạo đức, tử tế, hiền hậu, dễ thương và khôn ngoan, thế mà cuộc đời người ấy lại đầy những trở ngại từ sáng đến tối. Tại sao lại như vậy? Còn cái lý thuyết về hành động tốt đem lại hạnh phúc và hành động xấu đem lại khổ đau thì sao? Muốn hiểu điều này, chúng ta phải nhận thức rằng nghiệp quả không nhất thiết phải trở ra trong cùng hiện đời mà nghiệp nhân được tạo. Có khi nghiệp đem lại hậu quả chỉ trong đời sau hoặc những đời kế tiếp. Nếu một người từng hành xử tốt trong đời trước, người ấy có thể được hưởng hạnh phúc và sung túc trong đời này mặc dù sự hành xử của người ấy bây giờ có xấu xa đi chăng nữa. Và có người bây giờ rất đức hạnh nhưng có thể vẫn gặp phải nhiều trở ngại vì nghiệp xấu từ đời trước đó. Cũng giống như gieo nhiều thứ hạt khác nhau, có loại trở bông rất sớm, có loại lâu hơn, có khi cả năm. Luật nhân quả không sai chạy, nhưng kết quả đến từng lúc có khác nhau, dưới hình thức khác nhau, và ở nơi chốn khác nhau. Tuy có một số kinh nghiệm của chúng ta là do nghiệp tạo ra trong đời này, số khác lại do nghiệp tạo ra từ những đời trước. Ở đời này, chúng ta chịu hậu quả những hành động chúng ta đã làm từ những đời trước cũng như ngay trong đời này. Và những gì chúng ta gặt trong tương lai là kết quả việc chúng ta đang làm ngày hôm nay. Giáo lý về nghiệp không chỉ là giáo lý về nhân quả, mà là hành động và phản hành động. Giáo lý này tin rằng bất cứ một hành động nào cố ý thực hiện, từ một tác nhân, dù là ý nghĩ, lời nói hay việc làm, đều có phản động trở lại trên chính tác nhân ấy. Luật nghiệp báo là một luật tự nhiên, và không một quyền lực thần linh nào có thể làm ngưng lại sự thi hành nó được. Hành động của chúng ta đưa đến những kết quả tất nhiên. Nhận ra điều này, người Phật tử không cần cầu khẩn một ông thần nào tha thứ, mà đúng ra điều chỉnh hành động của họ hầu đưa chúng đến chỗ hài hòa với luật chung của vũ trụ. Nếu họ làm ác, họ cố tìm ra lỗi lầm rồi chỉnh đốn lại hành vi; còn nếu họ làm lành, họ cố duy trì và phát triển hạnh lành ấy. Người Phật tử không nên quá lo âu về quá khứ, mà ngược lại nên lo cho việc làm trong hiện tại. Thay vì chạy ngược chạy xuôi tìm sự cứu rỗi, chúng ta nên cố gắng gieo chủng tử tốt trong hiện đời, rồi đợi cho kết quả đến tùy theo luật nghiệp báo. Thuyết nghiệp báo trong đạo Phật cho con người chứ không ai khác, con người là kẻ tạo dựng nên vận mạng của chính mình. Từng giờ từng phút, chúng ta làm và dựng nên vận mệnh

của chính chúng ta qua ý nghĩ, lời nói và việc làm. Chính vì thế mà cổ đức có dạy: “Gieo ý nghĩ, tại hành động; gieo hành động, tạo tính hạnh; gieo tính hạnh, tạo cá tánh; gieo cá tánh, tạo vận mạng.”

Nghệp mà chúng ta đang có có căn gốc rất sâu dày và phức tạp vô cùng. Nó bao gồm nghiệp cũ mà con người đã tích tập từ lúc khởi thủy. Chúng ta cũng sở hữu nghiệp cũ mà chính chúng ta đã tạo ra trong các đời trước và ở một mức độ nào đó, chúng ta mang nghiệp mà tổ tiên chúng ta đã tạo (với những ai cùng sanh ra trong một dòng họ hay cùng một quốc gia đều có những cộng nghiệp ở một mức độ nào đó). Và dĩ nhiên chúng ta mang “hiện nghiệp” do chính chúng ta tạo ra trong đời này. Phải chăng một người bình thường có thể thoát khỏi nghiệp và nhập vào trạng thái tâm thức của sự giải thoát hoàn toàn (hay thoát khỏi thế giới ảo tưởng) nhờ vào trí tuệ của chính người ấy? Điều này rõ ràng chứ không có gì để nghi ngờ. Nếu như vậy thì chúng ta làm sao để được như vậy? Tất cả những gì mà người ta đã kinh nghiệm, suy nghĩ và cảm nhận trong quá khứ vẫn tồn tại trong chiều sâu của tiềm thức. Các nhà tâm lý học công nhận rằng tiềm thức không chỉ gây một ảnh hưởng lớn vào tính chất và chức năng tâm lý của con người, mà còn tạo ra nhiều rối loạn khác nhau. Vì nó thường ở bên ngoài tầm của chúng ta nên chúng ta không thể kiểm soát tiềm thức chỉ bằng cách tư duy và thiền định suông được.

Người tại gia luôn tin rằng khi chúng ta gieo hạt tiêu thì cây tiêu sẽ mọc lên và chúng ta sẽ có những hạt tiêu, chứ không phải là những trái cam. Tương tự, khi chúng ta hành động thiện lành thì hạnh phúc phát sanh chứ không phải khổ đau. Khi chúng ta hành động bạo ác thì khổ đau đến chứ không phải là hạnh phúc. Một cái hạt mầm nhỏ có thể phát triển thành một cây to nhiều quả, cũng y như vậy một hành động nhỏ có thể gây ra những kết quả quả to lớn. Vì vậy, chúng ta nên cố gắng tránh những hành động đen tối dù nhỏ, và cố gắng làm những hành động trong sáng dù nhỏ. Nếu không tạo nhân thì không bao giờ có quả. Nếu không gieo hạt thì không có cây. Một người đã không gây tạo nhân để có quả bị giết thì người ấy sẽ không chết ngay trong tai nạn xe hơi. Đức Phật dạy: bạn là kẻ tạo nên số phận của chính bạn. Bạn không nên chỉ trích bất cứ ai trước những khó khăn của mình, khi mà chỉ có mình chịu trách nhiệm về cuộc đời của mình, tốt hơn hay tệ hơn, đều do mình mà ra cả. Những khó khăn và khổ não của bạn thực ra là do chính bạn gây ra. Chúng phát sinh do các hành động bất nguồn

từ tham, sân, si. Thực vậy, sự khổ đau là cái giá bạn phải trả cho lòng tham đắm cuộc sống hiện hữu và những thú vui nhục dục. Cái giá quá đắt mà bạn phải trả là sự khổ đau thể xác và lo âu về tinh thần. Tương tự như bạn trả tiền hằng tháng cho chiếc xe Chevrolet Corvette mới tinh để được sở hữu nó. Tiền trả hằng tháng là sự đau khổ về thân và tâm mà bạn phải chịu đựng, trong khi đó cái xe mới tinh kia được xem như là cơ thể nhờ đó mà bạn thụ hưởng các thú vui thế gian. Bạn phải trả giá cho sự thụ hưởng khoái lạc: không có thú vui nào mà không phải trả một cái giá đắt, thật là không mai mắn. Nếu chúng ta hành động thiện lành (tích cực) thì kết quả hạnh phúc sớm muộn gì cũng xuất hiện. Khi chúng ta hành động đen tối (tiêu cực), những dấu ấn xấu không bao giờ mất đi mặc dù chúng không đưa đến kết quả tức thì. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng, “biển có thể cạn, núi có thể mòn, nhưng nghiệp tạo từ muôn kiếp trước không bao giờ mất đi; ngược lại, nó kết thành quả, dù ngàn vạn năm trôi qua, cuối cùng mình cũng phải trả nghiệp.” Thân thể chúng ta, lời nói, và tâm chúng ta đều tạo ra nghiệp khi chúng ta dính mắc. Chúng ta tạo thói quen. Những thói quen này sẽ khiến chúng ta đau khổ trong tương lai. Đó là kết quả của sự dính mắc của chúng ta, đồng thời cũng là kết quả của những phiền não trong quá khứ. Mọi tham ái đều dẫn đến nghiệp. Hãy nhớ rằng không phải chỉ do thân thể mà cả ngôn ngữ và tâm hồn cũng tạo điều kiện cho những gì sẽ xảy ra trong tương lai. Trong quá khứ nếu chúng ta làm điều gì tốt đẹp, bây giờ chỉ cần nhớ lại thôi chúng ta cũng sẽ thấy sung sướng, hân hoan. Trạng thái sung sướng hân hoan hôm nay là kết quả của những gì chúng ta đã làm trong quá khứ. Nói cách khác, những gì chúng ta nhận hôm nay là kết quả của nghiệp trong quá khứ. Tất cả mọi sự đều được điều kiện hóa bởi nguyên nhân, dầu đó là nguyên nhân đã có từ lâu hay trong khoảnh khắc hiện tại.

Dù nghiệp đã được định nghĩa một cách đơn giản là các hành vi, thực ra, nghiệp chỉ tất cả sự tích tụ những kinh nghiệm và hành vi của chúng ta từ lúc khởi sanh của loài người và cả trước lúc ấy nữa. Nghiệp của đời trước mà Phật giáo dạy còn sâu xa hơn nữa, vì nó gồm cả nghiệp của đời sống của chính chúng ta đã tạo nên qua sự tái diễn sanh và tử từ quá khứ vô định cho đến hiện tại. Trong khi đạo lực là năng lực đến từ sự giác ngộ. Trong Thiền, chẳng có tiêu chuẩn nào để đo lường Nghiệp Lực và Đạo Lực. Điểm chính yếu là xét xem mình có ý thức được tâm thể của mình trong tất cả mọi hành động vào mọi lúc.

Phải biết rằng cả Nghiệp Lực lẫn Đạo Lực đều là hư vọng. Nếu có người xả Nghiệp Lực mà chấp trước Đạo Lực, theo Thiền sư Tông Cảo Đại Huệ, người ấy không hiểu gì về Phật giáo cả. Nếu có bậc trượng phu mượn Đạo Lực làm khí trượng để trừ Nghiệp Lực, Nghiệp Lực trừ rồi, mới thấy rằng Đạo Lực cũng là hư vọng luôn. Bàng Cư Sĩ nói: "Phàm phu ý chí hẹp hòi, suy nghĩ hư vọng, hay nói có khó có dễ... Có biết đâu chỉ vì cái tâm chấp khó chấp dễ, rồi vọng sinh ra giữ, bỏ, náu giữ chúng ta lăn trôi trong luân hồi sanh tử. Nếu không nhổ hết các căn bệnh này, ắt chẳng có lúc nào ra khỏi biển sanh tử được." Hành giả tu Phật nên luôn nhớ rằng nghiệp không kiêng nể một ai, dầu là tài trí hay ngu độn. Chính những chướng ngại và ngăn trở do ác nghiệp gây ra làm ngăn cản bồ đề (ác nghiệp ngăn cản chánh đạo). Theo Duy Thức Học, ngoài những trở ngại của ngoại duyên, còn có ba nguyên nhân phát sanh chướng ngại cho người tu. Nghiệp chướng là trở ngại nghiêm trọng nhất trong ba chướng cho bất cứ người tu Phật nào.

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Nghiệp Báo Trong Kinh Pháp Cú:

Theo Kinh Địa Tạng, tùy theo hoàn cảnh của chúng sanh mà Ngài Địa Tạng sẽ khuyên dạy: “Nếu gặp kẻ sát hại loài sinh vật, thời dạy rõ quả báo vì ương lụy đời trước mà phải bị chết yểu. Nếu gặp kẻ trộm cắp, thời ngài dạy rõ quả báo nghèo khổ khổ sở. Nếu gặp kẻ tà dâm thời ngài dạy rõ quả báo làm chim se sẻ, bồ câu, uyên ương. Nếu gặp kẻ nói lời thô ác, thời ngài dạy rõ quả báo quyến thuộc kình chống nhau. Nếu gặp kẻ hay khinh chê, thời ngài dạy rõ quả báo không lười và miệng lở. Nếu gặp kẻ quá nóng giận, thời ngài dạy rõ quả báo thân hình xấu xí tàn tật. Nếu gặp kẻ bòn xén thời ngài dạy rõ quả báo cầu muốn không được toại nguyện. Nếu gặp kẻ ham ăn, thời ngài dạy rõ quả báo đói, khát và đau cổ họng. Nếu gặp kẻ buông lung săn bắn, thời ngài dạy rõ quả báo kinh hãi điên cuồng mất mạng. Nếu gặp kẻ trái nghịch cha mẹ, thời ngài dạy rõ quả báo trời đất tru lục. Nếu gặp kẻ đốt núi rừng cây cỏ, thời ngài dạy rõ quả báo cuồng mê đến chết. Nếu gặp cha mẹ ghẻ ăn ở độc ác, thời ngài dạy rõ quả báo thác sanh trở lại hiện đời bị roi vọt. Nếu gặp kẻ dùng lưới bắt chim non, thời ngài dạy rõ quả báo cốt nhục chia lìa. Nếu gặp kẻ hủy báng Tam Bảo, thời ngài dạy rõ quả báo đui, điếc, câm, ngọng. Nếu gặp kẻ khinh chê giáo pháp, thời ngài dạy rõ quả báo ở mãi trong ác đạo. Nếu gặp kẻ lạm

phá của thường trụ, thời ngài dạy rõ quả báo ức kiếp luân hồi nơi địa ngục. Nếu gặp kẻ làm ô nhục người tịnh hạnh và vu báng Tăng già, thời ngài dạy rõ quả báo ở mãi trong loài súc sanh. Nếu gặp kẻ dùng nước sôi hay lửa, chém chặt, giết hại sanh vật, thời ngài dạy rõ quả báo phải luân hồi thường mạng lẫn nhau. Nếu gặp kẻ phá giới phạm trai, thời ngài dạy rõ quả báo cầm thú đói khát. Nếu gặp kẻ ngã mạn cống cao, thời ngài dạy rõ quả báo hèn hạ bị người sai khiến. Nếu gặp kẻ đâm thọc gây gỗ, thời ngài dạy rõ quả báo không lưỡi hay trăm lưỡi. Nếu gặp kẻ tà kiến mê tín, thời ngài dạy rõ quả báo thọ sanh vào chốn hẻo lánh.

Đức Phật đã luôn khẳng định với chúng đệ tử rằng nghiệp là một trong các giáo lý căn bản của Phật giáo. Mọi việc khổ vui, ngọt bùi trong hiện tại của chúng ta đều do nghiệp của quá khứ và hiện tại chi phối. Hễ nghiệp lành thì được vui, nghiệp ác thì chịu khổ. Vậy nghiệp là gì? Nghiệp theo chữ Phạn là ‘karma’ có nghĩa là hành động và phản ứng, quá trình liên tục của nhân và quả. Luân lý hay hành động tốt xấu (tuy nhiên, từ ‘nghiệp’ luôn được hiểu theo nghĩa tất xấu của tâm hay là kết quả của hành động sai lầm trong quá khứ) xảy ra trong lúc sống, gây nên những quả báo tương ứng trong tương lai. Cuộc sống hiện tại của chúng ta là kết quả tạo nên bởi hành động và tư tưởng của chúng ta trong tiền kiếp. Đời sống và hoàn cảnh hiện tại của chúng ta là sản phẩm của ý nghĩ và hành động của chúng ta trong quá khứ, và cũng thế các hành vi của chúng ta đời nay, sẽ hình thành cách hiện hữu của chúng ta trong tương lai. Nghiệp có thể được gây tạo bởi thân, khẩu, hay ý; nghiệp có thể thiện, bất thiện, hay trung tính (không thiện không ác). Tất cả mọi loại nghiệp đều được chất chứa bởi A Lại Da và Mạt Na thức. Chúng sanh đã lên xuống tử sanh trong vô lượng kiếp nên nghiệp cũng vô biên vô lượng. Dù là loại nghiệp gì, không sớm thì muộn, đều sẽ có quả báo đi theo. Không một ai trên đời này có thể trốn chạy được quả báo. Như trên đã nói, nghiệp là sản phẩm của thân, khẩu, ý, như hạt giống được gieo trồng, còn quả báo là kết quả của nghiệp, như cây trái. Khi thân làm việc tốt, khẩu nói lời hay, ý nghĩ chuyện đẹp, thì nghiệp là hạt giống thiện. Ngược lại thì nghiệp là hạt giống ác. Chính vì vậy mà Đức Phật dạy: “Muốn sống một đời cao đẹp, các con phải từng ngày từng giờ cố gắng kiểm soát những hoạt động nơi thân khẩu ý chớ dừng để cho những hoạt động này làm hại cả ta lẫn người.” Nghiệp và quả báo tương ứng không sai chạy. Giống

lành sanh cây tốt quả ngon, trong khi giống xấu thì cây xấu quả tẻ là chuyện tất nhiên. Như vậy, trừ khi nào chúng ta hiểu rõ ràng và hành trì tinh chuyên theo luật nhân quả hay nghiệp báo, chúng ta không thể nào kiểm soát hay kinh qua một cuộc sống như chúng ta ao ước đâu. Theo Phật Pháp thì không có thiên thần quỷ vật nào có thể áp đặt sức mạnh lên chúng ta, mà chúng ta có hoàn toàn tự do xây dựng cuộc sống theo cách mình muốn. Nếu chúng ta tích tụ thiện nghiệp, thì quả báo phải là hạnh phúc sướng vui, chứ không có ma quỷ nào có thể làm hại được chúng ta. Ngược lại, nếu chúng ta gây tạo ác nghiệp, dù có lạy lục van xin thì hậu quả vẫn phải là đắng cay đau khổ, không có trời nào có thể cứu lấy chúng ta. Hiểu và tin vào luật nhân quả, Phật tử, nhất là những người tại gia, sẽ không mê tín dị đoan, không ỷ lại thần quyền, không lo sợ hoang mang. Biết cuộc đời mình là do nghiệp nhân của chính mình tạo ra, người Phật tử với lòng tự tin, có thêm sức mạnh to lớn sẽ làm những hành động tốt đẹp thì chắc chắn nghiệp quả sẽ chuyển nhẹ hơn, chứ không phải trả đúng quả như lúc tạo nhân. Nếu làm tốt nữa, biết tu thân, giữ giới, tu tâm, nghiệp có thể chuyển hoàn toàn. Khi biết mình là động lực chính của mọi thất bại hay thành công, chúng ta sẽ không chán nản, không trách móc, không ỷ lại, có thêm nhiều cố gắng, có thêm tự tin để hoàn thành tốt mọi công việc. Biết giá trị của luật nhân quả, chúng ta khi làm một việc gì, khi nói một lời gì, nên suy nghĩ trước đến kết quả tốt hay xấu của nó, chứ không làm liều, để rồi phải chịu hậu quả khổ đau trong tương lai.

Khi có một đệ tử đến sám hối với Đức Phật về những việc sai trái trong quá khứ, Đức Phật không hề hứa tha thứ, vì Ngài biết rằng mỗi người đều phải gặt kết quả của nhân do chính mình đã gieo. Thay vì vậy, Ngài giải thích: “Nếu ông thấy việc ông từng làm là sai và ác, thì từ nay trở đi ông đừng làm nữa. Nếu ông thấy việc ông làm là đúng và tốt, thì hãy làm thêm nữa. Hãy cố mà diệt ác nghiệp và tạo thiện nghiệp. Ông nên biết hình ảnh của ông ngày nay là bóng của ông trong quá khứ, và hình ảnh tương lai của ông là bóng của ông ngày hôm nay. Ông phải chú tâm vào hiện tại hầu tinh tấn trong việc tu đạo.” Theo Kinh Tăng Nhất A Hàm, Đức Phật dạy: “Này các thầy Tỳ Kheo! Ý muốn là cái mà Như Lai gọi là hành động hay nghiệp. Do có ý mà ta hành động thân, khẩu và tư tưởng.” ***Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cứ lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi khó ngửi của Nghiệp Báo. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cứ, Phẩm I, Phẩm***

Phẩm Song Yếu, Đức Phật đã dạy: “Trong các pháp, tâm dẫn đầu, tâm là chủ, tâm tạo tác tất cả. Nếu đem tâm ô nhiễm nói năng hoặc hành động, sự khổ sẽ theo nghiệp kéo đến như bánh xe lăn theo chân con vật kéo xe (Pháp Cú 1). Trong các pháp, tâm dẫn đầu, tâm làm chủ, tâm tạo tác tất cả. Nếu đem tâm thanh tịnh tạo nghiệp nói năng hoặc hành động, sự vui sẽ theo nghiệp kéo đến như bóng với hình (Pháp Cú 2). Trong Phẩm V, Phẩm Ngu, Đức Phật đã dạy: Những người gây điều bất thiện, làm xong ăn năn khóc lóc, nhỏ lệ dầm dề, vì biết mình sẽ phải thọ lấy quả báo tương lai (Pháp Cú 67). Những người tạo các thiện nghiệp, làm xong chẳng chút ăn năn, còn vui mừng hớn hở, vì biết mình sẽ thọ lấy quả báo tương lai (Pháp Cú 68). Khi ác nghiệp chưa thành thực, người ngu tưởng như đường mật, nhưng khi ác nghiệp đã thành thực, họ nhứt định phải chịu khổ đắng cay (Pháp Cú 69). Trong Phẩm VII, Phẩm A La Hán, Đức Phật đã dạy: Những vị A-la-hán ý nghiệp thường vắng lặng, ngũ nghiệp hành nghiệp thường vắng lặng, lại có chánh trí giải thoát, nên được an ổn luôn (Pháp Cú 96). Trong Phẩm IX, Phẩm Ác, Đức Phật đã dạy: Hãy gấp rút làm lành, chế chỉ tâm tội ác. Hễ biếng nhác việc lành giờ phút nào thì tâm ưa chuyện ác giờ phút nấy (116). Nếu đã lỡ làm ác chớ nên thường làm hoài, chớ vui làm việc ác; hễ chứa ác nhứt định thọ khổ (Pháp Cú 117). Nếu đã làm việc lành hãy nên thường làm mãi, nên vui làm việc lành; hễ chứa lành nhứt định thọ lạc (118). Khi nghiệp ác chưa thành thực, kể ác cho là vui, đến khi nghiệp ác thành thực kể ác mới hay là ác (Pháp Cú 119). Khi nghiệp lành chưa thành thực, người lành cho là khổ, đến khi nghiệp lành thành thực, người lành mới biết là lành (Pháp Cú 120). Chớ khinh điều ác nhỏ, cho rằng “chẳng đưa lại quả báo cho ta.” Phải biết giọt nước nhều lâu ngày cũng làm đầy bình. Kể ngu phu sở dĩ đầy tội ác bởi chứa dồn từng khi ít mà nên (Pháp Cú 121). Chớ nên khinh điều lành nhỏ, cho rằng “chẳng đưa lại quả báo cho ta.” Phải biết giọt nước nhều lâu ngày cũng làm đầy bình. Kể trí sở dĩ toàn thiện bởi chứa dồn từng khi ít mà nên (Pháp Cú 122). Trong Phẩm XX, Phẩm Đạo, Đức Phật đã dạy: Hết thấy pháp đều vô ngã; khi đem trí tuệ soi xét như thế thì sẽ nhàm lìa thống khổ để được giải thoát. Đó là Đạo thanh tịnh (Pháp Cú 279). Trong Phẩm XXII, Phẩm Địa Ngục, Đức Phật đã dạy: Không tạo ác nghiệp là hơn, vì làm ác nhứt định thọ khổ; làm các thiện nghiệp là hơn, vì làm lành nhứt định thọ vui (Pháp Cú 314).”

Chương Ba Mười

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Nhân Quả Trong Kinh Pháp Cú

I. Sơ Lược Về Luật Nhân Quả Trong Phật Giáo:

Tổng Quan Về Luật Nhân Quả Trong Phật Giáo: Nhân quả là một định luật tất nhiên nêu rõ sự tương quan, tương duyên giữa nhân và quả, không phải có ai sinh, cũng không phải tự nhiên sinh. Nếu không có nhân thì không thể có quả; nếu không có quả thì cũng không có nhân. Nhân nào quả nấy, không bao giờ nhân quả tương phản hay mâu thuẫn nhau. Nói cách khác, nhân quả bao giờ cũng đồng một loại. Nếu muốn được đậu thì phải gieo giống đậu. Nếu muốn được cam thì phải gieo giống cam. Một khi đã gieo cỏ dại mà mong gặt được lúa bắp là chuyện không tưởng. Một nhân không thể sinh được quả, mà phải được sự trợ giúp của nhiều duyên khác, thí dụ, hạt lúa không thể nảy mầm lúa nếu không có những trợ duyên như ánh sáng, đất, nước, và nhân công trợ giúp. Trong nhân có quả, trong quả có nhân. Chính trong nhân hiện tại chúng ta thấy quả vị lai, và chính trong quả hiện tại chúng ta tìm được nhân quá khứ. Sự chuyển từ nhân đến quả có khi nhanh có khi chậm. Có khi nhân quả xảy ra liền nhau như khi ta vừa đánh tiếng trống thì tiếng trống phát hiện liền. Có khi nhân đã gây rồi nhưng phải đợi thời gian sau quả mới hình thành như từ lúc gieo hạt lúa giống, nảy mầm thành mạ, nhổ mạ, cấy lúa, mạ lớn thành cây lúa, trổ bông, rồi cắt lúa, vận vận, phải qua thời gian ba bốn tháng, hoặc năm sáu tháng. Có khi nhân quả đồng thời. Nhân là quả, quả là nhân. Nhân có quả như là nhân của chính nó, gieo hạt cho quả, rồi quả lại cho hạt. Có khi từ nhân đến quả cách nhau hằng chục năm như một đứa bé cấp sách đến trường học tiểu học, đến ngày thành tài 4 năm đại học phải trải qua thời gian ít nhất là 14 năm. Có những trường hợp khác từ nhân đến quả có thể dài hơn, từ đời trước đến đời sau mới phát hiện. Nhân quả ứng báo là sự đáp trả lại cho các nhân nghiệp ác và thiện. Theo Phật giáo, những ai phủ nhận luật nhân quả luân hồi sẽ hủy hoại tất cả những trách nhiệm luân lý của chính mình.

Người tu Phật nên cố gắng thấy được những luật thiên nhiên đang chi phối đời sống của mình. Chánh kiến là nhận thấy một cách khách

quan ngay thẳng; thấy thế nào thì ghi đúng thế ấy, không bị thành kiến hoặc tình cảm ảnh hưởng mà làm cho sự nhận xét bị sai lệch; biết phân biệt cái thật cái giả; nhận thức đạo lý chân chánh để tiến tới tu hành giải thoát. Chánh kiến có nghĩa là thấy được những luật thiên nhiên đang chi phối đời sống của mình. Một trong những luật quan trọng là luật ‘Nhơn Quả’, mỗi hành động đều sẽ mang đến một kết quả nào đó, không có bất cứ ngoại lệ nào. Không có chuyện ‘không thiện không ác’ trong Phật giáo. Như vậy, hành giả tu Phật nên luôn nhớ rằng mỗi khi chúng ta hành động vì tham-sân-si, ắt khổ đau sẽ đến với mình. Ngược lại, khi chúng ta làm vì lòng từ bi hay trí tuệ, kết quả sẽ là hạnh phúc và an lạc. Phật tử chơn thuần nên luôn có chánh kiến có thể khôn khéo biết phối hợp luật nhân quả vào cuộc sống hằng ngày của mình.

Một số người tin theo một số tôn giáo khác, thì định mệnh của con người được Thượng đế quyết định. Thượng đế quyết định cho một người được lên thiên đàng hay xuống địa ngục; Thượng đế còn định trước cả cuộc đời của con người trên thế gian này. Vài người khác tin vào thuyết định mệnh, rằng mỗi người chúng ta đều có số phận sẵn mà chúng ta không thể nào thay đổi, cũng như không làm gì khác hơn được. Họ tin rằng ‘Việc gì đến sẽ đến’. Trong triết lý này, nhân tố quyết định số phận con người không phải là Thượng đế, mà là một sức mạnh huyền bí gọi là ‘số phận’ vượt quá tầm hiểu biết của chúng ta. Còn một số người khác nữa lại tin vào sự trái ngược lại với số phận, họ là những người tin vào thuyết ‘vô định’: mọi việc xảy ra đều do sự tình cờ hay ngẫu nhiên nào đó. Họ tin rằng nếu một người may mắn, người đó sẽ đạt được hạnh phúc và sự thành công; nếu không may thì sẽ phải chịu khổ đau và thất bại, nhưng tất cả những gì mà con người nhận lãnh đều không do một tiến trình của sự quyết định, mà đều do tình cờ, hoàn toàn ngẫu nhiên.

Theo luật ‘Nhân Quả’ của nhà Phật, hiện tại là cái bóng của quá khứ, tương lai là cái bóng của hiện tại. Vì vậy mà hành động của chúng ta trong hiện tại là quan trọng nhất, vì điều mà chúng ta làm ngày nay ấn định con đường của sự phát triển tương lai của mình. Vì lý do này mà người tu tập theo Phật giáo nên luôn chú tâm vào hiện tại hầu có thể tiến triển tốt trên đường tu đạo. Theo giáo lý về tái sinh trong đạo Phật, quan hệ nhân quả giữa hành động và hậu quả của nó không những chỉ có giá trị trong hiện đời, mà còn có giá trị với những đời quá khứ và tương lai nữa. Luật nhân quả phổ thông này không thể

nào tránh được. Giống như mình không thể nào chạy trốn được cái bóng của chính mình, chúng ta không thể nào trốn chạy hậu quả của những hành động của mình. Chúng sẽ mãi đeo đuổi chúng ta dầu chúng ta có lẩn trốn ở bất cứ nơi đâu. Ngoài ra, Đức Phật còn dạy, tâm bất thiện tạo ra những tư tưởng bất thiện (hận, thù, tổn hại và tà kiến, vân vân), cũng như những hành động gây ra khổ đau loạn động. Tâm bất thiện sẽ hủy diệt sự an lạc và thanh tịnh bên trong.

Theo Phật giáo, những vui sướng hay đau khổ trong kiếp này là ảnh hưởng hay quả báo của tiền kiếp. Thế cho nên cổ đức có nói: “Dục tri tiền thế nhân, kim sanh thọ giả thị. Dục tri lai thế quả, kim sanh tác giả thị.” Có nghĩa là muốn biết nhân kiếp trước của ta như thế nào, thì hãy nhìn xem quả báo mà chúng ta đang thọ lãnh trong kiếp này. Muốn biết quả báo kế tiếp của ta ra sao, thì hãy nhìn vào những nhân mà chúng ta đã và đang gây tạo ra trong kiếp hiện tại. Một khi hiểu rõ được nguyên lý này rồi, thì trong cuộc sống hằng ngày của người con Phật chơn thuần, chúng ta sẽ luôn có khả năng tránh các điều dữ, làm các điều lành. Mọi hành động làm nhân sẽ có một kết quả hay hậu quả. Cũng như vậy, kết quả hay hậu quả đều có nhân của nó. Luật nhân quả là khái niệm căn bản trong đạo Phật, nó chi phối tất cả mọi trường hợp. Người Phật tử tin luật nhân quả chứ không không phải thưởng phạt. Mọi hành động hễ là nhân ắt có quả. Tương tự, hễ là quả ắt có nhân. Luật nhân quả là ý niệm căn bản trong Phật giáo chi phối mọi hoàn cảnh. Đây là định luật căn bản của vạn hữu, nếu một người gieo hạt giống tốt thì chắc chắn người đó sẽ gặt quả tốt; nếu người ấy gieo hạt giống xấu thì hiển nhiên phải gặt quả xấu. Dù kết quả có thể mau hay chậm, mọi người chắc chắn sẽ nhận những kết quả tương ứng với những hành động của mình. Người nào thâm hiểu nguyên lý này sẽ không bao giờ làm điều xấu.

Phật Tử Nên Luôn Sống Tu Với Cái Nhìn Đúng Đắn Về Luật Nhân Quả: Trong giáo thuyết nhà Phật, chánh kiến về nhân quả là thấy rằng nhân quả một định luật tất nhiên nêu rõ sự tương quan, tương duyên giữa nhân và quả, không phải có ai sinh, cũng không phải tự nhiên sinh. Nếu không có nhân thì không thể có quả; nếu không có quả thì cũng không có nhân. Nhân nào quả nấy, không bao giờ nhân quả tương phản hay mâu thuẫn nhau. Phải thực tình mà nói, những ai có chánh kiến về nhân quả, hay là những người đang tu tập và sống đúng theo luật nhân quả là họ đang thấy đạo. Theo Phật giáo, nhân là

nguyên nhân, là năng lực phát động; quả là kết quả, là sự hình thành của năng lực phát động. Định luật nhân quả chi phối vạn sự vạn vật trong vũ trụ không có ngoại lệ. Luật nhân quả hay sự tương quan giữa nguyên nhân và kết quả trong luật về “Nghiệp” của Phật giáo. Mọi hành động là nhân sẽ có kết quả hay hậu quả của nó. Giống như vậy, mọi hậu quả đều có nhân của nó. Luật nhân quả là luật căn bản trong Phật giáo chi phối mọi hoàn cảnh. Luật ấy dạy rằng người làm việc lành, dữ hoặc vô ký sẽ nhận lấy hậu quả tương đương. Người lành được phước, người dữ bị khổ. Nhưng thường thường người ta không hiểu chữ phước theo nghĩa tâm linh, mà hiểu theo nghĩa giàu có, địa vị xã hội, hoặc uy quyền chánh trị. Chẳng hạn như người ta bảo rằng được làm vua là do quả của mười nhân thiện đã gieo trước, còn người chết bất đắc kỳ tử là do trả quả xấu ở kiếp nào, đầu kiếp này người ấy không làm gì đáng trách.

Theo Phật Giáo, mọi hành động là nhân sẽ có kết quả hay hậu quả của nó. Giống như vậy, mọi hậu quả đều có nhân của nó. Luật nhân quả là luật căn bản trong Phật giáo chi phối mọi hoàn cảnh. Luật ấy dạy rằng người làm việc lành, dữ hoặc vô ký sẽ nhận lấy hậu quả tương đương. Người lành được phước, người dữ bị khổ. Nhưng thường thường người ta không hiểu chữ phước theo nghĩa tâm linh, mà hiểu theo nghĩa giàu có, địa vị xã hội, hoặc uy quyền chánh trị. Chẳng hạn như người ta bảo rằng được làm vua là do quả của mười nhân thiện đã gieo trước, còn người chết bất đắc kỳ tử là do trả quả xấu ở kiếp nào, đầu kiếp này người ấy không làm gì đáng trách. Nhân quả là một định luật tất nhiên nêu rõ sự tương quan, tương duyên giữa nhân và quả, không phải có ai sinh, cũng không phải tự nhiên sinh. Nếu không có nhân thì không thể có quả; nếu không có quả thì cũng không có nhân. Nhân nào quả nấy, không bao giờ nhân quả tương phản hay mâu thuẫn nhau. Nói cách khác, nhân quả bao giờ cũng đồng một loại. Nếu muốn được đậu thì phải gieo giống đậu. Nếu muốn được cam thì phải gieo giống cam. Một khi đã gieo cỏ dại mà mong gặt được lúa bắp là chuyện không tưởng. Một nhân không thể sinh được quả, mà phải được sự trợ giúp của nhiều duyên khác, thí dụ, hạt lúa không thể nảy mầm lúa nếu không có những trợ duyên như ánh sáng, đất, nước, và nhân công trợ giúp. Trong nhân có quả, trong quả có nhân. Chính trong nhân hiện tại chúng ta thấy quả vị lai, và chính trong quả hiện tại chúng ta tìm được nhân quá khứ. Sự chuyển từ nhân đến quả có khi nhanh có

khi chậm. Có khi nhân quả xảy ra liền nhau như khi ta vừa đánh tiếng trống thì tiếng trống phát hiện liền. Có khi nhân đã gây rồi nhưng phải đợi thời gian sau quả mới hình thành như từ lúc gieo hạt lúa giống, nảy mầm thành mạ, nhổ mạ, cấy lúa, mạ lớn thành cây lúa, trổ bông, rồi cắt lúa, vân vân, phải qua thời gian ba bốn tháng, hoặc năm sáu tháng. Có khi từ nhân đến quả cách nhau hằng chục năm như một đứa bé cấp sách đến trường học đến ngày thành tài phải trải qua thời gian ít nhất là 10 năm. Có những trường hợp khác từ nhân đến quả có thể dài hơn, từ đời trước đến đời sau mới phát hiện.

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Nhân Quả Trong Kinh Pháp Cú:

Theo giáo thuyết nhà Phật, gieo nhân nào gặt quả nấy, không có ngoại lệ. Hiểu và tin vào luật nhân quả, Phật tử sẽ không mê tín dị đoan, không ỷ lại thần quyền, không lo sợ hoang mang. Biết cuộc đời mình là do nghiệp nhân của chính mình tạo ra, người Phật tử với lòng tự tin, có thêm sức mạnh to lớn sẽ làm những hành động tốt đẹp thì chắc chắn nghiệp quả sẽ chuyển nhẹ hơn, chứ không phải trả đúng quả như lúc tạo nhân. Nếu làm tốt nữa, biết tu thân, giữ giới, tu tâm, nghiệp có thể chuyển hoàn toàn. Khi biết mình là động lực chính của mọi thất bại hay thành công, người Phật tử sẽ không chán nản, không trách móc, không ỷ lại, có thêm nhiều cố gắng, có thêm tự tin để hoàn thành tốt mọi công việc. Biết giá trị của luật nhân quả, người Phật tử khi làm một việc gì, khi nói một lời gì, nên suy nghĩ trước đến kết quả tốt hay xấu của nó, chứ không làm liều, để rồi phải chịu hậu quả khổ đau trong tương lai. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng nhân quả ứng báo là sự đáp trả lại cho các nhân nghiệp ác và thiện. Như trên đã nói, chính nhờ có chánh kiến mà hành giả thấy và hiểu được bản chất thật của nhân quả, từ đó luôn tu tập để duy trì chánh kiến về nhân quả trong cuộc tu cuộc sống hằng ngày. Những ai phủ nhận luật nhân quả luân hồi sẽ hủy hoại tất cả những trách nhiệm luân lý của chính mình.

Đức Phật đã cho chúng ta thấy Hương Thơm Pháp Cú Lan Tỏa Khắp Trên Luật Nhân Quả Trên Đường Của Hành Giả Tu Phật. Vì vậy mà trong kinh Pháp Cú, Phẩm VII, Phẩm A La Hán, Đức Phật đã dạy: Những vị A-la-hán chẳng còn phải tin ai, đã thấu hiểu đạo vô vi, dứt trừ vĩnh viễn nguyên nhân, cùng quả báo ràng buộc, lòng tham dục cũng xa lìa. Chính đó là bậc Vô thượng sĩ (Pháp Cú 97). *Trong*

Phẩm IX, Phẩm Ác, từ kệ số 116 đến kệ số 128, Đức Phật đã dạy: Đức Phật đã cho thấy hương thơm Pháp Cú lan tỏa khắp trên Luật Nhân Quả trên đường của hành giả tu Phật, vậy nên, trong Kinh Pháp Cú, đức Phật dạy: Hãy gấp rút làm lành, chế chỉ tâm tội ác. Hễ biếng nhác việc lành giờ phút nào thì tâm ưa chuyện ác giờ phút nấy (Pháp Cú 116). Nếu đã lỡ làm ác chớ nên thường làm hoài, chớ vui làm việc ác; hễ chứa ác nhứt định thọ khổ (Pháp Cú 117). Nếu đã làm việc lành hãy nên thường làm mãi, nên vui làm việc lành; hễ chứa lành nhứt định thọ lạc (Pháp Cú 118). Khi nghiệp ác chưa thành thực, kẻ ác cho là vui, đến khi nghiệp ác thành thực kẻ ác mới hay là ác (Pháp Cú 119). Khi nghiệp lành chưa thành thực, người lành cho là khổ, đến khi nghiệp lành thành thực, người lành mới biết là lành (Pháp Cú 120). Chớ khinh điều ác nhỏ, cho rằng “chẳng đưa lại quả báo cho ta.” Phải biết giọt nước nhỏ lâu ngày cũng làm đầy bình. Kẻ ngu phu sở dĩ đầy tội ác bởi chứa dồn từng khi ít mà nên (Pháp Cú 121). Chớ nên khinh điều lành nhỏ, cho rằng “chẳng đưa lại quả báo cho ta.” Phải biết giọt nước nhỏ lâu ngày cũng làm đầy bình. Kẻ trí sở dĩ toàn thiện bởi chứa dồn từng khi ít mà nên (Pháp Cú 122). Người đi buôn mang nhiều của báu mà thiếu bạn đồng hành, tránh xa con đường nguy hiểm làm sao, như kẻ tham sống tránh xa thuốc độc thế nào, thì các người cũng phải tránh xa điều ác thế ấy (Pháp Cú 123). Với bàn tay không thương tích, có thể nắm thuốc độc mà không bị nhiễm độc, với người không làm ác thì không bao giờ bị ác (Pháp Cú 124). Đem ác ý xâm phạm đến người không tà vạy, thanh tịnh và vô nhiễm, tội ác sẽ trở lại kẻ làm ác như ngược gió tung bụi (Pháp Cú 125). Một số sinh ra từ bào thai, kẻ ác thì đọa vào địa ngục, người chính trực thì sinh lên chư thiên, nhưng cõi Niết bàn chỉ dành riêng cho những ai đã diệt sạch nghiệp sanh tử (Pháp Cú 126). Chẳng phải bay lên không trung, chẳng phải lặn xuống đáy bể, chẳng phải chui vào hang sâu núi thẳm, dù tìm khắp thế gian này, chẳng có nơi nào trốn khỏi ác nghiệp đã gây (Pháp Cú 127). Chẳng phải bay lên không trung, chẳng phải lặn xuống đáy bể, chẳng phải chui vào hang sâu núi thẳm, dù tìm khắp thế gian này, chẳng rõ nơi nào trốn khỏi tử thần (Pháp Cú 128).

Chương Ba Mươi Một

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Kiếp Sống Con Người Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Kiếp Sống Con Người Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Theo Phật giáo, kiếp là một khoảng thời gian rất dài. Theo Phật giáo, khoảng thời gian một ngày một đêm trên cõi Trời Phạm Thiên (tương đương với 4 tỷ 320 triệu năm). Kiếp còn có nghĩa là khoảng thời gian từ lúc vũ trụ được thành lập, đến hoại diệt rồi lại được thành lập. Cũng theo Phật giáo, nếu người ta lấy áo trời võ vào một tảng đá dài 40 dặm, cứ mỗi trăm năm lại võ một lần, cứ thế cho đến khi áo trời rách nát, tiểu kiếp vẫn chưa hết. Một Tiểu kiếp tương đương với khoảng thời gian một ngày một đêm trên cõi trời Phạm Thiên. Một tiểu kiếp tương đương với 1.000 kiếp, một khoảng thời gian từ tạo lập vũ trụ đến tái tạo lập. Một Trung kiếp bằng 20 tiểu kiếp. Một Đại kiếp bằng bốn trung kiếp. Theo Câu Xá Luận, có bốn trạng thái hay bốn kiếp, mỗi kiếp gồm 20 tiểu kiếp qua các thời kỳ thành, trụ, hoại, không. Nói tóm lại, theo Phật giáo, kiếp là một vòng tròn bất tận. Theo Phật giáo, kiếp sống con người hiện tại do Ái và Thủ (Tanha-Upadana) của kiếp quá khứ tạo thành. Ái và Thủ những hành động có chủ ý trong kiếp hiện tại sẽ tạo thành sự tái sinh trong tương lai. Theo Phật giáo thì chính hành nghiệp này đã phân loại chúng sanh thành cao thượng và thấp hèn. Các chúng sanh là kẻ thừa tự của nghiệp, là chủ nhân của nghiệp. Nghiệp là thai tạng, nghiệp là quyến thuộc, là điểm tựa, nghiệp phân chia các loài hữu tình; nghĩa là có liệt có ưu (Pháp Cú 135). Theo sinh học hiện đại, đời sống mới của con người bắt đầu ngay trong khoảnh khắc kỳ diệu. Khi một tế bào tinh trùng của người cha kết hợp với tế bào hay noãn bào của người mẹ. Đây là khoảnh khắc tái sinh. “Mạng sống mong manh, cái chết là chắc chắn”. Đây là một câu nói nổi tiếng trong Phật Giáo. Nếu chúng ta luôn biết rằng cái chết là chắc chắn và là một hiện tượng tự nhiên mà mọi người rồi sẽ phải kinh qua, thì chúng ta sẽ không còn sợ hãi trước cái chết. Tuy nhiên, tất cả chúng ta ai cũng sợ chết vì chúng ta không nghĩ về sự tất yếu

của nó. Trái lại, chúng ta thích chấp thủ vào đời sống và từ đó phát sinh ra đủ thứ tham chấp. Theo Tăng sĩ người Đức Nyanatiloka kể lại lời của Visuddhi-Magga như sau: “Các thực thể chỉ có một khoảnh khắc rất ngắn để sống, ngang với thời gian của một tia chớp. Khi thời gian đó kết thúc thì thực thể ấy tiêu tan. Thế là thực thể của quá khứ đã chết, không còn đang sống và cũng không sống lại được trong hiện tại hay tương lai. Thực thể trong hiện tại không sống trong quá khứ, nó đang sống trong khoảnh khắc hiện tại, nhưng cũng không sống trong tương lai không sống trong quá khứ hay hiện tại, nó chỉ sống về sau này. Một thực thể trong tương lai. Thật vậy, cuộc đời là một giấc mơ dài. Ngay cả sau giấc ngủ, khi chúng ta thức dậy, có cái gì khác nhau giữa giấc mơ mình có đêm qua và những tháng ngày thơ ấu của mình đâu? Chúng ta có cảm giác thấy rằng chúng ta đang tái sinh mỗi buổi sáng sau giấc ngủ hay có cảm giác đang tái sinh trong từng khoảnh khắc sau hơi thở. Như vậy không có một cái “Ta” thật sự nào trong những cái tái sinh mà mình có ấy không? Chắc chắn là không! Kỳ thật, chúng ta đang biến đổi vô tận. Và chúng ta biết chúng ta là các niệm đang được hiển lộ, thế thôi! Cõi người sướng khổ lẫn lộn, nên dễ tiến tu để đạt thành quả vị Phật; trong khi các cõi khác như cõi trời thì quá sướng nên không màng tu tập, cõi súc sanh, ngạ quỷ và địa ngục thì khổ sở ngu tối, nhơ nhớp, ăn uống lẫn nhau nên cũng không tu được. Tuy nhiên, trong các trần bảo, sinh mạng là hơn, nếu mạng mình còn là còn tất cả. Chỉ mong sao cho thân mạng này được sống còn, thì lo chi không có ngày gây dựng nên cơ nghiệp. Tuy nhiên, vạn vật ở trên đời nếu đã có mang cái tướng hữu vi, tất phải có ngày bị hoại diệt. Đời người cũng thế, hễ có sanh là có tử; tuy nói trăm năm, nhưng mau như ánh chớp, thoáng qua tựa sương, như hoa hiện trong gương, như trăng lồng đáy nước, hơi thở mong manh, chứ nào có bền lâu? Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng khi sanh ra đã không mang theo một đồng, nên khi chết rồi cũng không cầm theo một chữ, suốt đời làm lưng khổ thân tích chứa của cải, rốt cuộc vô ích cho bản thân mình trước cái sanh lão bệnh tử. Sau khi chết đi, của cải ấy liền trở qua tay người khác một cách phủ phàng. Lúc ấy không có một chút phước lành nào để cho thần thức nương cậy về kiếp sau, cho nên phải đọa vào tam đồ ác đạo. Cổ đức có dạy: “Thiên niên thiết mộc khai hoa dị, nhất thất nhơn thân vạn kiếp nan.” Nghĩa là cây sắt ngàn năm mà nay nở hoa cũng chưa lấy làm kinh dị, chớ thân người một khi đã mất đi thì muôn

kiếp cũng khó mà tái hồi. Vì thế, Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ những gì Phật dạy: “Thân người khó được, Phật pháp khó gặp. Được thân người, gặp Phật pháp, mà ta nỡ để cho thời gian luống qua vô ích, quả là uổng cho một kiếp người.”

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Kiếp Sống Con Người Trong Kinh Pháp Cú:

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi hương giả tạo của Kiếp Con Người. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XIV, Phẩm Phật Đà, Đức Phật đã dạy: Được sinh làm người là khó, được sống còn là khó, được nghe Chánh pháp là khó, được gặp Phật ra đời là khó (Pháp Cú 182). ***Trong Phẩm IV, Phẩm Hoa, Đức Phật đã dạy:*** Hãy biết thân này như bọt nổi, rõ ràng là pháp huyễn hóa, để bẻ gãy mũi tên cám dỗ của bọn ma quân, mà thoát ngoài vòng dòn ngó của tử thần (Pháp Cú 46). ***Trong Phẩm V, Phẩm Ngu, Đức Phật đã dạy:*** Đêm rất dài với những kẻ mất ngủ, đường rất xa với kẻ lữ hành mỗi mệt. Cũng thế, vòng luân hồi sẽ tiếp nối vô tận với kẻ ngu si không minh đạt chánh pháp (Pháp Cú 60). “Đây là con ta, đây là tài sản ta,” kẻ phàm phu thường lo nghĩ như thế, nhưng chẳng biết chính ta còn không thiết có, huống là con ta hay tài sản ta? (Pháp Cú 62). ***Trong Phẩm VIII, Phẩm Ngàn, Đức Phật đã dạy:*** Thắng ngàn quân địch chưa thể gọi là thắng, tự thắng được mình mới là chiến công oanh liệt nhất (Pháp Cú 103). Tự thắng mình còn vẻ vang hơn thắng kẻ khác. Muốn thắng mình phải luôn luôn chế ngự lòng tham dục (Pháp Cú 104). Dù là thiên thần, Càn thất bà, dù là Ma vương, hay Phạm thiên, không một ai chẳng thất bại trước người đã tự thắng (Pháp Cú 105). Sống trăm tuổi mà phá giới và buông lung, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà trì giới, tu thiền định (Pháp Cú 110). Sống trăm tuổi mà thiếu trí huệ, không tu thiền, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà đủ trí, tu thiền định (Pháp Cú 111). Sống trăm tuổi mà giải đãi không tinh tấn, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà hăng hái tinh cần (Pháp Cú 112). Sống trăm tuổi mà không thấy pháp vô thường sinh diệt, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà được thấy pháp sinh diệt vô thường (Pháp Cú 113). Sống trăm tuổi mà không thấy đạo tịch tịnh vô vi, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà được thấy đạo tịch tịnh vô vi (Pháp Cú 114). Sống trăm tuổi mà không thấy pháp tối thượng, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà được thấy pháp tối thượng (Pháp Cú 115).

Trong Phẩm IX, Phẩm Ác, Đức Phật đã dạy: Một số sinh ra từ bào thai, kẻ ác thì đọa vào địa ngục, người chính trực thì sinh lên chư thiên, nhưng cõi Niết bàn chỉ dành riêng cho những ai đã diệt sạch nghiệp sanh tử (Pháp Cú 126). Chẳng phải bay lên không trung, chẳng phải lặn xuống đáy bể, chẳng phải chui vào hang sâu núi thẳm, dù tìm khắp thế gian này, chẳng rõ nơi nào trốn khỏi tử thần (Pháp Cú 128). *Trong Phẩm X, Phẩm Dao Trượng, Đức Phật đã dạy:* Ai ai cũng sợ gươm đao, ai ai cũng sợ sự chết; vậy nên lấy lòng mình suy lòng người, chớ giết chớ bảo giết (Pháp Cú 129). Ai ai cũng sợ gươm đao, ai ai cũng thích được sống còn; vậy nên lấy lòng mình suy lòng người, chớ giết chớ bảo giết (Pháp Cú 130). Người nào cầu hạnh phúc cho mình mà lại lấy đao gây phá hại hạnh phúc kẻ khác, thì sẽ không được hạnh phúc (Pháp Cú 131). Người nào cầu hạnh phúc cho mình mà không lấy đao gây phá hại hạnh phúc kẻ khác, thì sẽ được hạnh phúc (Pháp Cú 132). Chớ nên nói lời thô ác. Khi người dùng lời thô ác nói với người khác. Người khác cũng dùng lời thô ác nói với người, thương thay những lời nóng giận thô ác chỉ làm cho các người đau đớn khó chịu như đao gây mà thôi (Pháp Cú 133). Nếu người mặc nhiên như cái đồng la bể trước những người đem lời thô ác cãi vã đến cho mình, tức là người đã tự tại đi trên đường Niết Bàn. Người kia chẳng làm sao tìm sự tranh cãi với người được nữa (Pháp Cú 134). Như với chiếc gậy, người chần trâu xua trâu ra đồng, sự già sự chết cũng thế, thường xua chúng sanh đến tử vong (Pháp Cú 135). Kẻ ngu phu tạo các ác nghiệp vẫn không tự biết có quả báo gì chăng? Người ngu tự tạo ra nghiệp để chịu khổ, chẳng khác nào tự lấy lửa đốt mình (Pháp Cú 136). Nếu lấy đao gây hại người toàn thiện toàn nhân, lập tức kẻ kia phải thọ lấy đau khổ trong mười điều (Pháp Cú 137). *Trong Phẩm XI, Phẩm Lão, Đức Phật đã dạy:* Hãy ngắm cái thân tốt đẹp này chỉ là đồng xương lở lói, chồng chất tật bệnh đã được người ta tưởng là êm ái, trong đó tuyệt đối không có gì trường tồn (Pháp Cú 147). Cái hình hài suy già này là cái rừng tập trung bệnh tật, dễ hư nát. Đã có tụ tất có tán, có sinh tất có tử (Pháp Cú 148). Trái hồ lô (trái bầu) về mùa thu thì khô tàn. Thân này cũng vậy, khi đã hư hoại thì chỉ còn một đồng xương màu lông hạc; rõ thật chẳng có gì vui (Pháp Cú 149). Thân này là cái thành xây bằng xương cốt và tô quét bằng máu thịt, để cất chứa sự già sự chết, ngã mạn và dối gian (Pháp Cú 150). Cái xe vua đi dù được trang hoàng lộng lẫy cũng phải hư hoại, thân này dù có trau tria cũng có lúc già yếu. Chỉ trừ

thiện pháp của bậc thiện nhân là không bị suy già và cứ di chuyển từ người lành này sang người lành khác (Pháp Cú 151). Ta lang thang trong vòng luân hồi qua bao kiếp sống, tìm mãi mà không gặp kẻ làm nhà. Đau khổ thay kiếp sống cứ tái diễn mãi! (Pháp Cú 153). Hỡi kẻ làm nhà! Nay ta gặp được người rồi. Người không thể làm nhà nữa! Bao nhiêu rui mè của người đều gãy cả rồi, cột kèo của người đã tan vụn cả rồi. Trí ta đã đạt đến Vô thượng Niết bàn, bao nhiêu dục vọng đều dứt sạch cả (Pháp Cú 154). Lúc thanh niên cường tráng đã không kiếm ra tài của, cũng chẳng lo tu hành, thì khi già cả chẳng khác gì con cò già bên bờ ao, chẳng kiếm ra mồi, nằm khô héo chết mòn (Pháp Cú 155). Lúc thanh niên cường tráng đã không kiếm ra tài của, cũng chẳng lo tu hành, nên khi già nằm xuống, đáng người như cây cung gãy, cứ buồn than về dĩ vãng (Pháp Cú 156). *Trong Phẩm XII, Phẩm Tự Kỳ, Đức Phật đã dạy:* Nếu muốn khuyên người khác nên làm như mình, trước hãy tự sửa mình rồi sau sửa người, vì tự sửa mình vốn là điều khó nhất (Pháp Cú 159). Chính tự mình làm chỗ nương cho mình, chứ người khác làm sao nương được? Tự mình khéo tu tập mới đạt đến chỗ nương dựa nhiệm mầu (Pháp Cú 160). *Trong Phẩm XV, Phẩm Lạc, Đức Phật đã dạy:* Sung sướng thay chúng ta sống không thù oán giữa những người thù oán; giữa những người thù oán, ta sống không thù oán (Pháp Cú 197). Sung sướng thay chúng ta sống không tật bệnh giữa những người tật bệnh; giữa những người tật bệnh chúng ta sống không tật bệnh (Pháp Cú 198). Sung sướng thay chúng ta sống không tham dục giữa những người tham dục; giữa những người tham dục, chúng ta sống không tham dục (Pháp Cú 199). Sung sướng thay chúng ta sống không bị điều gì chướng ngại. Ta thường sống với những điều an lạc như các vị thần giữa cõi trời Quang âm (Pháp Cú 200). *Trong Phẩm XX, Phẩm Đạo, Đức Phật đã dạy:* Mùa mưa ta ở đây, đông hạ ta cũng ở đây,” đây là tâm tưởng của hạng người ngu si, không tự giác những gì nguy hiểm (Pháp Cú 286). Người đắm yêu con cái và súc vật thì tâm thường mê hoặc, nên bị tử thần bắt đi như xóm làng đang say ngủ bị cơn nước lũ lôi cuốn mà không hay (Pháp Cú 287). Một khi tử thần đã đến, chẳng có thân thuộc nào có thể thế thay, dù cha con thân thích chẳng làm sao cứu hộ (Pháp Cú 288).

Chương Ba Mười Hai

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Sân Hận Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Sân Hận Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Sân hận là sự đáp lại cảm xúc đối với việc gì không thích đáng hay không công bằng. Nếu không đạt được cái mình ham muốn cũng có thể đưa đến sân hận. Sân hận liên hệ tới việc tự bảo vệ mình. Tuy nhiên, theo giáo thuyết nhà Phật thì sân hận tự biểu lộ trong nó một tư cách thô lỗ, phá mất hành giả một cách hữu hiệu nhất. Đức Phật tuyên bố rất rõ ràng rằng một tâm đầy những sân hận và thù địch không thể hiểu một cách tốt đẹp, không thể nói một cách tốt đẹp. Một người ôm ấp nuôi dưỡng sự bất mãn và uất hận sẽ không làm dịu bớt hận thù của mình. Chỉ với tâm bất hại và lòng từ mẫn đối với chúng sanh mọi loài mới có thể chấm dứt được hận thù. Chính vì thế mà trong kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy để chế ngự sân hận, chúng ta phải phát triển lòng từ bi bằng cách thiền quán vào lòng từ bi. Theo Phật giáo, căn bản của sự sân giận thường thường là do sự sợ hãi mà ra. Vì khi chúng ta nổi giận lên thường chúng ta không còn sợ hãi điều gì nữa, tuy nhiên, đây chỉ là một loại năng lượng mù quáng. Năng lượng của sự giận dữ có tính cách tàn phá và không xây dựng được chuyện gì hết. Thật vậy, giận dữ thái quá có thể dẫn đến việc tự mình kết liễu đời mình. Vì vậy Đức Phật dạy: “Khi mình giận ai, hãy lui lại và ráng mà nghĩ đến một vài điều tốt của người ấy. Làm được như vậy, cơn giận tự nó sẽ nguôi đi.” Sự sân hận đốt cháy trong lòng chúng sanh, gây nên biết bao cảnh trái ý và thù nghịch cho người khác. Người sân hận nói năng thô bỉ không có chút từ bi, tạo nên không biết bao nhiêu là khổ não. Trong Tam Độc, mỗi thứ có một ác tính độc đáo khác nhau; tuy nhiên, sân hận có một tướng trạng vô cùng thô bạo, nó là kẻ thù phá hoại đường tu cũng như công hạnh của người tu Phật mạnh mẽ nhất. Lý do là khi một niệm sân hận đã sanh khởi trong tâm thì liền theo đó có muôn ngàn thứ chướng ngại khác lập tức hiện ra, ngăn trở con đường tu đạo, công hạnh cũng như sự tiến tu của người học đạo. Chính vì thế mà cổ đức có

dạy rằng: “Nhứt niệm sân tâm khởi, bá vạn chương môn khai.” (có nghĩa là khi một niệm oán thù vừa chớm khởi, thì có ngàn muôn cửa chương khai mở). Thí dụ như đang lúc ngồi thiền, bỗng chợt nhớ đến người kia bạc ác, xấu xa, gây cho ta nhiều điều cay đắng xưa nay. Do nghĩ nhớ như thế nên tâm ta chẳng những không yên, mà còn sanh ra các sự buồn giận, bức rức. Thân tuy ngồi yên đó mà lòng đầy đầy phiền não sân hận. Thậm chí có người không thể tiếp tục tọa thiền được nữa, cũng như không thể tiếp tục làm những gì họ đang làm vì tâm họ bị tràn ngập bởi phiền não. Lại có người bức tức đến quên ăn bỏ ngủ, nhiều khi muốn làm gì cho kẻ kia phải chết liền tức khắc mới hả dạ. Qua đó mới biết cái tâm sân hận nó luôn dày xéo tâm can và phá hoại con đường tu tập của người tu như thế nào. Sân hận là một trong tam độc, hay một trong ba ngọn lửa đang đốt cháy tâm. Sân hận là nhiên liệu đốt cháy cả rừng công đức của kẻ tu hành. Người tu phải luôn chế ngự sân hận và phát triển lòng từ bi trong tâm. Theo tâm lý học Phật giáo, yếu tố tâm thức về sân hận luôn nối kết với kinh nghiệm khổ đau. Người ta có thể tham và lạc cùng một lúc, nhưng không thể nào vừa sân hận mà lại vừa vui vẻ cùng một lúc được. Bất kỳ ai vun xới oán ghét, sân hận, giận dữ, tính ác nuôi dưỡng sự trả thù hay bảo tồn lòng căm giận đều bị trói buộc vào kinh nghiệm khổ đau như thế, vì người ấy đã chấp chặt vào một nguồn cội rất mạnh của khổ đau. Những ai gieo hận thù cho người khác như giết chóc hay hành hạ hay cắt xéo thân thể, có thể sẽ tái sanh vào những cảnh giới nơi mà họ phải cảm thọ những kinh nghiệm cực kỳ đau đớn, nhức nhối, khắc nghiệt. Chỉ trong những hoàn cảnh như thế họ mới có thể kinh nghiệm những nỗi khốn khổ mà do sự bất thiện của chính họ, họ đã tự đem đến cho chính họ. Đức Phật dạy: “Giặc cướp công đức, không gì hơn sân hận. Vì khi tâm sân hận nổi lên thì chúng sanh lập tức tạo nghiệp, và do đó mà muôn ngàn chương ngại lập tức hiện ra, ngăn che Thánh đạo, lấp mờ Phật tánh. Cho nên nói ‘Nhứt niệm sân tâm khởi, bá vạn chương môn khai,’ nghĩa là chỉ vì một niệm giận tức mà phải lãnh chịu bao nhiêu chương nạn.”

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Sân Hận Trong Kinh Pháp Cú:

Đức Phật đã dạy cách đối trị sân hận trong Kinh Pháp Hoa như sau: “Lấy đại từ bi làm nhà, lấy nhẫn nhục làm áo giáp, lấy tất cả

pháp không làm tòa ngồi.” Chúng ta phải nên nghĩ rằng khi ta khởi tâm giận hờn phiền não là trước tiên tự ta làm khổ ta. Chính ngọn lửa sân hận ấy bên trong thì thiêu đốt nội tâm, còn bên ngoài thì nó khiến thân ta ngồi đứng chẳng yên, than dài, thở vắn. Như thế ấy, chẳng những chúng ta không cải hóa được kẻ thù, mà còn không đem lại chút nào an vui lợi lạc cho chính mình. Khi sân hận nổi lên phải niệm tâm từ. Khi tâm nóng giận nổi lên chúng ta phải quân bình chúng bằng cách khai triển tâm từ. Nếu có ai làm điều xấu đối với chúng ta hay giận chúng ta, chúng ta cũng đừng nóng giận. Nếu sân hận nổi lên, chúng ta càng mê muội và tối tăm hơn người đó nữa. Hãy sáng suốt giữ tâm từ ái và thương người đó vì họ đang đau khổ. Hãy làm cho tâm tràn đầy tình thương, xem người đang giận đối mình như anh, chị, em thân yêu của mình. Lúc bấy giờ chúng ta hãy chú tâm vào cảm giác từ ái, và lấy sự từ ái làm đề mục thiền định. Trải lòng từ đến tất cả chúng sanh trên thế gian này. Chỉ có lòng từ ái mới thắng được sự sân hận mà thôi.

Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Phòng ý như phòng thành, giữ tâm như giữ gìn tròn con mắt. Giặc cướp công đức, một đời hay nhiều đời, không gì hơn ý.” Nay muốn sám hối ý nghiệp, trước hết phải nghĩ rằng ba nghiệp tham sân si của ý là mầm mống gây tạo nên vô lượng nghiệp tội, là màng vô minh che mất trí huệ, là phiền não bao phủ chơn tâm. Thật là đáng sợ. Phật tử chơn thuần phải đem hết tâm ý sám hối ăn năn, thề không tái phạm. Nói về thái độ chấp nhận hay không chấp nhận phần nợ và không hoan hỷ, theo Kinh Trung Bộ, Đức Phật dạy: “Phần nợ và không hoan hỷ, Bà la môn Akkosaka Bharadvaja đi đến Thế Tôn, sau khi đến y nói những lời không tốt đẹp, ác ngữ, phỉ báng và nhiếc mắng Thế Tôn. Được nghe nói như vậy, Thế Tôn nói với Bà la môn Akkosaka Bharadvaja: “Này Bà la môn, ông nghĩ thế nào? Các thân hữu bà con huyết thống, các khách có đến viếng thăm ông không? Bà la môn Akkosaka Bharadvaja trả lời: “Thỉnh thoảng các thân hữu bà con huyết thống, các khách có đến viếng. Đức Phật bảo: “Này Bà la môn, ông nghĩ thế nào? Ông có sửa soạn cho họ các món ăn loại cứng, loại mềm và các đồ nếm không?” Bà la môn Akkosaka trả lời: “Thỉnh thoảng có sửa soạn cho họ các món ăn loại cứng, loại mềm và các loại đồ nếm.” Đức Phật hỏi tiếp: “Nhưng này Bà la môn, nếu họ không nhận, thì các món ăn ấy sẽ về ai?” Bà la môn Akkosaka đáp: “Nếu họ không nhận, thì các món ăn ấy sẽ về lại chúng tôi.” Đức Phật nói tiếp: “Cũng vậy, này Bà la môn,

nếu ông phỉ báng chúng tôi là người không phỉ báng lại, mắng nhiếc chúng tôi là người không mắng nhiếc lại, xỉ vả chúng tôi là người không xỉ vả lại, chúng tôi không thấu nhận sự việc ấy từ ông, thời này Bà la môn, sự việc ấy lại về ông. Nay Bà la môn, ai phỉ báng lại khi bị phỉ báng, nhiếc mắng lại khi bị nhiếc mắng, xỉ vả lại khi bị xỉ vả, thời như vậy, này Bà la môn, người ấy được xem là hưởng thọ, đã san sẻ với ông. Còn chúng tôi không cùng hưởng thọ sự việc ấy với ông, không cùng san sẻ sự việc ấy với ông, thời này Bà la môn, tất cả sự việc ấy lại về với ông và tất cả sự việc ấy chỉ về lại với ông mà thôi.” Chính vì thế mà Đức Phật thường luôn nhắc nhở chúng đệ tử rằng: “Hận thù không thể chấm dứt bằng hận thù, chỉ có tình thương mới chấm dứt được hận thù mà thôi.” Ngài cũng nhắc tiếp: “Càng gặp nhiều oan trái, Như Lai càng hành thiện vì Như Lai chỉ lấy ân trả oán mà thôi.” Có người tin rằng “lấy ân trả oán” là việc làm không thực tế và họ tin rằng “đao kiếm phải được trả bằng đao kiếm.” Vâng, “lấy đao kiếm trả đao kiếm” quả là dễ nghĩ và dễ làm, nhưng rất có thể làm như vậy chúng ta sẽ bị sa lầy trong khó khăn trắc trở. Thật là khó khăn khi phải lấy ân trả oán. Thật là khó khăn khi phải mỉm cười với kẻ vừa mới vung tay đánh mình, nhưng người con Phật phải lắng nghe lời Phật dạy, phải lấy ân trả oán trong mọi thời, mọi lúc, mọi hoàn cảnh. Đức Phật dạy: “Giặc cướp công đức, không gì hơn sân hận. Vì khi tâm sân hận nổi lên thì chúng sanh lập tức tạo nghiệp, và do đó mà muôn ngàn chướng ngại lập tức hiện ra, ngăn che Thánh đạo, lấp mờ Phật tánh. Cho nên nói ‘Nhứt niệm sân tâm khởi, bá vạn chướng môn khai,’ nghĩa là chỉ vì một niệm giận tức mà phải lãnh chịu bao nhiêu chướng nạn.”

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm trong kinh điển Phật giáo lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi nồng nặc khó ngửi của sự Sân Hận; đặc biệt là hương thơm trong kinh Pháp Cú. Trong Phẩm XVII, Phẩm Phẫn Nộ, từ kệ số 221 đến kệ số 234, Đức Phật đã dạy: Xả bỏ lòng giận dữ, trừ diệt tánh kiêu căng, giải thoát mọi ràng buộc, không chấp trước danh sắc; người không có một vật chi ấy, sự khổ chẳng còn theo dõi được (Pháp Cú 221). Người nào ngăn được cơn giận dữ nổi lên như dừng được chiếc xe đang chạy mạnh, mới là kẻ chế ngự giỏi, ngoài ra chỉ là kẻ cầm cương hờ mà thôi (Pháp Cú 222). Lấy từ bi thắng nóng giận, lấy hiền lành thắng hung dữ, lấy bố thí thắng xan tham, lấy chơn thật thắng ngoa ngụy (Pháp Cú 223). Nói

chân thật, không giận hờn, đích thân bố thí cho người đến xin. Đó là ba việc lành đưa người đến cõi chư Thiên (Pháp Cú 224). Không làm hại người thanh tịnh, thường chế phục thân tâm, thì đạt đến nơi chẳng chết; chẳng còn ưu bi (Pháp Cú 225). Những người thường giác tỉnh, thường tu tập chuyên cần, thường để chí hướng tới Niết bàn, thì mọi phiền não đều dứt sạch (Pháp Cú 226). A-Đa-La nên biết: Đây không phải chỉ là chuyện đời nay mà đời xưa người ta cũng từng nói: Làm thịnh bị người chê, nói nhiều bị người chê, nói ít cũng bị người chê. Làm người mà không bị chê, thật là chuyện khó có thể ở thế gian này (Pháp Cú 227). Toàn bị người chê cả, hay toàn được người khen cả, là điều quá khứ chưa từng có, hiện tại tìm không ra, và vị lai cũng không dễ gì thấy được (Pháp Cú 228). Cứ mỗi buổi mai thức dậy tự biết phản tỉnh, hành động không sai quấy, trí tuệ hiển minh và giới hạnh thanh tịnh, đó là người đáng được kẻ trí tán dương (Pháp Cú 229). Phàm đúng loại vàng Diêm phù ai lại chê bai được? Hạnh đúng Bà la môn, chư thiên nào lại không tán thưởng? (Pháp Cú 230). Gìn giữ thân đừng nóng giận, điều phục thân hành động, xa lìa thân làm ác, dùng thân tu hạnh lành (Pháp Cú 231). Gìn giữ lời nói đừng nóng giận, điều phục lời nói chánh chơn, xa lìa lời nói thô ác, dùng lời nói tu hành (Pháp Cú 232). Gìn giữ ý đừng nóng giận, điều phục ý tinh thuần, xa lìa ý hung ác, dùng ý để tu chân (Pháp Cú 233). Người trí chẳng những lo điều phục thân nghiệp, còn điều phục ngôn ngữ và tâm ý, cả ba nghiệp thấy điều phục hoàn toàn (Pháp Cú 234).

Chương Ba Mười Ba

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Tà Kiến Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Tà Kiến Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Theo đạo Phật, tà kiến là không thừa nhận nhân quả, không theo Phật pháp, là một trong ngũ kiến và thập ác. Kỳ thật, không có sự định nghĩa rành mạch về “tà kiến” trong Phật giáo. Trong thời Đức Phật, chính Ngài đã khẳng định với chúng đệ tử của Ngài rằng: “Cả đến giá trị các lời tuyên bố của chính Như Lai cũng phải được thắc mắc.” Đức Phật tuyên bố không có quyền hành gì về học thuyết của Ngài ngoại trừ kinh nghiệm của chính bản thân của chính Ngài. Tà kiến khởi lên từ quan niệm lầm lẫn về bản chất thật của sự hiện hữu. Trong thời Đức Phật còn tại thế, có ít nhất là 62 tà kiến ngoại đạo. Phật giáo nhấn mạnh trên thuyết nhân quả. Hiểu được thuyết nhân quả là đã giải được phần lớn câu hỏi về nguồn gốc của khổ đau phiền não. Không hiểu hay không chịu hiểu thuyết nhân quả là một loại tà kiến trong Phật giáo. Theo Đức Phật, chúng sanh phải chịu đựng khổ đau phiền não vì tham lam, sân hận và si mê, và nguyên nhân của những điều độc hại này chẳng những là vô minh mà còn do tà kiến nữa. Theo Phật Giáo nguyên Thủy được ghi lại trong A Tỳ Đạt Ma Luận, tà kiến là ba quan kiến sai lầm sau đây được ghi lại trong Kinh Tạng: “Tin rằng mọi sự vật từ nhiễm đến tịnh đều phát sanh không có nguyên nhân, nhiễm tịnh chỉ là tình cờ mà thôi. Tin rằng hành động dầu tốt hay xấu đều không tạo quả, do đó chối bỏ luân lý đạo đức. Tin rằng không có kiếp sống nào sau kiếp này, do đó chối bỏ mọi ý nghĩa đạo lý của nghiệp (đoạn kiến). Cũng theo Phật Giáo Nguyên Thủy, có mười loại tà kiến khác: Tin rằng không có cái gì gọi là “để bát,” nghĩa là để bát cho chư Tăng Ni không đem lại lợi ích gì. Tin rằng không có gì gọi là “cúng dường,” nghĩa là cúng dường cho chư Tăng Ni không đem lại lợi ích gì. Tin rằng không có gì gọi là “dâng tặng,” hay dâng tặng vật dụng đến chư Tăng Ni không đem lại lợi ích gì. Tin rằng không có nhân quả, nghĩa là hành động thiện ác đều không gây hậu quả nào. Tin rằng không có gì

gọi là “thế gian này”. Tin rằng không có gì gọi là “thế giới tới,” nghĩa là người sanh ở đây không chấp nhận có tiền kiếp và kiếp vị lai. Tin rằng không có “mẹ”. Tin rằng không có “cha,” nghĩa là đối xử với cha mẹ thế nào cũng không có hậu quả. Tin rằng không có chúng sanh chết và tái sanh. Tin rằng không có những bậc tu sĩ xa lánh chốn phồn hoa đô hội để tìm nơi vắng vẻ tham thiền nhập định, cũng như những bậc thiện tri thức, đức độ cao thượng, đạo hạnh trang nghiêm đã chứng đạt đạo quả (chư Phật và A La Hán). Theo Ngài Bồ Đề trong Vi Diệu Pháp thì có ba loại tà kiến: Chủ nghĩa đoạn kiến, cho rằng sau khi chết là không còn gì nữa, vì vậy mà người theo chủ nghĩa này phủ nhận ý nghĩa của thiện nghiệp. Chủ nghĩa phủ nhận nhân duyên thì cho rằng mọi chuyện phát sanh nhiễm ô hay thanh tịnh đều không có nguyên nhân, chúng sanh nhiễm ô hay thanh tịnh bởi tình cờ hay định mệnh. Chủ nghĩa phủ nhận hậu quả thì lại cho rằng hành động dù tốt dù xấu cũng đều không tạo quả. Theo giáo thuyết nhà Phật, có hai điều kiện cần thiết để thành lập nghiệp tà kiến: Thứ nhất là tánh cách sai lầm trong lối nhìn sự vật. Thứ nhì là cố chấp theo quan niệm sai lầm ấy. Theo giáo thuyết nhà Phật, có những hậu quả không thể tránh được của nghiệp tà kiến: Những ham muốn thấp hèn, kém trí tuệ, thiếu thông minh, bệnh hoạn kinh niên, và tư tưởng xấu xa đáng chê trách.

Nói tóm lại, tà kiến cũng có nghĩa là phủ nhận sự hiện hữu của hiện tượng và bám vào chủ nghĩa hoàn toàn hủy diệt, nghĩa là khi chết là chấm dứt tất cả, đối lại với chủ trương cho rằng thân tâm là thường trụ bất diệt; cả hai đều là tà kiến. Theo Kinh Ví Dụ Con Rắn trong Kinh Trung Bộ, Đức Phật dạy về người có tà kiến như sau: “Đây là thế giới, đây là tự ngã, sau khi chết, tôi sẽ thường còn, thường hằng, thường trú, không biến chuyển. Tôi sẽ trú như thế này cho đến mãi mãi.” Cũng theo Kinh Ví Dụ Con Rắn trong Trung Bộ Kinh, Đức Phật đã dạy: “Người nào nghe Như Lai hay đệ tử Như Lai thuyết pháp để bạt trừ tất cả kiến xứ, cố chấp, thiên chấp, thiên kiến, tùy miên, sự tịnh chỉ mọi hành động, sự từ bỏ mọi sanh y, sự diệt trừ khát ái để đưa đến ly tham, đoạn diệt, Niết Bàn. Vị ấy nghĩ rằng chắc chắn ta sẽ bị đoạn diệt, chắc chắn ta sẽ bị hoại diệt, chắc chắn ta sẽ không tồn tại. Vị ấy không sầu muộn, không than vãn, không khóc lóc; vị ấy không đấm ngực, không đi đến bất tỉnh.” Theo đạo Phật, tà kiến không thừa nhận nhân quả, không theo Phật pháp, là một trong ngũ kiến và thập ác. Kỳ thật, không có sự định nghĩa rành mạch về “tà kiến” trong Phật giáo.

Trong thời Đức Phật, chính Ngài đã khẳng định với chúng đệ tử của Ngài rằng: “Cả đến giá trị các lời tuyên bố của chính Như Lai cũng phải được thắc mắc.” Đức Phật tuyên bố không có quyền hành gì về học thuyết của Ngài ngoại trừ kinh nghiệm của chính bản thân của chính Ngài. Tà kiến khởi lên từ quan niệm lầm lẫn về bản chất thật của sự hiện hữu. Trong thời Đức Phật còn tại thế, có ít nhất là 62 tà kiến ngoại đạo. Phật giáo nhấn mạnh trên thuyết nhân quả. Hiểu được thuyết nhân quả là đã giải được phần lớn câu hỏi về nguồn gốc của khổ đau phiền não. Không hiểu hay không chịu hiểu thuyết nhân quả là một loại tà kiến trong Phật giáo. Theo Đức Phật, chúng sanh phải chịu đựng khổ đau phiền não vì tham lam, sân hận và si mê, và nguyên nhân của những điều độc hại này chẳng những là vô minh mà còn do tà kiến nữa. Qua tu tập, chúng ta thấy sự như thực của vạn hữu, từ đó mà cũng thấy được tà kiến là khư khư bảo thủ, kiên trì giữ lấy quan điểm của mình, không chấp nhận rằng có những kiếp sống trong quá khứ và những kiếp sống kế tiếp trong tương lai, không chấp nhận rằng con người có thể đạt tới trạng thái Niết Bàn. Tà kiến nghĩa là niềm tin sai lạc cho rằng trong ngũ uẩn hay những thứ tạo nên cá thể có một linh hồn trường cửu. Tà kiến còn có nghĩa là thấy sự vật một cách sai lầm. Tánh và nghiệp dụng của nó là giải thích sai lầm mà cho là đúng. Nguyên nhân gần của nó là không chịu tin theo tứ diệu đế. Chấp giữ tà kiến theo đạo Phật là khư khư bảo thủ, kiên trì giữ lấy quan điểm của mình, không chấp nhận rằng có những kiếp sống trong quá khứ và những kiếp sống kế tiếp trong tương lai, không chấp nhận rằng con người có thể đạt đến trạng thái Niết bàn, không chấp nhận có Phật, Pháp, Tăng. Hồ nghi không có những điều trên chưa phải là tà kiến, tuy nhiên, nếu chúng ta bỏ lơ không chịu tham vấn, không chịu tìm học về những vấn đề này để giải quyết những nghi tình ấy thì tà kiến sẽ phát sinh, chúng ta sẽ tin tưởng và đi theo những giáo lý sai lầm ấy.

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Tà Kiến Trong Kinh Pháp Cú:

Qua tu tập, chúng ta thấy sự như thực của vạn hữu, từ đó mà cũng thấy được tà kiến là khư khư bảo thủ, kiên trì giữ lấy quan điểm của mình, không chấp nhận rằng có những kiếp sống trong quá khứ và những kiếp sống kế tiếp trong tương lai, không chấp nhận rằng con người có thể đạt tới trạng thái Niết Bàn. Tà kiến nghĩa là niềm tin sai

lạc cho rằng trong ngũ uẩn hay những thứ tạo nên cá thể có một linh hồn trường cửu. Tà kiến còn có nghĩa là thấy sự vật một cách sai lầm. Tà kiến cũng có nghĩa là phủ nhận sự hiện hữu của hiện tượng và bám vào chủ nghĩa hoàn toàn hủy diệt, nghĩa là khi chết là chấm dứt tất cả, đối lại với chủ trương cho rằng thân tâm là thường trụ bất diệt; cả hai đều là tà kiến. Tánh và nghiệp dụng của nó là giải thích sai lầm mà cho là đúng. Nguyên nhân gần của nó là không chịu tin theo tứ diệu đế. Chấp giữ tà kiến theo đạo Phật là khư khư bảo thủ, kiên trì giữ lấy quan điểm của mình, không chấp nhận rằng có những kiếp sống trong quá khứ và những kiếp sống kế tiếp trong tương lai, không chấp nhận rằng con người có thể đạt đến trạng thái Niết bàn, không chấp nhận có Phật, Pháp, Tăng. Hồ nghi không có những điều trên chưa phải là tà kiến, tuy nhiên, nếu chúng ta bỏ lơ không chịu tham vấn, không chịu tìm học về những vấn đề này để giải quyết những nghi tình ấy thì tà kiến sẽ phát sinh, chúng ta sẽ tin tưởng và đi theo những giáo lý sai lầm ấy. Thật vậy, trừ phi hành giả tu Phật thấy được bản chất thật của tà kiến, nếu không là không bao giờ buông bỏ được chúng. Hành giả phải luôn cố gắng lắng nghe lời Phật dạy về tà kiến để không bị vướng mắc những khổ đau và phiền não trên đường tu tập của mình. Tuy nhiên, chúng ta không bao giờ thấy được bản chất thật của tà kiến chỉ bằng cách đơn thuần kêu nó đi, chỉ có tu tập mới có thể giúp cho chúng ta thấy được bản chất thật của tà kiến mà thôi. Qua tu tập, chúng ta sẽ có cơ hội phá tan bức màn vô minh để thấy rằng rất nhiều thứ mà chúng ta đã từng khư khư bảo thủ trong quá khứ là sai lầm. Vì tà kiến chẳng những không giúp ích gì được cho chúng ta mà ngược lại còn khiến chúng ta ngày càng đi trật đường chánh pháp của đức Phật. Hành giả tu Phật nên luôn nhớ rằng trừ phi chúng ta thấy được bản chất thật của tà kiến qua tu tập, nếu không là chúng ta không bao giờ buông bỏ được chúng. Tóm lại, người tu Phật chúng ta nên cố gắng thấy rõ bản chất thật của tà kiến để buông bỏ. Làm được như vậy cũng đồng nghĩa với việc chúng ta đẩy được qua một bên những chướng ngại lớn trên bước đường tu tập của chính mình. Đây là một trong những phương cách buông bỏ tuyệt vời nhất cho hành giả. Có những người tu không tham cứu tự tâm, chỉ biết theo bên ngoài, hoặc cầu danh lợi, đắm cảnh vui hiện tại, hay mong quả phước trong tương lai. Trong đời sống, đây là hạng người chỉ một bề hành theo “Sự Tướng” mà không chịu xoay vào “Chân Tâm.” Đây là lối tu của đa phần các

hành giả, tại gia và xuất gia, trong thời mạt pháp này. Những người như thế có nhan nhãn ở khắp mọi nơi, số đông như các sông Hằng. Hành giả tu Phật nên luôn nhớ rằng chỉ có Chánh kiến mới đoạn trừ những vọng tưởng điên đảo này, và giúp người ta nhận ra bản chất thật nằm trong mọi giả tưởng. Chỉ khi nào con người thoát ra khỏi đám mây mù ảo tưởng và điên đảo này thì con người mới chói sáng với chánh trí, giống như ánh trăng rằm thoát khỏi đám mây đen vậy.

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi xú uế khó người của Tà Kiến. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm I, Phẩm Phẩm Song Yếu, Đức Phật đã dạy: Hảo huyền mà tưởng là chơn thật, chơn thật lại thấy là phi chơn, cứ tư duy một cách tà vạy, người như thế không thể nào đạt đến chơn thật (Pháp Cú 11). *Trong Phẩm XXII, Phẩm Địa Ngục, Đức Phật đã dạy:* Không đáng hổ lại hổ, việc đáng hổ lại không, cứ ôm tà kiến ấy, địa ngục khó lánh xa (Pháp Cú 316). Không đáng sợ lại sợ, việc đáng sợ lại không, cứ ôm tà kiến ấy, địa ngục khó lánh xa (Pháp Cú 317). Không lỗi tưởng là lỗi, có lỗi lại tưởng không, cứ ôm tà kiến ấy, địa ngục khó lánh xa (Pháp Cú 318). Lỗi biết rằng lỗi, không lỗi biết rằng không lỗi, giữ tâm chánh kiến ấy, đường lành thấy chẳng xa (Pháp Cú 319). *Trong Phẩm XXI, Phẩm Tạp, Đức Phật đã dạy:* Chánh tín mà giới hạnh, được danh dự và thánh tài, người nào được như thế, đến đâu cũng tôn vinh (Pháp Cú 303). *In Chapter XXI, Chapter on Miscellaneous, the Buddha taught:* He who is full of faith and virtue, possessed of honor and holy wealth, revered and honoured wherever he goes (Dharmapada 303). *Trong Phẩm XXIII, Phẩm Voi, Đức Phật đã dạy:* Già vẫn sống đức hạnh là vui, thành tựu chánh tín là vui, đầy đủ trí tuệ là vui, không làm điều ác là vui (Pháp Cú 333).

Chương Ba Mươi Bốn

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Không Tạo Tác Nghịệp Thân Khẩu Ý Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Tam Nghịệp Thân Khẩu Ý Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Nếu muốn có được một cuộc sống có nhiều an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc hơn, ngoài việc hành giả nên luôn nhớ về mười tên giặc: tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng, những thứ mà lúc nào cũng chực chờ hãm hại và phá nát đường tu của chúng ta, hành giả tại gia lúc nào cũng nên tu tập thân khẩu ý trong mọi lúc và mọi hoàn cảnh. ***Thứ Nhất Là Thân Nghịệp:*** Theo đạo Phật, thân người là năm uẩn. Cơ thể vật lý phát sanh từ một bào thai do tinh cha huyết mẹ tạo nên. Cái tinh và khí ấy được tạo nên do tinh chất của thực phẩm vốn do vận duyên trên thế gian này hợp lại mà thành. Con người như vậy, quan hệ mật thiết với vận duyên bởi thế giới vật chất và tinh thần này, con người ấy quan hệ mật thiết với xã hội và thiên nhiên, con người ấy không thể nào tự tồn tại một mình được. Sự vận hành của ngũ uẩn của con người là sự vận hành của thập nhị nhân duyên. Trong đó, sắc uẩn được hiểu là cơ thể vật lý của con người, thọ uẩn gồm cảm thọ khổ, lạc, không khổ không lạc, khởi lên từ sự tiếp xúc của mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý. Tưởng uẩn gồm có tưởng về sắc, về thanh, hương, vị, và về pháp hay về thế giới hiện tượng. Hành uẩn là tất cả những hành động về thân, khẩu và ý. Hành uẩn cũng được hiểu là các hành động có tác ý do sắc, thanh, hương, vị, xúc, và pháp gây ra. Thức uẩn bao gồm nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, và ý thức. Theo Kinh Chuyển Pháp Luân, Đức Phật đã dạy rất rõ về ngũ uẩn: “Này các Tỳ Kheo, sắc, thọ, tưởng, hành, thức là vô thường, khổ và vô ngã.” Chúng ta hãy thử quan sát thân tâm để xem trong hai thứ đó chúng ta có thể tìm thấy được cái “Ta” nó nằm ở đâu, và chúng ta thấy cái “Ta” nó chẳng ở thân mà cũng chẳng ở tâm. Như vậy cái “Ta” chỉ là tên gọi của một tổng hợp những yếu tố vật chất và tinh thần. Hãy xét về sắc uẩn, sắc tương ứng với cái mà chúng ta gọi là vật chất hay yếu tố vật chất. Nó chẳng những là xác thân mà chúng ta đang có, mà còn là tất cả những vật

chất chung quanh chúng ta như nhà cửa, đất đai, rừng núi, biển cả, vân vân. Tuy nhiên, yếu tố vật chất tự nó không đủ tạo nên sự nhận biết. Sự tiếp xúc đơn giản giữa mắt và đối tượng nhìn thấy, hay giữa tai và tiếng động không thể đem lại kết quả nhận biết nếu không có thức. Chỉ khi nào ý thức, năm giác quan và năm đối tượng của nó cùng hiện diện mới tạo nên sự nhận biết. Nói cách khác, khi mắt, đối tượng của mắt, và ý thức cùng hoạt động thì sự nhận biết về đối tượng của mắt mới được tạo nên. Vì vậy, ý thức là yếu tố tối cần thiết trong việc tạo nên sự nhận biết. Thức tức là thức thứ sáu hay tâm. Giác quan này phối hợp với năm giác quan mắt, tai, mũi, lưỡi, và thân để tạo nên sự nhận biết. Việc phối hợp giữa những yếu tố vật chất và tinh thần tạo nên sự thành hình ý thức nội tâm, và tính chất của năm uẩn này đều ở trong trạng thái thay đổi không ngừng. Như vậy, theo lời Đức Phật dạy, sự thật của con người là vô ngã. Cái thân và cái tâm mà con người lầm tưởng là cái ngã, không phải là tự ngã của con người, không phải là của con người và con người không phải là nó. Phật tử chân thuần phải nắm được điều này một cách vững chắc, mới mong có được một phương cách tu thân một cách thích đáng chẳng những cho thân, mà còn cho cả khẩu và ý nữa.

Vạn sự vạn vật không ngừng thay đổi, chứ không bao giờ chịu ở yên một chỗ. Cuộc đời nay còn mai mất, biến chuyển không ngừng nghỉ. Thân con người cũng vậy, nó cũng là vô thường, nó cũng nằm trong định luật “Thành Trụ Hoại Không.” Thân ta phút trước không phải là thân ta phút sau. Khoa học đã chứng minh rằng trong thân thể chúng ta, các tế bào luôn luôn thay đổi và cứ mỗi thời kỳ bảy năm là các tế bào cũ hoàn toàn đổi mới. Sự thay đổi làm cho chúng ta mau lớn, mau già và mau chết. Càng muốn sống bao nhiêu chúng ta lại càng sợ chết bấy nhiêu. Từ tóc xanh đến tóc bạc, đời người như một giấc mơ. Thế nhưng có nhiều người không chịu nhận biết ra điều này, nên họ cứ lao đầu vào cái thòng lọng tham ái; để rồi khổ vì tham dục, còn khổ hơn nữa vì tham lam ôm ấp bám víu mãi vào sự vật, đôi khi đến chết mà vẫn chưa chịu buông bỏ. Đến khi biết sắp trút hơi thở cuối cùng mà vẫn còn luyến tiếc tìm cách nắm lại một cách tuyệt vọng. Tuy nhiên, trong các trần bảo, sinh mạng là hơn, nếu mạng mình còn là còn tất cả. Chỉ mong sao cho thân mạng này được sống còn, thì lo chi không có ngày gây dựng nên cơ nghiệp. Tuy nhiên, vạn vật ở trên đời nếu đã có mang cái tướng hữu vi, tất phải có ngày bị hoại diệt. Đời

người cũng thế, hễ có sanh là có tử; tuy nói trăm năm, nhưng mau như ánh chớp, thoáng qua tựa sương, như hoa hiện trong gương, như trăng lồng đáy nước, hơi thở mong manh, chứ nào có bền lâu? Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng khi sanh ra đã không mang theo một đồng, nên khi chết rồi cũng không cầm theo một chữ, suốt đời làm lụng khổ thân tích chứa của cải, rốt cuộc vô ích cho bản thân mình trước cái sanh lão bệnh tử. Sau khi chết đi, của cải ấy liền trở qua tay người khác một cách phủ phàng. Lúc ấy không có một chút phước lành nào để cho thần thức nương cậy về kiếp sau, cho nên phải dựa vào tam đồ ác đạo. Cổ đức có dạy: “Thiên niên thiết mộc khai hoa dị, nhất thất nhưn thân vạn kiếp nan.” Nghĩa là cây sắt ngàn năm mà nay nở hoa cũng chưa lấy làm kinh dị, chớ thân người một khi đã mất đi thì muôn kiếp cũng khó mà tái hồi. Vì thế, Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ những gì Phật dạy: “Thân người khó được, Phật pháp khó gặp. Được thân người, gặp Phật pháp, mà ta nỗ lực cho thời gian luống qua vô ích, quả là uổng cho một kiếp người.” Chính vì vậy mà Đức Phật khuyên chúng đệ tử nên tu tập trong từng phút từng giây của cuộc sống hiện tại.

Thứ Nhì Là Khẩu Nghiệp: Theo lời Phật dạy thì cái quả báo của khẩu nghiệp còn nhiều hơn quả báo của thân nghiệp và ý nghiệp, vì ý đã khởi lên nhưng chưa bày ra ngoài, chứ còn lời vừa buông ra thì liền được nghe biết ngay. Dùng thân làm ác còn có khi bị ngăn cản, chỉ sợ cái miệng mở ra buông lời vọng ngữ. Ý vừa khởi ác, thân chưa hành động trợ ác, mà miệng đã thốt ngay ra lời hung ác rồi. Cái thân chưa giết hại người mà miệng đã thốt ra lời hăm dọa. Ý vừa muốn chửi rủa hay hủy báng, thân chưa lộ bày ra hành động cử chỉ hung hăng thì cái miệng đã thốt ra lời nguyên rủa, dọa nạt rồi. Miệng chính là cửa ngõ của tất cả oán họa, là tội báo nơi chốn a tỳ địa ngục, là lò thiêu to lớn đốt cháy hết bao nhiêu công đức. Chính vì thế mà cổ nhân thường khuyên đời rằng: “Bệnh tùng khẩu nhập, họa tùng khẩu xuất,” hay bệnh cũng từ nơi cửa miệng mà họa cũng từ nơi cửa miệng. Nói lời ác, ắt sẽ bị ác báo; nói lời thiện, ắt sẽ được thiện báo. Nếu bạn nói tốt người, bạn sẽ được người nói tốt; nếu bạn phỉ báng mạ lỵ người, bạn sẽ bị người phỉ báng mạ lỵ, đó là lẽ tất nhiên, nhân nào quả nấy. Chúng ta phải luôn nhớ rằng “nhân quả báo ứng không sai,” mà từ đó can đảm nhận trách nhiệm sửa sai những việc mình làm bằng cách tu tập hầu từ từ tiêu trừ nghiệp tội, chớ đừng bao giờ trách trời oán người.

Khẩu nghiệp rất ư là mãnh liệt. Chúng ta nên biết rằng lời ác còn quá hơn lửa dữ bởi vì lửa dữ chỉ đốt thiêu tất cả tài sản và của báu ở thế gian, trái lại lửa giận ác khẩu chẳng những đốt mất cả Thất Thánh Tài và tất cả công đức xuất thế, mà còn thêm chiêu cảm ác báo về sau này. Hành giả tu Phật nên luôn nhớ lời cổ đức dạy về Khẩu Nghiệp. Miệng niệm hồng danh chư Phật cũng như nhả ra châu ngọc, sẽ được quả báo sanh về cõi Trời hay cõi Tịnh Độ của chư Phật. Miệng nói ra lời lành cũng như phun ra mùi hương thơm, ắt sẽ được quả báo mình cũng được người nói tốt lành như vậy. Miệng nói ra lời giáo hóa đúng theo chánh pháp, cũng như phóng ra hào quang ánh sáng phá trừ được cái mê tối cho người và cho mình. Miệng nói ra lời thành thật cũng như cấp cho người lạnh lụa tốt cho họ được ấm áp thoải mái. Miệng nói ra lời vô ích cũng như nhai nhai mạt cưa, phí sức chứ không ích lợi gì cho mình cho người. Nói cách khác, cái gì không hay không tốt cho người, tốt hơn là đừng nói. Miệng nói ra lời dối trá, cũng như lấy giấy che miệng giếng, ắt sẽ làm hại người đi đường, bước lầm mà té xuống. Miệng nói ra các lời trêu cợt bắt nã, cũng như cầm gươm đao quơ múa loạn xạ nơi kẻ chợ, thế nào cũng có người bị quơ trúng. Miệng nói ra lời độc ác cũng như phun ra hơi thúi, ắt sẽ bị quả báo mình cũng sẽ bị xấu ác y như các điều mà mình đã thốt ra để làm tổn hại người vậy. Miệng nói ra các lời dơ dáy bẩn thỉu cũng như phun ra dòi tửa, ắt sẽ bị quả báo chịu khổ nơi hai đường ác đạo là địa ngục và súc sanh. Hành giả tu Phật nên luôn nhớ và phát triển tâm biết sợ và gìn giữ khẩu nghiệp của mình. Hành giả tu Phật nên luôn nhớ rằng miệng nói ra điều không đâu vô ích cho mình và cho người, như nhai mạt cưa, cây gỗ; chỉ bằng làm thính để tỉnh dưỡng tinh thần; nghĩa là khi không có điều hay lẽ thật để nói, thì cách tốt nhất là đừng nên nói gì cả (khẩu đàm vô ích, như tước mộc tiết; bất như mặc dĩ dưỡng khí). Miệng nói lời dối trá, khinh người, như lấy giấy đậy trên miệng giếng; hại kẻ đi đường không thấy té xuống chết. Điều này cũng giống như giăng bẫy giết người vậy (khẩu ngôn khi trá, như mông hãm tửnh; hành tắc ngộ nhơn). Miệng nói lời trêu ghẹo, trừng giỡn, như múa đao kiếm nơi kẻ chợ, thế nào cũng có người bị thương hay chết (khẩu háo hí ngược, như trạo đao kiếm; hữu thời thương nhơn). Miệng nói lời ác độc, vô luân, như phun hơi thúi; sẽ chịu quả báo xấu ngang bằng với lời mình đã nói cho người. Miệng nói lời dơ dáy, bẩn thỉu, như phun ra dòi tửa; sẽ bị quả báo nơi tam đồ ác đạo từ địa ngục, ngạ quỷ, đến súc sanh (khẩu

đạo uế ngữ, như lưu thơ trùng; địa ngục súc sanh chỉ đạo). Hành giả tu Phật nên luôn nhớ nếu chưa dứt hẳn nghiệp nơi khẩu thì nên phát triển thiện khẩu nghiệp của mình. Cùng một lời nói mà khiến cho người trọn đời yêu mến mình; cũng cùng một lời nói mà khiến cho người ghét hận, oán thù mình trọn kiếp. Cùng một lời nói mà khiến cho nên nhà nên cửa; cũng cùng một lời nói mà khiến cho tán gia bại sản. Cùng một lời nói mà khiến cho nên giang sơn sự nghiệp; cũng cùng một lời nói mà khiến cho quốc phá gia vong. Miệng nói ra việc lành như phun ra mùi hương thơm; sẽ được cùng tốt y như điều mình khen nói cho người vậy (khẩu thuyết thiện sự, như phún thanh hương; xứng nhưn trường đồng). Miệng thốt ra lời giáo hóa, dạy dỗ cho người, như phóng ra ánh sáng đẹp đẽ, phá trừ hết ngu si, tăm tối của tà ma ngoại đạo (khẩu tuyên lưu giáo hóa, như phóng quang minh, phá nhưn mê ngữ). Miệng thốt ra lời thành thật, như lấy vải lụa quý mà trải ra; bố thí cho người dùng qua cơn lạnh lẽo thiếu thốn (khẩu ngữ thành thật, như thơ bố bạch; thiết tế nhưn dụng). Các bậc Thánh Hiền xưa, lời nói ra như phun châu nhả ngọc, để tiếng thơm muôn đời. Hành giả tu thiền ngày nay, nếu như không nói ra được các lời tốt đẹp ấy, thà là làm thinh, quyết không nói những lời ác độc và vô bổ.

Thứ Ba Là Ý Nghiệp: Ý nghiệp là nghiệp tạo tác bởi ý (nghiệp khởi ra từ nơi ý căn hay hành động của tâm), một trong tam nghiệp thân khẩu ý. So với khẩu nghiệp thì ý nghiệp không mãnh liệt và thù nghịch bằng, vì ý nghĩ chỉ mới phát ra ở trong nội tâm mà thôi chứ chưa lộ bày, tức là chưa thực hiện hành động, cho nên khó lập thành nghiệp hơn là khẩu nghiệp. Ý thức không tùy thuộc vào bất cứ căn nào, nhưng lệ thuộc vào sự liên tục của tâm. Ý thức chẳng những nhận biết cả sáu đối tượng gồm sắc, thanh, hương, vị, xúc và các hiện tượng trong quá khứ, hiện tại và ngay cả vị lai. Ý thức sẽ cùng ta lữ hành từ kiếp này qua kiếp khác, trong khi năm thức trước chỉ là những tâm tạm thời. Ý thức còn là một trong năm uẩn. Hành giả tu Phật nên luôn nhớ mặc dầu Tâm này vô thường nhưng Tâm này là nhân tố chính đã xô đẩy chúng ta lăn trôi trong Tam Đồ Lục Đạo, và cũng chính Tâm này sẽ đưa chúng ta trở về Niết Bàn. Thân ta vô thường, tâm ta cũng vô thường. Tâm vô thường còn mau lẹ hơn cả thân. Tâm chúng ta thay đổi từng giây, từng phút theo với ngoại cảnh, vui đó rồi buồn đó, cười đó rồi khóc đó, hạnh phúc đó rồi khổ đau đó. Có người cho rằng luận thuyết “Thân Tâm Vô Thường” của đạo Phật phải chăng vô tình gieo

vào lòng mọi người quan niệm chán đời, thối chí. Nếu thân và tâm cũng như sự vật đều vô thường như vậy thì chẳng nên làm gì cả, vì nếu có làm thành sự nghiệp lớn lao cũng không đi đến đâu. Mới nghe tưởng chừng như phần nào có lý, kỳ thật nó không có lý chút nào. Khi thuyết giảng về thuyết này, Đức Phật không muốn làm nản chí một ai, mà Ngài chỉ muốn cảnh tỉnh đệ tử của Ngài về một chân lý. Phật tử chơn thuần khi hiểu được lẽ vô thường sẽ giữ bình tĩnh, tâm không loạn động trước cảnh đổi thay đột ngột. Biết được lẽ vô thường mới giữ được tâm an, mới cố gắng làm những điều lành và mạnh bạo gạt bỏ những điều ác, cương quyết làm, dám hy sinh tài sản, dám tận tụy đóng góp vào việc công ích cho hạnh phúc của mình và của người.

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Không Tạo Tác Nghiệp Thân Khẩu Ý Trong Kinh Pháp Cú:

Hành giả nên luôn nhớ phải tu cả Thân lẫn Tâm. Thân và Tâm có sự liên hệ khá chặt chẽ và phức tạp. Khi tâm thật sự thanh sạch và các yếu tố giác ngộ đầy đủ sẽ đem lại hiệu quả thật lớn lao đối với hệ thống tuần hoàn trong thân. Từ đó lục phủ ngũ tạng được gội rửa và trở nên trong sạch. Tâm trở nên nhẹ nhàng linh hoạt, thân cũng khoan khoái, nhẹ nhàng và dễ chịu như lơ lửng trên không trung. ***Hành Giả Không Nên Tạo Tác Nghiệp Nơi Thân:*** Mục đích đầu tiên của thiền tập là để nhận thức bản chất thật của thân mà không chấp vào nó. Đa phần chúng ta nhận thân là mình hay mình là thân. Tuy nhiên sau một giai đoạn thiền tập, chúng ta sẽ không còn chú ý nghĩ rằng mình là một thân, chúng ta sẽ không còn đồng hóa mình với thân. Lúc đó chúng ta chỉ nhìn thân như một tập hợp của ngũ uẩn, tan hợp vô thường, chứ không phải là nhứt thể bất định; lúc đó chúng ta sẽ không còn lầm lẫn cái giả với cái thật nữa. Tỉnh thức về thân trong những sinh hoạt hằng ngày, như đi, đứng, nằm, ngồi, nhìn ai, nhìn quang cảnh, cúi xuống, duỗi thân, mặc quần áo, tắm rửa, ăn uống, nhai, nói chuyện, vân vân. Mục đích là chú ý vào thái độ của mình chứ không chạy theo những biến chuyển. Hành giả tu Thiền nên luôn nhớ rằng thân này là một khối ung sang bất tịnh, thân này là trung tâm bão của khổ đau phiền não. Thân mình bất tịnh, thân người cũng bất tịnh, chỉ có thân Phật là thanh tịnh.

Hành giả nên luôn nhìn thân mình như một cỗ xe, và biết rằng nó sẽ hư mòn với thời gian. Trong kinh điển Phật giáo, đức Phật dạy rằng

thân này già đi và hư hoại, nhưng chánh pháp không thể như thế. Là đệ tử Phật, chúng ta phải tin tưởng nơi đức Phật, và hãy sống với chánh pháp bất diệt bằng tất cả thân tâm của mình. Dầu Phật giáo khuyên hành giả nên luôn quán chi tiết về sự bất tịnh của thân, nhưng đức Phật vẫn luôn nhấn mạnh rằng kiếp nhân sinh thật vô cùng quý giá cho công cuộc tu tập. Hãy tu tập đúng đắn và liên tục, chứ đừng để phí một ngày nào trong đời này. Cái chết có thể đến với chúng ta trong đêm nay hay ngày mai. Thật sự, cái chết đang gặm nhấm chúng ta trong từng khoảnh khắc; nó hiện diện trong từng hơi thở của chúng ta, và nó không cách biệt với đời sống. Hành giả nên luôn quán chiếu vào tâm, liên tục xem từng hơi thở và hãy nhìn thấy cho bằng được cái vượt qua vòng luân hồi sanh tử.

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm trong kinh điển Phật giáo lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi nồng nặc khó ngửi của Thân; đặc biệt là hương thơm trong kinh Pháp Cú luôn lan tỏa khắp trên đường hành giả tu tập không tạo tác Nghiệp nơi Thân. Trong Kinh Pháp Cú, Phẩm III, Phẩm Tâm, Đức Phật đã dạy: Thân này thật là ngắn ngủi! Nó sẽ ngủ một giấc dài dưới ba thước đất, vô ý thức bị vất bỏ như khúc cây khô vô dụng (Pháp Cú 41). *Trong Phẩm X, Phẩm Đạo Trượng, Đức Phật đã dạy:* Chẳng phải đi chân không, chẳng phải để tóc xù (bờm), chẳng phải xoa tro đất vào mình, chẳng phải tuyệt thực, chẳng nằm trên đất, chẳng phải để thân mình nhớp nhúa, cũng chẳng phải ngồi xồm mà người ta có thể trở nên thanh tịnh, nếu không dứt trừ nghi hoặc (Pháp Cú 141). Người nào nghiêm giữ thân tâm, chế ngự khắc phục ráo riết, thường tu phạm hạnh, không dùng đao gây gia hại sanh linh, thì chính người ấy là một Thánh Bà la môn, là Sa môn, là Tỳ khưu vậy (Pháp Cú 142). *Trong Phẩm XI, Phẩm Lão, Đức Phật đã dạy:* Hãy ngắm cái thân tốt đẹp này chỉ là đồng xương lở lói, chồng chất tật bệnh đã được người ta tưởng là êm ái, trong đó tuyệt đối không có gì trường tồn (Pháp Cú 147). Cái hình hài suy già này là cái rừng tập trung bệnh tật, dễ hư nát. Đã có tụ tất có tán, có sinh tất có tử (Pháp Cú 148). Trái hồ lô (trái bầu) về mùa thu thì khô tàn. Thân này cũng vậy, khi đã hư hoại thì chỉ còn một đồng xương màu lông hạc; rõ thật chẳng có gì vui (Pháp Cú 149). Thân này là cái thành xây bằng xương cốt và tô quét bằng máu thịt, để cất chứa sự già sự chết, ngã mạn và dối gian (Pháp Cú 150). Cái xe vua đi dù được trang hoàng lộng lẫy cũng phải hư hoại, thân này dù có trau tria cũng

có lúc già yếu. Chỉ trừ thiện pháp của bậc thiện nhân là không bị suy già và cứ di chuyển từ người lành này sang người lành khác (Pháp Cú 151). Lúc thanh niên cường tráng đã không kiếm ra tài của, cũng chẳng lo tu hành, thì khi già cả chẳng khác gì con cò già bên bờ ao, chẳng kiếm ra mồi, nằm khô héo chết mòn (Pháp Cú 155). Lúc thanh niên cường tráng đã không kiếm ra tài của, cũng chẳng lo tu hành, nên khi già nằm xuống, đáng người như cây cung gãy, cứ buồn than về dĩ vãng (Pháp Cú 156). *Trong Phẩm XIII, Phẩm Thế Gian, Đức Phật đã dạy:* Chớ nên theo điều ty liệt, chớ nên đem thân buông lung, chớ nên theo tà thuyết, chớ làm tăng trưởng tục trần (Pháp Cú 167).

Hành Giả Không Nên Tạo Tác Nghiệp Nơi Khẩu: Thói thường, phàm phu chúng ta chẳng những không nói lời ngay thẳng chơn thật, mà ngược lại luôn nói lời dối láo. Người tu Phật cần phải chân thật, nhất cử nhất động, nhất ngôn nhất hành. Chứ không như thường tình thế tục, lúc thật lúc giả (có lúc nói thật mà cũng có lúc nói dối). Người tu Phật lúc nào cũng phải nói thật, làm chuyện thật, không được nói dối. Mỗi mỗi ý niệm đều phải cố gắng bỏ đi điều lầm lỗi; phải cố gắng loại bỏ tập khí và sám hối tội lỗi mình đã gây tạo từ vô lượng kiếp. Chúng ta không nói lời hòa giải êm ái, mà ngược lại luôn nói lưỡi hai chiều hay nói lời xấu ác làm tổn hại đến người khác. Hơn nữa, nhất cử nhất động, nhất ngôn nhất hành, mình không nên làm tổn hại đến người khác. Khi nói thì phải nói lời đức độ; không được nói lời thù ghét, dối trá, ác ôn, hoặc nói lưỡi hai chiều. Chúng ta chẳng những không nói lời ôn hòa hiền dịu, mà ngược lại luôn nói lời hung ác như chửi rủa hay sỉ vả. Chúng ta không nói lời chánh lý đúng đắn, mà ngược lại luôn nói lời vô tích sự. Hành giả tu thiền nên luôn nhớ rằng nếu chưa dứt hẳn được chư nghiệp thì ít nhất phải đoạn trừ bốn nghiệp nơi miệng là không nói dối, không nói lời đâm thọc, không chửi rủa, không nói lời vô tích sự. Vào thời Đức Phật còn tại thế, một ngày nọ, có một người giận dữ với sắc mặt hung tợn đến gặp Đức Phật. Người ấy nói những lời nói cộc cằn thô lỗ với Phật. Đức Phật lắng nghe một cách thản nhiên, và không nói một lời nào. Cuối cùng khi người ấy ngưng nói, Đức Phật bèn hỏi: “Nếu có ai đó đem một vật gì đến cho ông mà ông không nhận, thì vật ấy thuộc về ai?” Người ấy trả lời: “Dĩ nhiên là vật ấy vẫn thuộc về người hỏi đầu muốn cho.” Đức Phật bèn nói tiếp: “Cũng như vậy với những lời mà ông vừa nói ban nãy, ta không muốn nhận, vậy chúng vẫn thuộc về ông. Ông phải tự giữ lấy

chúng. Ta e rằng cuối cùng rồi ông sẽ gánh lấy khổ đau phiền não, vì kẻ ác thóa mạ người hiền chỉ mang lấy khổ đau cho chính mình mà thôi. Cũng như một người muốn làm ô nhiễm bầu trời bằng cách phun nước miếng lên trời. Nước miếng của người ấy chẳng bao giờ có thể làm ô nhiễm được bầu trời, mà ngược lại nó sẽ rơi xuống ngay trên mặt của chính người đó vậy.” Nghe lời Phật nói xong, người đó cảm thấy xấu hổ, bèn xin Phật tha thứ và nhận làm đệ tử. Đức Phật nói: “Chỉ có ái ngữ và sự lý luận hợp lý mới có thể làm ảnh hưởng và chuyển hóa được người khác mà thôi.” Theo Phật giáo, gian trá lừa đảo quả báo là bị gông cùm roi vọt. Theo Kinh Thủ Lăng Nghiêm, quyển Tám, Đức Phật đã nhắc nhở ngài A Nan về Trá Tập Nhân như sau: “Trá tập dụ nhau, phát từ nơi dễ nhau, dẫn dắt không thôi. Vì vậy như dây quần cây để sống, nước tưới ruộng thì cây cỏ sinh trưởng. Hai tập nhân nhau, nên có các việc gông, xiềng, cùm, xích, roi, đánh, vân vân. Vì thế mười phương Phật gọi gian ngụy là giặc hiểm. Bồ Tát nên tránh gian trá như tránh lang sói.”

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm trong kinh điển Phật giáo lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi nồng nặc khó ngửi của Khẩu; đặc biệt là hương thơm trong kinh Pháp Cú luôn lan tỏa khắp trên đường hành giả tu tập không tạo tác Nghiệp nơi Khẩu. Trong Phẩm X, Phẩm Đạo Trượng, Đức Phật đã dạy: Chớ nên nói lời thô ác. Khi người dùng lời thô ác nói với người khác. Người khác cũng dùng lời thô ác nói với người, thương thay những lời nóng giận thô ác chỉ làm cho các người đau đớn khó chịu như đao gây mà thôi (133). Nếu người mặc nhiên như cái đồng la bề trước những người đem lời thô ác cãi vã đến cho mình, tức là người đã tự tại đi trên đường Niết Bàn. Người kia chẳng làm sao tìm sự tranh cãi với người được nữa (134). ***Trong Phẩm XIII, Phẩm Thế Gian, Đức Phật đã dạy:*** Những ai vi phạm đạo Nhất thừa, những ai ưa nói lời vọng ngữ, những ai không tin tưởng đời sau, thì chẳng có điều ác nào mà họ không làm được (176). ***Trong Phẩm XXII, Phẩm Địa Ngục, Đức Phật đã dạy:*** Thường nói lời vọng ngữ thì sa đọa; có làm mà nói không, người tạo hai nghiệp ấy, chết cũng đọa địa ngục (306).”

Hành Giả Không Nên Tạo Tác Nghiệp Nơi Ý: Thói thường, phàm phu chúng ta chẳng những không chịu thiếu dục tri túc, mà ngược lại còn khởi tâm tham lam và ganh ghét. Chúng ta chẳng những không chịu nhu hòa nhẫn nhục; mà lại còn luôn sanh khởi các niềm sân hận

xấu ác. Chúng ta chẳng những không tin luật luân hồi nhân quả; mà ngược lại còn bám víu vào sự ngu tối si mê, không chịu thân cận các bậc thiện hữu tri thức để học hỏi đạo pháp và tu hành. Hành giả tu thiền nên luôn nhớ rằng nếu chưa dứt hẳn được chư nghiệp thì ít nhất phải đoạn trừ ba nghiệp nơi ý là không ganh ghét, không xấu ác, và không bất tín. Đức Phật dạy: “Từ bấy lâu nay, tâm của con người bị tham, sân, si làm nhiễm ô. Những bợn nhơ tinh thần làm cho tâm của chúng sanh ô nhiễm.” Lối sống của người Phật tử, nhất là hành giả tu thiền là một tiến trình tích cực thanh lọc thân, khẩu, ý. Đó là tự trau dồi và tự thanh lọc để đi đến kết quả tự chứng. Điều nhấn mạnh ở đây là kết quả do sự thực nghiệm chứ không phải do tranh luận triết học. Do đó, hành giả phải thực tập thiền hằng ngày. Chúng ta phải hành xử như gà mái ấp trứng; vì cho tới bây giờ chúng ta chỉ luôn chạy vòng vòng như một con chuột bạch trong cái lồng quay vậy thôi. Đức Phật cũng dạy: “Chúng sanh do mười điều mà thành thiện, cũng do mười điều mà thành ác. Mười điều ấy là gì? Thân có ba, miệng có bốn, và ý có ba. Thân có ba là: Giết hại, trộm cắp, dâm dục. Lưỡi có bốn là: Nói lưỡi hai chiều, nói lời độc ác, nói lời dối trá, nói ba hoa. Ý có ba là: Tật đố, sân hận, ngu si. Mười điều ấy không phù hợp với con đường của bậc Thánh, gọi là hành vi ác. Nếu mười điều ác này được chấm dứt thì gọi là mười điều thiện.” Chúng ta lầm cứ tưởng chính cái thân, khẩu, ý này đã trói buộc chúng ta vào luân hồi sanh tử. Kỳ thật, cái đích thực trói buộc chúng ta vào luân hồi sanh tử là tham, sân và si. Tuy nhiên, điều đáng nói ở đây là chính thân, khẩu và ý cam tâm làm nô lệ cho tham sân si. Thân khẩu ý chính là ba cửa phương tiện tạo tác ác nghiệp. Nơi thân có ba, nơi khẩu có bốn, và nơi ý có ba. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ ba bất thiện nghiệp nơi thân cần phải tránh là sát sanh, trộm cắp và tà dâm. Bốn bất thiện nghiệp nơi khẩu cần phải tránh là nói dối, nói lưỡi hai chiều, nói lời hung ác, và nói lời thiêu đốt. Và ba bất thiện nghiệp nơi ý là tham, sân và si. Nếu tránh được mười ác nghiệp này chúng ta sẽ không phải gặt những hậu quả xấu cho kiếp này hay nhiều kiếp sau nữa.

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm trong kinh điển Phật giáo lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi nồng nặc khó ngửi của Ý; đặc biệt là hương thơm trong kinh Pháp Cú luôn lan tỏa khắp trên đường hành giả tu tập không tạo tác Nghiệp nơi Ý. Trong Phẩm IX, Phẩm Ác, Đức Phật đã dạy: “Hãy gấp rút làm lành, chế chỉ tâm tội ác.

Hễ biếng nhác việc lành giờ phút nào thì tâm ưa chuyện ác giờ phút nấy (Pháp Cú 116). Nếu đã lỡ làm ác chớ nên thường làm hoài, chớ vui làm việc ác; hễ chứa ác nhứt định thọ khổ (Pháp Cú 117). Nếu đã làm việc lành hãy nên thường làm mãi, nên vui làm việc lành; hễ chứa lành nhứt định thọ lạc (Pháp Cú 118). Khi nghiệp ác chưa thành thực, kẻ ác cho là vui, đến khi nghiệp ác thành thực kẻ ác mới hay là ác (Pháp Cú 119). Khi nghiệp lành chưa thành thực, người lành cho là khổ, đến khi nghiệp lành thành thực, người lành mới biết là lành (Pháp Cú 120). Chớ khinh điều ác nhỏ, cho rằng “chẳng đưa lại quả báo cho ta.” Phải biết giọt nước nhều lâu ngày cũng làm đầy bình. Kẻ ngu phu sở dĩ đầy tội ác bởi chứa dồn từng khi ít mà nên (Pháp Cú 121). Chớ nên khinh điều lành nhỏ, cho rằng ‘chẳng đưa lại quả báo cho ta.’ Phải biết giọt nước nhều lâu ngày cũng làm đầy bình. Kẻ trí sở dĩ toàn thiện bởi chứa dồn từng khi ít mà nên (Pháp Cú 122). Chẳng phải bay lên không trung, chẳng phải lặn xuống đáy bể, chẳng phải chui vào hang sâu núi thẳm, dù tìm khắp thế gian nầy, chẳng có nơi nào trốn khỏi ác nghiệp đã gây (Pháp Cú 127).”

Nói tóm lại, đối với hành giả, trong tu tập, sự thu thúc là một phương pháp có hiệu quả trong việc điều hòa thân tâm và ngăn chặn phiền não. Thu thúc không có nghĩa là thân mình tê liệt hay cầm đũa, mà là canh chừng, phòng ngự các giác quan đừng để tâm chạy khỏi các cửa đó mà trở nên thiếu chánh niệm. Trong sự liên hệ giữa thân và tâm thì chánh niệm của tâm đóng một vai trò chủ động trong việc thu thúc lục căn. Khi tâm chánh niệm trong từng sát na thì tâm không bị lôi cuốn vào tham lam, sân hận và si mê; và khổ đau phiền não sẽ không có cơ hội khởi lên. Trong khi tu tập hay tích cực thiền quán, chúng ta phải cố gắng giữ hạnh thu thúc, vì sự thúc liễm nơi thân đồng nghĩa với sự an lạc nơi tâm. Trong khi tu tập tập, thân chúng ta có mất nhưng phải làm mù. Trong khi đi, mắt phải nhìn xuống đất, không tò mò hay nhìn đây nhìn kia khiến tâm bị phân tán. Chúng ta có tai nhưng phải làm như điếc. Khi nghe tiếng động, không nên để ý đến tiếng động, không nên để ý xem coi nó là tiếng động gì. Không phán đoán, đánh giá, phân tích hay phân biệt âm thanh. Phải bỏ qua và làm như không biết gì đến tiếng động.

Theo lời Phật dạy thì cái quả báo của khẩu nghiệp còn nhiều hơn quả báo của thân nghiệp và ý nghiệp, vì ý đã khởi lên nhưng chưa bày ra ngoài, chứ còn lời vừa buông ra thì liền được nghe biết ngay. Dùng

thân làm ác còn có khi bị ngăn cản, chỉ sợ cái miệng mở ra buông lời vọng ngữ. Ý vừa khởi ác, thân chưa hành động trợ ác, mà miệng đã thốt ngay ra lời hung ác rồi. Cái thân chưa giết hại người mà miệng đã thốt ra lời hăm dọa. Ý vừa muốn chửi rửa hay hủy báng, thân chưa lộ bày ra hành động cử chỉ hung hăng thì cái miệng đã thốt ra lời nguyền rủa, dọa nạt rồi. Miệng chính là cửa ngõ của tất cả oán họa, là tội báo nơi chốn a tỳ địa ngục, là lò thiêu to lớn đốt cháy hết bao nhiêu công đức. Chính vì thế mà cổ nhân thường khuyên đời rằng: “Bệnh tùng khẩu nhập, họa tùng khẩu xuất,” hay bệnh cũng từ nơi cửa miệng mà họa cũng từ nơi cửa miệng. Nói lời ác, ắt sẽ bị ác báo; nói lời thiện, ắt sẽ được thiện báo. Nếu bạn nói tốt người, bạn sẽ được người nói tốt; nếu bạn phỉ báng mạ lỵ người, bạn sẽ bị người phỉ báng mạ lỵ, đó là lẽ tất nhiên, nhân nào quả nấy. Chúng ta phải luôn nhớ rằng “nhân quả báo ứng không sai,” mà từ đó can đảm nhận trách nhiệm sửa sai những việc mình làm bằng cách tu tập hầu từ từ tiêu trừ nghiệp tội, chớ đừng bao giờ trách trời oán người. Trong khi tâm ý của con người dong ruổi như con ngựa, chạy từ chỗ này qua chỗ khác, không ngừng nghỉ (đuổi theo ngoại cảnh không dừng lại ở một chỗ). Theo Sư Đại Ân, một danh Tăng Ấn Độ: “Ý như con ngựa, hãy để cho nó đi tự do như chim bồ câu được thả ra từ một chiếc tàu ở giữa đại dương vô tận. Vì cũng giống như con chim không tìm thấy ra nơi nào để đậu trừ phi nó trở lại chiếc tàu, ý cũng không có nơi nào để đi khác hơn là trở về với nguồn gốc của chúng.

Về Không Tạo Tác Nghiệp Thân Khẩu Ý, trong Kinh Pháp Cú, Phẩm IV, Phẩm Hoa, Đức Phật đã dạy: Như từ đồng hoa có thể làm nên nhiều tràng hoa, từ nơi thân người có thể tạo nên nhiều việc thiện (Pháp Cú 53). ***Trong Phẩm XXI, Phẩm Tạp, Đức Phật đã dạy:*** Thường quan sát tự thân, không làm việc không đáng, việc đáng gắng chuyên làm, thì khổ đau lậu tập dần tiêu tan (Pháp Cú 293). ***Trong Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, Đức Phật đã dạy:*** Chế phục được thân, lành thay; chế phục được lời nói, lành thay; chế phục được tâm ý, lành thay; chế phục được hết thấy, lành thay. Tỳ kheo nào chế phục được hết thấy thì giải thoát hết thấy khổ (Pháp Cú 361). Gìn giữ tay chân và ngôn ngữ, gìn giữ cái đầu cao, tâm mến thích thiện định, riêng ở một mình, thanh tịnh và tự biết đầy đủ, ấy là bậc Tỳ kheo (Pháp Cú 362). Tỳ kheo nào điều nhiếp được ngôn ngữ, khôn khéo và tịch tịnh, thì khi diễn bày pháp nghĩa, lời lẽ rất hòa ái rõ ràng (Pháp Cú 363). Vị Tỳ kheo nào thân

ngữ thanh tịnh, tâm an trú tam muội, xa lìa nơi dục lạc, Ta gọi họ là người tịch tịnh (Pháp Cú 378). *Trong Phẩm XXVI, Phẩm Bà La Môn, Đức Phật đã dạy:* Chế ngăn thân, ngữ, ý không cho làm các điều ác, chế ngăn được ba chỗ đó, Ta gọi họ là Bà-la-môn (Pháp Cú 391).

Chương Ba Mười Lăm

Tình Hoa Những Lời Phật Dạy Về Thất Tình Lục Dục Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Thất Tình Lục Dục Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Thất Tình: Thất Tình bao gồm bảy cảm xúc: vui, buồn, thương, ghét, tham vọng, sân hận, và sợ hãi. Trong khi đó, lục dục là sáu tham dục: sắc dục, hình mạo dục, uy nghi tư thái dục, ngữ ngôn âm thanh dục, tế hoạt dục, và nhân tướng dục. Tình cảm, dù tiêu cực hay tích cực, đều vô thường (có nghĩa là không tồn tại), nhưng chúng ta không thể nói chúng ta không đếm xỉa tới tình cảm của chúng ta vì chúng vô thường. Người tu theo Phật không thể nói vì cả khổ đau lẫn hạnh phúc đều là vô thường nên chúng ta chẳng cần tìm mà cũng chẳng cần tránh chúng. Ai trong chúng ta cũng đều biết rằng những tình cảm bất thiện (tiêu cực) đưa đến khổ đau, trong khi tình cảm thiện lành đưa đến hạnh phúc, và mục tiêu của Phật tử là mong đạt được hạnh phúc. Như vậy chúng ta cần phải cố gắng thể thực hiện điều tạo nên hạnh phúc và ráng loại bỏ những gì làm cho ta đau khổ. Theo Phật giáo, có bảy loại tình cảm. Cái gì mang lại thoải mái là hạnh phúc. Hạnh phúc bình thường là thỏa mãn sự khao khát. Tuy nhiên, ngay khi điều mong muốn vừa được thực hiện thì chúng ta lại mong muốn một thứ hạnh phúc khác, vì lòng thèm muốn ích kỷ của chúng ta không cùng tận. Tiền không mua được hạnh phúc, hay sự giàu có thường không mang lại hạnh phúc. Kỳ thật, hạnh phúc thực sự chỉ tìm thấy trong nội tâm chứ không nơi của cải, quyền thế, danh vọng hay chiến thắng. Đức Phật đã nêu lên các loại hạnh phúc cho người cư sĩ tại gia: “Hạnh phúc có sức khỏe, có của cải, sống lâu, đẹp đẽ, vui vẻ, sức mạnh, tài sản và con cái, vân vân. Đức Phật không khuyên chúng ta từ bỏ cuộc sống trần tục và rút lui về sống ẩn dật. Tuy nhiên, Ngài khuyên Phật tử tại gia, sự vui hưởng của cải không những nằm trong việc xử dụng cho riêng mình, mà nên đem phúc lợi cho người khác. Những cái mà chúng ta đang có chỉ là tạm bợ. Những cái mà chúng ta đang gìn giữ, rốt rồi chúng ta cũng bỏ chúng mà đi. Chỉ có

những nghiệp sẽ phải theo chúng ta suốt nẻo luân hồi. Đức Phật dạy về hạnh phúc của người cư sĩ như sau: “Sống nghèo về vật chất mà tinh thần thoải mái là hạnh phúc. Sống đời không bị chê trách là hạnh phúc, vì người không bị chê trách là phúc lành cho chính mình và cho người khác. Người đó được mọi người ngưỡng mộ và cảm thấy sung sướng hơn khi truyền cảm được làn sóng hòa bình sang người khác. Tuy nhiên, rất khó mà không bị mọi người chê trách. Vì thế người trí cao thượng nên cố sống đứng vững với sự khen chê bên ngoài, cố đạt được hạnh phúc tinh thần bằng cách vượt qua lạc thú vật chất.” Sau đó Đức Phật tiếp tục nhắc nhở chư Tăng Ni: “Hạnh phúc Niết Bàn là dạng thức hạnh phúc giải thoát khổ đau cao thượng nhất.”

Cũng theo giáo thuyết Phật giáo, ai lạc tướng sinh (Buồn vui cùng sanh ra lẫn nhau, nghĩa là buồn sinh ra vui, vui sinh ra buồn. Ý khuyên chúng ta khi gặp chuyện vui không nên quá vui, mà khi gặp chuyện buồn cũng không nên quá buồn vì trong vui có buồn và trong buồn có vui). Tình thương trên thế gian này không tình thương nào hơn tình cha mẹ thương con. Nếu có người, vai bên trái công cha, vai bên mặt công mẹ, đi giáp núi Tu Di trăm ngàn vòng, máu chảy đầy chân, cũng còn chưa thể báo đền được tình thương và công ơn sanh dưỡng (Kinh Pháp Cú). Phật dạy: “Tình thương là phương cách duy nhất để xóa bỏ hận thù. Hận thù không thể đánh bại được hận thù.” Đức Phật dạy khi bạn ghét ai thì bạn trở nên mất hạnh phúc, còn khi bạn thương ai thì mọi người đều cảm thấy hạnh phúc. Để triệt tiêu sự thù ghét, bạn nên thiền quán về lòng từ bi. Tham ái, tham dục đòi hỏi những sự ham muốn về vật chất như thêm ăn, thêm ngủ, thêm ân ái, vân vân, là những khoái lạc về ngũ quan. Con người còn ham muốn để được thỏa mãn những nhu cầu về tinh thần như ham chiếm đoạt, ham phô trương, ham quyền lực, ham lợi lộc. Những phiền não của lòng tham muốn che lấp tâm thức hữu tình thì không cho phép thiện pháp nảy sinh. Lòng ham muốn đắm mê không bao giờ biết ngừng, không bao giờ được thỏa mãn cả, như chiếc thùng không đáy. Để thỏa mãn dục vọng mà con người sanh ra vị kỷ, độc ác, làm hại, làm khổ người khác để mình được vui, được sung sướng. Vì lòng tham mà chúng ta không ngại sử dụng mọi thủ đoạn để đạt cho được mục đích, bất kể chuyện gì xảy đến cho người khác. Phật tử chúng ta nên thấy rõ vì không tu nên cõi đời trở thành một đấu trường mà nước mắt đổ như mưa rào, bể khổ dâng lên như nước thủy triều biển khơi. Tham dục là tham muốn của cải trần thế.

Hầu hết người đời thường định nghĩa hạnh phúc trần tục như là sự thỏa mãn của mọi tham dục. Tham dục trần thế là vô hạn, nhưng chúng ta lại không có khả năng nhận ra chúng và tham dục không được thỏa mãn thường gây ra khổ đau phiền não cho mình và cho người. Khi chúng ta chỉ phần nào thỏa mãn tham dục, chúng ta luôn có khuynh hướng tiếp tục theo đuổi chúng cho đến khi được thỏa mãn, chính vì vậy mà chúng ta càng gây nên khổ đau cho mình và cho người. Ngay cả khi đã thỏa mãn tham dục, chúng ta cũng khổ đau. Chúng ta chỉ nghiệm được chân hạnh phúc và an nhin tự tại khi chúng ta có ít tham dục. Đây cũng là một trong những bước lớn đến bến bờ giải thoát của chúng ta. Đức Phật dạy: “Tham dục chính là nguồn gốc của khổ đau. Mọi vật rồi sẽ thay đổi, vì thế không nên luyến ái hay vướng víu vào một thứ gì. Nên nhiếp tâm thanh tịnh tìm chân lý và đạt đến hạnh phúc vĩnh hằng.” Biết tri túc thiểu dục là biết sẽ giúp chúng ta diệt trừ tham dục. Điều này có nghĩa là biết thỏa mãn với những điều kiện vật chất khả dĩ giúp cho chúng ta có đầy đủ sức khỏe để tu tập. Đây là phương cách hữu hiệu nhất để cắt đứt lưới tham dục, an ổn thân tâm và có nhiều thì giờ giúp đỡ tha nhân. Trong xã hội hôm nay người ta sợ đủ thứ, sợ không tiền, sợ không nhà, sợ già, sợ bệnh, sợ chết, vân vân. Kỳ thật vì không hiểu bản chất thật sự của đời sống nên chúng ta cố gắng duy trì những thứ mà chúng ta không thể duy trì được, rồi từ đó chúng ta đâm ra sợ hãi. Phật tử nên luôn nhớ rằng đời sống này luôn thay đổi. Nó được cấu tạo bởi một mớ yếu tố có thể đổi thay (vô thường). Hiểu được như vậy chúng ta sẽ không còn cảm thấy sợ hãi trước những biến cố của cuộc đời này nữa.

Tổng Quan Về Ý Nghĩa Của Lục Dục: Cũng theo Phật giáo, còn có lục tình là sáu tình khởi lên từ sáu căn: Nhãn Tình, tức là tình khởi lên từ nhãn căn hay mắt. Nhĩ Tình, tức là tình khởi lên từ nhĩ căn hay tai. Tỷ Tình, tức là tình khởi lên từ tỷ căn hay mũi. Thiệt Tình, tức là tình khởi lên từ thiệt căn hay lưỡi. Thân Tình, tức là tình khởi lên từ thân căn. Ý Tình, tức là tình khởi lên từ ý căn. Người tu tập tỉnh thức luôn coi Lục Căn là những đối tượng trong tu tập. Theo Tỳ Kheo Piyananda trong Những Hạt Ngọc Trí Tuệ Phật Giáo, bạn phải luôn tỉnh thức về những cơ quan của giác quan như mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và sự tiếp xúc của chúng với thế giới bên ngoài. Bạn phải tỉnh thức về những cảm nghĩ phát sinh do kết quả của những sự tiếp xúc ấy: Mắt đang tiếp xúc với sắc; tai đang tiếp xúc với thanh; mũi đang tiếp xúc

với mùi; lưỡi đang tiếp xúc với vị; thân đang tiếp xúc với sự xúc chạm; và ý đang tiếp xúc với vạn pháp. Hành giả tu Phật nên luôn nhớ rằng chúng ta chỉ nghiệm được chân hạnh phúc và an nhiên tự tại khi chúng ta buông bỏ hoặc giảm thiểu lục dục. Hành giả tu Phật đều thấy rằng buông bỏ thất tình lục dục không phải là chuyện dễ làm, nhưng một khi chúng ta đã quyết định tu theo Phật, chúng ta không còn lựa chọn nào khác là phải buông bỏ cho bằng được chúng, vì chúng chính là những chướng ngại lớn trên bước đường tu tập của chính mình.

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Thất Tình Lục Dục Trong Kinh Pháp Cú:

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi xú uế khó ngửi của Thất Tình Lục Dục. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XVI, Phẩm Hỷ Ái, từ kệ số 209 đến kệ số 220, Đức Phật đã dạy: Chuyên làm những việc không đáng làm, nhắc tu những điều cần tu, bỏ việc lành mà chạy theo dục lạc, người như thế dù có hăm mộ kẻ khác đã cố gắng thành công, cũng chỉ là hăm mộ suông (Pháp Cú 209). Chớ kết giao với người đáng ưa, chớ kết giao với người không đáng ưa: không gặp được người thương yêu là khổ, mà gặp phải người cừu oán cũng khổ (Pháp Cú 210). Thế nên chớ đắm yêu, vì đắm yêu bị biệt ly là khổ. Nếu không còn những niệm yêu ghét, tức không điều gì ràng buộc được (Pháp Cú 211). Từ hỷ ái sinh lo, từ hỷ ái sinh sợ; xa lìa hết hỷ ái, chẳng còn lo sợ gì (Pháp Cú 212). Từ tham ái sinh lo, từ tham ái sinh sợ; xa lìa hết tham ái, chẳng còn lo sợ gì (Pháp Cú 213). Từ tham dục sinh lo, từ tham dục sinh sợ; xa lìa hết tham dục, chẳng còn lo sợ gì (Pháp Cú 214). Từ lạc dục sinh lo, từ lạc dục sinh sợ; xa lìa hết lạc dục, chẳng còn lo sợ gì (Pháp Cú 215). Từ ái dục sinh lo, từ ái dục sinh sợ; xa lìa hết ái dục, chẳng còn lo sợ gì (Pháp Cú 216). Đầy đủ giới hạnh và Chánh kiến, an trú Chánh pháp, rõ lý chơn thường và viên mãn các công hạnh, là người đáng kính mến (Pháp Cú 217). Khát cầu pháp ly ngôn, sung mãn tâm lự sát, không đắm mê dục lạc, ấy là bậc thượng lưu (Pháp Cú 218). Người khác ly hương lâu ngày, khi từ phương xa trở về yên ổn được bà con thân hữu đón mừng thế nào (Pháp Cú 219). Thì người tạo phước nghiệp cũng vậy, khi từ cõi đời này sang cõi đời khác, phước nghiệp của họ là kẻ thân hữu đón mừng họ (Pháp Cú 220). *Trong Phẩm XIV, Phẩm Phật Đà, Đức Phật đã dạy:* Hạnh phúc thay đức Phật

ra đời! Hạnh phúc thay diễm nói Chánh pháp! Hạnh phúc thay Tăng già hòa hợp! Hạnh phúc thay đồng tiến đồng tu! (Pháp Cú 194). *Trong Phẩm XV, Phẩm Lạc, Đức Phật đã dạy:* Sung sướng thay chúng ta sống không thù oán giữa những người thù oán; giữa những người thù oán, ta sống không thù oán (Pháp Cú 197). Sung sướng thay chúng ta sống không tật bệnh giữa những người tật bệnh; giữa những người tật bệnh chúng ta sống không tật bệnh (Pháp Cú 198). Sung sướng thay chúng ta sống không tham dục giữa những người tham dục; giữa những người tham dục, chúng ta sống không tham dục (Pháp Cú 199). Sung sướng thay chúng ta sống không bị điều gì chướng ngại. Ta thường sống với những điều an lạc như các vị thần giữa cõi trời Quang-Âm (Pháp Cú 200). Thắng lợi thì bị thù oán, thất bại thì bị đau khổ; chẳng màng tới thắng bại, sẽ sống một đời hòa hiếu an vui và hạnh phúc (Pháp Cú 201). *Trong Phẩm XXI, Phẩm Tap, Đức Phật đã dạy:* Nếu bỏ vui nhỏ mà được hưởng vui lớn, kẻ trí sẽ làm như thế (Pháp Cú 290). *Trong Phẩm XXIII, Phẩm Voi, Đức Phật đã dạy:* Gặp bạn xa lâu ngày là vui, sung túc phải lúc là vui, mệnh chung có được thiện nghiệp là vui, lìa hết thống khổ là vui (Pháp Cú 331). Được kính dưỡng mẹ hiền là vui, kính dưỡng thân phụ là vui, kính dưỡng sa-môn là vui, kính dưỡng Thánh nhơn là vui (Pháp Cú 332). Già vẫn sống đức hạnh là vui, thành tựu chánh tín là vui, đầy đủ trí tuệ là vui, không làm điều ác là vui (Pháp Cú 333).

Chương Ba Mười Sáu

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Không Nên Thấy Lỗi Người Trong Kinh Pháp Cú

Đa phần chúng ta ai cũng vậy, thấy lỗi người thì dễ, thấy lỗi mình khó. Đức Phật dạy chúng ta không nên tránh né trách nhiệm của chính mình bằng cách đổ thừa cho người khác về những hoàn cảnh không may hay những điều sui rủi. Thông thường con người khi phải đương đầu với những khuyết điểm của mình, họ thường đối mình và tránh né nhận sự lỗi lầm đó. Họ sẽ tìm đủ mọi cách để bào chữa, ngay cả sử dụng phương cách tệ hại nhất để biện minh cho việc làm của họ. Họ có thể thành công trong việc bào chữa này. Đôi khi họ đạt được kết quả bằng cách cố gắng lừa gạt người khác, ngay cả việc tự dối mình với những ý tưởng xấu xa nảy sinh trong tâm trí. Tuy nhiên, bạn có thể lừa đảo vài người trong một đôi lúc, chứ bạn không thể lúc nào cũng lừa đảo được mọi người. Theo Đức Phật: “Kẻ thực sự xấu ác, khi họ gây tạo tội lỗi mà không tự biết. Và người làm ác nhưng biết sám hối tội lỗi của mình là người có trí tuệ vậy.” Nếu bạn phạm lỗi, bạn nên chấp nhận điều ấy. Dĩ nhiên bạn cần có can đảm để thấy được sự sai quấy của chính mình. Đức Phật đã từng dạy: Người có lỗi mà biết nhận lỗi và sửa lỗi. Những người này không khác gì những bậc thánh nhân. Phật tử thuần thành đừng bao giờ nghĩ rằng mình không may, bất hạnh, hay mình là nạn nhân của vận số. Bạn nên ý thức rằng tâm của bạn tạo nên những nguyên nhân gây nên mọi khổ đau phiền não cho chính bạn. Chỉ có như vậy bạn mới đi đến đời sống hạnh phúc thật sự được. Cổ nhân thường nói: “Đại Nhân Bất Kỳ Tiểu Nhân Quá”, có nghĩa là người lớn không nhớ lỗi của người nhỏ. Người tại gia chúng ta nên luôn làm người lớn.

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm trong kinh điển Phật giáo lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi nồng nặc khó ngửi của sự Thấy Lỗi Người; đặc biệt là hương thơm trong kinh Pháp Cú. Vì vậy mà trong Phẩm IV, Phẩm Hoa, Đức Phật đã dạy: Chớ nên dòm ngó lỗi người, chớ nên dòm coi họ đã làm gì hay không làm gì, chỉ nên ngó lại hành động của mình, thử đã làm được gì và chưa làm được gì (Pháp Cú 50). *Trong Phẩm XVIII, Phẩm Cấu Uế, Đức Phật đã dạy:*

Thấy lỗi người dễ, thấy lỗi mình khó” rất rõ ràng. Thấy lỗi người thì dễ, thấy lỗi mình mới khó. Lỗi người ta cố phan tìm như tìm thóc trong gạo, còn lỗi mình ta cố che dấu như kẻ cờ gian bạc lận thu dấu quân bài (Pháp Cú 252). Nếu thấy lỗi người thì tâm ta dễ sinh nóng giận mà phiền não tăng thêm, nếu bỏ đi thì phiền não cũng xa lánh (Pháp Cú 253). Trong *Phẩm XXII, Phẩm Địa Ngục, Đức Phật đã dạy*: Lỗi biết rằng lỗi, không lỗi biết rằng không lỗi, giữ tâm chánh kiến ấy, đường lành thấy chẳng xa (Pháp Cú 319). Tuy nhiên, gặp được người hiền trí sẵn sàng chỉ bày lỗi của mình và muốn giúp mình cải thiện, hãy nên kết thân với họ và xem họ như bậc thiện trí thức. *Chính vì lý do này mà trong kinh Pháp Cú, Phẩm VI, Phẩm Trí Giả, Đức Phật đã dạy*: Nếu gặp được người hiền trí thường chỉ bày lỗi và khiển trách mình những chỗ bất toàn, hãy nên kết thân cùng họ và xem như bậc trí thức đã chỉ kho tàng bảo vật. Kết thân với người trí thì lành mà không dữ (Pháp Cú 76). Những người hay khuyên răn dạy dỗ, cản ngăn tội lỗi kẻ khác, được người lành kính yêu bao nhiêu thì bị người dữ ghét bỏ bấy nhiêu (Pháp Cú 77).

Ngoài việc cố tránh không thấy lỗi người, hành giả tại gia nên luôn nhớ rằng là Phật tử, chẳng những không nói lỗi của người khác, mà còn không bao giờ tự mình rao lỗi của Bồ tát xuất gia, Bồ tát tại gia, Tỳ kheo, Tỳ kheo ni, không bảo người rao lỗi; không nhờn rao lỗi, duyên rao lỗi, cách thức rao lỗi, nghiệp rao lỗi. Ngược lại, là Phật tử, khi nghe kẻ ác, kẻ ngoại đạo, cùng kẻ nhĩ thừa nói những điều phi pháp trái luật, phải luôn có lòng từ bi giáo hóa những kẻ ấy, khiến cho họ sanh lòng lành với mọi người. Ví bằng trái lại, Phật tử tự mình rao nói những lỗi trong Phật pháp, Phật tử này phạm một trong những khẩu nghiệp nghiêm trọng (Bồ Tát Ba La Di Tội). Bên cạnh đó, là Phật tử, không tự khen mình chê người, không bảo ai khen mình chê người; không nhờn chê người, không duyên chê người, không cách thức chê người, không nghiệp chê người. Là Phật tử, nên sẵn sàng nhận lấy những khinh chê cho tất cả chúng sanh và nhường tất cả việc tốt cho người, chứ không bao giờ tự phô trương tài đức của mình mà đim điều hay tốt của người. Là Phật tử, không bao giờ tự mình hủy báng Tam Bảo, không xúi ai hủy báng; không nhờn hủy báng, duyên hủy báng, cách thức hủy báng, nghiệp hủy báng. Là Phật tử thuần thành, một khi nghe ngoại đạo hay kẻ ác hủy báng Tam Bảo dù chỉ một lời, thì đau đớn chẳng khác chi trăm ngàn đao kiếm đâm vào tâm, hướng là tự

mình hủy báng? Là Phật tử chẳng những luôn đem lòng tôn kính Tam Bảo, mà còn khiến cho người người đều đem lòng tôn kính.

Chương Ba Mười Bảy

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Thị Phi Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Thị Phi Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Theo Phật giáo, thị phi có nghĩa là những điều đúng sai của thế gian. Phàm nhân thường có tâm phân biệt thị phi. Trong tu tập Phật giáo, thị phi cũng tai hại như tà kiến vì đa phần phiền não thường là chỗ khởi lên của thị phi. Phàm phu chúng ta cứ luôn chấp chặt vào hai tướng ngã nhân, do đó thường hay cho rằng ta hay, người dở, ta cao quý, người thấp hèn, vân vân. Vì thế mà xưa nay chúng ta cứ mãi phân loại và biện biệt trăm ngàn các sự thị phi, hơn thua, phải quấy. Đừng nói chi chúng ta là hàng phàm phu bạt địa, nghiệp chướng nặng nề phải bị ảnh hưởng của thị phi, mà ngay cả đến chư Phật và chư Bồ Tát, vì tâm đại bi, lòng bi mẫn thương xót chúng sanh mà thị hiện ra nơi đời để giáo hóa chúng sanh cũng không sao tránh khỏi bị tiếng thị phi làm cho thương tổn. Chính vì thế mà Cổ đức dạy rằng: “Thùy nơn bối hậu vô nhân thuyết, na cá nơn tiền bất thuyết nơn.” Nghĩa là chớ nói ta không người chỉ trích, âm thầm chi thiếu kẻ dèm pha. Trước mặt chúng ta thì họ cúi đầu lịch sự, kính trọng, thân thiện; nhưng sau lưng chúng ta thì nào ai có biết họ chưởi mẹ mắng cha của chúng ta. Hành giả chơn thuần nên luôn nhớ rằng thị phi cũng khởi lên phiền não không kém gì tà kiến. Chúng không mang lại lợi ích gì cho hành giả tu Phật và được xem như tệ hại hơn vướng vào tà kiến. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Không có người nào trọn đời được khen mà chẳng bị chê. Cũng không có người nào trọn đời bị chê mà chẳng được khen.” Cho nên làm người trên đời cũng có khi vui, lúc buồn, khi thành, lúc bại, vân vân, không ai tránh khỏi tiếng thị phi, lời thương ghét và chỉ trích. Phải nên nhớ rằng một khi tiếng thị phi đến với ta, nếu như chúng ta không sáng suốt và bình tĩnh thì chắc rằng tâm chúng ta phải xao động, não phiền. Như vậy là chướng ngại cho con đường tu tập. Muốn phá trừ thị phi, chúng ta trước hết nên xét lỗi mình, chứ đừng nhìn ngó lỗi người. Phàm phu chúng ta thường thích được thương yêu, khen tặng, kính trọng, chứ không ưa bị chỉ trích lỗi mình. Có ngờ đâu điều xấu dở của mình đôi khi còn nhiều và tệ hại hơn nữa. Phật tử

thuần thành không nên nói người này thế này, người khác thế nọ, mà nên luôn nghĩ lại rằng mình cũng chẳng tốt đẹp hơn ai. Cho nên người tu học Phật pháp cần nên phản tỉnh, xét sửa lấy mình, chớ nên nhìn nói hay phê bình đến việc hay dở của người. Được như thế thì đường đạo ngày càng thêm tốt đẹp, nếu không như thế ắt sẽ bị lăm oan gia.

Phật tử nên luôn nhớ rằng phiền não là chỗ khởi lên của thị phi. Trong thí dụ thứ 41 của Bích Nham Lục, một hôm Triệu Châu hỏi Đầu Tử: "Người đại tử khi sống lại thì thế nào?" Đầu Tử đáp: "Chẳng cho đi đêm, đợi sáng sẽ đến." Hành giả nên luôn nhớ rằng khi chỗ phải quấy lẫn lộn (thị phi kết giao xứ), ngay cả các bậc Thánh cũng không thể biết. Khi nghịch thuận dọc ngang, Phật cũng không thể biết. Người siêu luân tuyệt thế được thế gian khám phá ra, hiển hiện khả năng siêu quần bạt chúng. Người ấy có thể đi trên băng, chạy trên kiếm bén liền đó giống như sừng lân hay liên hoa trong lửa. Hòa Thượng Vĩnh Quang ở Chiết Trung nói: "Ngôn phong nếu sai thì cổng làng quê cách xa muôn dặm, phải là bờ cao vót buông tay, tự nhận thừa đương, sau khi chết sống lại chẳng dám khi anh, ý chỉ phi thường, người nào thường ư?" Ý Triệu Châu hỏi như thế, Đầu Tử là hàng tác gia cũng không cô phụ câu hỏi kia. Chỉ là tuyệt tình bất dấu, quả thật khó hiểu, chỉ hiện bày trước mắt đôi chút. Vì thế cổ nhân nói: "Muốn được thân thiết chớ đem hỏi đến hỏi, hỏi tại chỗ đáp, đáp tại chỗ hỏi." Nếu chẳng phải Đầu Tử, bị Triệu Châu một câu hỏi cũng khó đáp được. Chỉ vì kia là kẻ tác gia, nhắc đến liền biết chỗ rơi.

II. Tình Hoa Những Lời Phật Dạy Về Thị Phi Trong Kinh Pháp Cú:

Hành giả tu Phật phải nên luôn nhớ rằng khi bị thị phi oan uổng, người con Phật phải an nhẫn, chớ nên tìm cách biện bạch. Trong Luận Bảo Vương Tam Muội, Đức Phật dạy: "Oan ứng không cần biện bạch, vì biện bạch là nhân ngã chưa xả." Vì một khi người đã ác tâm cố ý nói xấu ta, mà ta biện minh, tức là ta muốn tỏ cho các người chung quanh biết rằng kẻ đó nói sai, dĩ nhiên sẽ sanh ra những tranh cãi, oán thù, rồi phải chuốc lấy thêm điều buồn bực, giận hờn, và cay đắng. Thói thường phạm phu chỉ thấy mình phải, còn người thì quấy; người con Phật nên luôn thấy lỗi mình, chớ không nên thấy lỗi của người. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng mọi tiếng khen chê bên ngoài không làm cho ta tốt hoặc xấu thêm, cũng không làm cho ta được siêu

hay dọa, mà mọi xấu tốt siêu dọa đều ở nơi ta. Tóm lại, nếu ta gây tạo nhân lành, thì dù người có ghét hận mà dùng lời khinh báng, hay có kẻ ác tâm nói rằng ta là người đáng dọa địa ngục, cũng không làm sao mà ta dọa địa ngục cho được; nhưng ngược lại, chúng ta cũng vẫn gặt hái những phước đức mà chúng ta đã gieo tạo. Ví bằng chúng ta gieo nhiều nhân xấu ác, thì tuy có được người nể trọng mà dùng lời lẽ trau chuốt ngợi khen, tăng bốc, thì chúng ta vẫn phải chịu điều dọa lạc.

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi khó ngửi của Thị Phi. Vì vậy mà trong kinh Pháp Cú, Phẩm I, Phẩm Phẩm Song Yếu, Đức Phật đã dạy: Hảo huyền mà tưởng là chơn thật, chơn thật lại thấy là phi chơn, cứ tư duy một cách tà vạy, người như thế không thể nào đạt đến chơn thật (Pháp Cú 11). Chơn thật nghĩ là chơn thật, phi chơn biết là phi chơn, cứ tư duy một cách đúng đắn, người như thế mới thật chứng được chơn thật (Pháp Cú 12). ***Trong Phẩm XVII, Phẩm Phẫn Nộ, Đức Phật đã dạy:*** A-Đa-La nên biết: Đây không phải chỉ là chuyện đời nay mà đời xưa người ta cũng từng nói: Làm thịnh bị người chê, nói nhiều bị người chê, nói ít cũng bị người chê. Làm người mà không bị chê, thật là chuyện khó có thể có ở thế gian này (Pháp Cú 227). Toàn bị người chê cả, hay toàn được người khen cả, là điều quá khứ chưa từng có, hiện tại tìm không ra, và vị lai cũng không dễ gì thấy được (Pháp Cú 228). Cứ mỗi buổi mai thức dậy tự biết phản tỉnh, hành động không sai quấy, trí tuệ hiển minh và giới hạnh thanh tịnh, đó là người đáng được kẻ trí tán dương (Pháp Cú 229). Phẩm đúng loại vàng Diêm phù ai lại chê bai được? Hạnh đúng Bà la môn, chư thiên nào lại không tán thưởng? (Pháp Cú 230). ***Trong Phẩm XXII, Phẩm Địa Ngục, Đức Phật đã dạy:*** Thường nói lời vọng ngữ thì sa dọa; có làm mà nói không, người tạo hai nghiệp ấy, chết cũng dọa địa ngục (Pháp Cú 306). ***Trong Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, Đức Phật đã dạy:*** Chế phục được mắt, lành thay; chế phục được tai, lành thay; chế phục được mũi, lành thay; chế phục được lưỡi, lành thay (Pháp Cú 360). Chế phục được thân, lành thay; chế phục được lời nói, lành thay; chế phục được tâm ý, lành thay; chế phục được hết thảy, lành thay. Tỳ kheo nào chế phục được hết thảy thì giải thoát hết thảy khổ (Pháp Cú 361). Gìn giữ tay chân và ngôn ngữ, gìn giữ cái đầu cao, tâm mến thích thiền định, riêng ở một mình, thanh tịnh và tự biết đầy đủ, ấy là bậc Tỳ kheo (Pháp Cú 362). Tỳ kheo nào điều nhiếp được ngôn ngữ, khôn khéo và tịch tịnh, thì khi

diễn bày pháp nghĩa, lời lẽ rất hòa ái rõ ràng (Pháp Cú 363). Trong *Phẩm XXVI, Phẩm Bà La Môn, Đức Phật đã dạy*: Chế ngăn thân, ngữ, ý không cho làm các điều ác, chế ngăn được ba chỗ đó, Ta gọi họ là Bà-la-môn (Pháp Cú 391). Chỉ nói lời chân thật hữu ích, chẳng nói lời thô ác, chẳng xúc giận đến ai, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 408).

Chương Ba Mười Tám

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Phá Phạm Giới Luật Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Việc Phá Phạm Giới Luật Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Theo Phật giáo, phá giới là vi phạm những giới điều tôn giáo. Phá giới còn có nghĩa là phá phạm giới luật mà Đức Phật đã đặt ra. Trong Kinh Phạm Võng Bồ Tát Giới 48 giới khinh điều thứ 36, Đức Phật dạy: “Thà rót nước đồng sôi vào miệng, nguyện không để miệng này phá giới khi hãy còn thọ dụng của cúng dường của đàn na tín thí. Thà dùng lưỡi sắt quán thân này, nguyện không để thân phá giới này tiếp tục thọ nhận những y phục của tín tâm đàn việt.” (người đã thọ giới lại tự mình hay do sự xúi dục mà phá giới: Theo sách Thập Luân, vị Tỳ Kheo phá giới, tuy đã chết nhưng dư lực của giới ấy vẫn còn bảo đường cho nhân thiên, ví như hương của ngưu hoàng xạ. Phật do đó mà thuyết bài kệ: “Thiệm bạc hoa tuy ny, thắng ư nhứt thiết hoa, phá giới chư Tỳ Kheo, do thắng chư ngoại đạo,” nghĩa là hoa thiệm bạc tuy héo vẫn thơm hơn các thứ hoa khác, các Tỳ Kheo tuy phá giới nhưng vẫn còn hơn hết thầy ngoại đạo). Thế nào được gọi là Phá Giới trong Đạo Phật? Trong Phật giáo, hành vi phi đạo đức là một hình thức phá giới nghiêm trọng. Hành vi phi đạo đức có thể gây tổn hại cho chính mình và cho người khác. Chúng ta chỉ có thể ngăn ngừa những hành vi này một khi chúng ta biết được hậu quả của chúng mà thôi. Có ba loại hành vi phi đạo đức: hành vi phi đạo đức nơi thân gồm ba thứ khác nhau là sát sanh, trộm cắp và tà dâm; hành vi phi đạo đức nơi khẩu, gồm những lời nói dối, nói chia rẽ, nói phỉ báng và nói lời vô nghĩa; và tư tưởng phi đạo đức bao gồm lòng tham, sự ác độc và tà kiến hay những quan điểm sai trái. Phá Trai hay phá luật trai giới của tịnh xá, hoặc ăn sái giờ, hình phạt cho sự phá giới này là địa ngục hoặc trở thành ngựa quỷ, những con ngựa quỷ cổ nhỏ như cây kim, bụng ỏng như cái trống chầu, hoặc có thể tái sanh làm súc sanh (Phật tử tại gia không bắt buộc trường chay; tuy nhiên, khi đã thọ bát quan trai giới trong một ngày một đêm thì phải trì giữ cho tròn. Nếu đã thọ mà phạm thì phải tội cũng như trên).

Chúng ta luôn tự cho mình đã học ba môn tăng thượng, nhưng chúng ta chỉ có một ý niệm mờ nhạt trong tâm thức về định và tuệ mà thôi. Riêng về giới, chúng ta có thể giữ giới bằng khả năng của chính mình với những biện pháp cụ thể. Muốn giữ giới chúng ta phải đóng các cửa dẫn đến sự phạm giới. *Thứ Nhất Là Cửa Vô Minh*: Nếu chúng ta không biết chúng ta phải giữ điều gì thì chúng ta sẽ không biết là chúng ta có phá giới hay không phá giới. Vì vậy muốn đóng cánh cửa vô minh, chúng ta cần phải biết rõ, phải học giới, học kinh. Chúng ta cũng phải học những bài kệ tóm tắt các giới luật. *Thứ Nhì Là Cửa Bất Kính*: Sự bất kính cũng là một cách dẫn đến phạm giới. Chúng ta phải kính trọng các bậc thầy cũng như các thiện hữu tri thức có hành vi phù hợp với pháp. Người Phật tử nên có thái độ rằng giới luật trong dòng tâm thức của mình thay thế cho bậc đạo sư hay Đức Phật. Vì theo Đức Phật, giới luật cũng là thầy và người thầy trước mặt mình cũng là hiện thân của giới luật mà Đức Phật đã ban hành cách nay gần 26 thế kỷ về trước. Chính thế thể mà Ngài đã khuyên chúng đệ tử: “Đừng thờ ơ với giới luật, vì giới luật cũng như một sự thay thế cho bậc thầy của các người sau khi Ta diệt độ.” *Thứ Ba Là Cửa Vọng Tưởng*: Sự phạm giới sẽ theo liền bất cứ vọng tưởng nào. Ba vọng tưởng lớn nhất là tham, sân, và si. Như vậy, muốn giữ giới, chúng ta phải đối trị những vọng tưởng trong dòng tâm thức của mình. Để đối trị vọng tưởng tham ái, hãy quán về bất tịnh của thân xác, xem nó như một túi đựng đầy đồ dơ, và nhìn nó dưới khía cạnh đầy máu, phình trương, bị đòi bọ ăn, nó sẽ thành một bộ xương, vân vân. Để đối trị vọng tưởng thù hận hãy thiền quán về từ bi. Để đối trị vọng tưởng kiêu mạn, hãy nghĩ về những nỗi khổ đau phiền não cõi ta bà như già, bệnh, chết, những bất trắc, sự liên tục lên voi xuống chó, vân vân. Để đối trị vọng tưởng si mê ám muội hãy thiền quán về duyên sanh. Tóm lại, thiền quán về tánh không là cách đối trị vọng tưởng hữu hiệu nhất. *Thứ Tư Là Cửa Buông Lung*: Để tránh buông lung, chúng ta phải có chánh niệm, không quên điều chỉnh lối hành xử vào mọi thời khắc trong ngày, trong đi, đứng, ngồi, nằm. Lúc nào chúng ta cũng phải kiểm soát thân, khẩu, ý của mình xem coi mình có bị hoen ố hay không.

II. Tình Hoa Những Lời Phật Dạy Về Phá Phạm Giới Luật Trong Kinh Pháp Cú:

Bên cạnh việc đóng các cửa dẫn đến sự phạm giới, Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi khó ngửi của việc phá phạm giới luật. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm IV, Phẩm Hoa, Đức Phật đã dạy: Mùi hương của các thứ hoa, dù là hoa chiên đàn, hoa đa già la, hay hoa mặt ly đều không thể bay ngược gió, chỉ có mùi hương đức hạnh của người chân chính, tuy ngược gió vẫn bay khắp cả muôn phương (Pháp Cú 54). Hương chiên đàn, hương đa già la, hương bạt tất kỳ, hương thanh liên, trong tất cả thứ hương, chỉ thứ hương đức hạnh là hơn cả (Pháp Cú 55). Hương chiên đàn, hương đa già la đều là thứ hương vi diệu, nhưng không sánh bằng hương người đức hạnh, xông ngát tận chư thiên (Pháp Cú 56). Người nào thành tựu các giới hạnh, hằng ngày chẳng buông lung, an trụ trong chính trí và giải thoát, thì ác ma không thể dòm ngó được (Pháp Cú 57). *Trong Phẩm VIII, Phẩm Ngàn, Đức Phật đã dạy:* Sống trăm tuổi mà phá giới và buông lung, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà trì giới, tu thiền định (Pháp Cú 110). *Trong Phẩm X, Phẩm Dao Trượng, Đức Phật đã dạy:* Chẳng phải đi chân không, chẳng phải để tóc xù (bờm), chẳng phải xoa tro đất vào mình, chẳng phải tuyệt thực, chẳng nằm trên đất, chẳng phải để thân mình nhớp nhúa, cũng chẳng phải ngồi xồm mà người ta có thể trở nên thanh tịnh, nếu không dứt trừ nghi hoặc (Pháp Cú 141). Người nào nghiêm giữ thân tâm, chế ngự khắc phục ráo riết, thường tu phạm hạnh, không dùng đao gậy gia hại sanh linh, thì chính người ấy là một Thánh Bà la môn, là Sa môn, là Tỳ khưu vậy (Pháp Cú 142). Các người hãy nỗ lực sám hối như ngựa đã hay còn thêm roi, hãy ghi nhớ lấy chánh tín, tịnh giới, tinh tiến, tam-ma-địa (thiền định) trí phân biệt Chánh pháp, và minh hành túc để tiêu diệt vô lượng thống khổ (Pháp Cú 144). *Trong Phẩm XII, Phẩm Tự Kỷ, Đức Phật đã dạy:* Sự phá giới làm hại mình như dây mang-la bao quanh cây Ta-la làm cho cây này khô héo. Người phá giới chỉ là người làm điều mà kẻ thù muốn làm cho mình (Pháp Cú 162). *Trong Phẩm XXII, Phẩm Địa Ngục, Đức Phật đã dạy:* Phá giới chẳng tu hành, thà nuốt hừng sắt nóng hừng hực lửa đốt thân còn hơn thọ lãnh của tín thí (Pháp Cú 308). Buông lung theo tà dục, sẽ chịu bốn việc bất an: mắc tội vô phước, ngủ không yên, bị chê là vô luân, dọa địa ngục (Pháp Cú 309). Vô phước dọa ác thú bị khủng bố, ít vui, quốc vương kết trọng

tội: đó là kết quả của tà dâm. Vậy chớ nên phạm đến (Pháp Cú 310). Cũng như vụng nắm cổ cô-sa (cổ thơm) thì bị đứt tay, làm sa-môn mà theo tà hạnh thì bị đọa địa ngục (Pháp Cú 311). Những người giải đãi, nhiễm ô và hoài nghi việc tu phạm hạnh, sẽ không làm sao chứng thành quả lớn (Pháp Cú 312). Việc đáng làm hãy làm cho hết sức! Phóng đãng và rong chơi chỉ tăng thêm trần dục mà thôi (Pháp Cú 313). Không tạo ác nghiệp là hơn, vì làm ác nhứt định thọ khổ; làm các thiện nghiệp là hơn, vì làm lành nhứt định thọ vui (Pháp Cú 314). Như thành quách được phòng hộ thế nào, tự thân các người cũng phải nên phòng hộ như thế. Một giây lát cũng chớ buông lung. Hễ một giây lát buông lung là một giây lát sa đọa địa ngục (Pháp Cú 315). *Trong Phẩm XXIII, Phẩm Voi, Đức Phật đã dạy:* Già vẫn sống đức hạnh là vui, thành tựu chánh tín là vui, đầy đủ trí tuệ là vui, không làm điều ác là vui (Pháp Cú 333). *Trong Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, Đức Phật đã dạy:* Nếu là bậc Tỳ kheo sáng suốt, dù ở trong đời, trước tiên vẫn lo nhiếp hộ các căn và biết đủ, hộ trì giới luật (Pháp Cú 375).

Chương Ba Mười Chín

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Tam Độc Tham Sân Si Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Tam Độc Tham Sân Si Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Tam độc còn được gọi là Tam Cấu hay Tam Chướng, là ba thứ độc hại hay ba món phiền não lớn. Đây là những thứ ác căn bản gắn liền trong đời sống khởi sanh đau khổ. Phiền não có rất nhiều, nói rộng thì đến 84 ngàn, nói hẹp thì có 10 loại phiền não gốc, trong đó có tam độc tham sân si. Tam Độc Tham, Sân, Si chẳng những gây phiền chuốc nỗi cho ta, mà còn ngăn chặn không cho chúng ta hưởng được hương vị thanh lương giải thoát. ***Cái Độc Thứ Nhất Là Tham Dục:*** Tham dục là tham muốn và yêu thích của cái trần thế. Hầu hết người đời thường định nghĩa hạnh phúc trần tục như là sự thỏa mãn của mọi tham dục. Tham dục trần thế là vô hạn, nhưng chúng ta lại không có khả năng nhận ra chúng và tham dục không được thỏa mãn thường gây ra khổ đau phiền não cho mình và cho người. Khi chúng ta chỉ phần nào thỏa mãn tham dục, chúng ta luôn có khuynh hướng tiếp tục theo đuổi chúng cho đến khi được thỏa mãn, chính vì vậy mà chúng ta càng gây nên khổ đau cho mình và cho người. Ngay cả khi đã thỏa mãn tham dục, chúng ta cũng khổ đau. Trong Tam Độc, tham đứng đầu. Chính vì thế Đức Phật dạy: “Tham dục chính là nguồn gốc của khổ đau. Mọi vật rồi sẽ thay đổi, vì thế không nên luyến ái hay vướng víu vào một thứ gì. Nên nhiếp tâm thanh tịnh tìm chân lý và đạt đến hạnh phúc vĩnh hằng.” Biết tri túc thiểu dục là biết sẽ giúp chúng ta diệt trừ tham dục. Điều này có nghĩa là biết thỏa mãn với những điều kiện vật chất khả dĩ giúp cho chúng ta có đầy đủ sức khỏe để tu tập. Đây là phương cách hữu hiệu nhất để cắt đứt lưới tham dục, an ổn thân tâm và có nhiều thì giờ giúp đỡ tha nhân. Thật vậy, một khi người tu Phật chúng ta từ bỏ được tham dục cũng đồng nghĩa với việc chúng ta đẩy được qua một bên những chướng ngại lớn trên bước đường tu tập của chính mình. Để kết luận cho chương sách này, trên bước đường tu tập hành giả nên luôn nhớ lời Phật dạy trong Kinh Tứ Thập Nhị Chương dạy: “Một kẻ

với trạng thái tâm đầy tham dục dù sống trên trời cũng không thấy đủ; một người đã lìa tham dục dù phải ở dưới đất vẫn thấy hạnh phúc.” **Cái Độc Thứ Nhì Là Sân Hận:** Sân hận là tâm từ chối các đối tượng không vừa lòng; chẳng hạn, trong lúc hành thiền, tâm khó chịu khi cơ thể bị đau nhức. Sân hận là một trong ba phiền não chính khiến tâm chúng sinh mê mờ. Hai phiền não kia là tham lam và si mê. Sân hận là sự đáp lại cảm xúc đối với việc gì không thích đáng hay không công bằng. Nếu không đạt được cái mình ham muốn cũng có thể đưa đến sân hận. Sân hận liên hệ tới việc tự bảo vệ mình. Tuy nhiên, theo giáo thuyết nhà Phật thì sân hận tự biểu lộ trong nó một tư cách thô lỗ, phá mất hành giả một cách hữu hiệu nhất. Đức Phật tuyên bố rất rõ ràng rằng một tâm đầy những sân hận và thù địch không thể hiểu một cách tốt đẹp, không thể nói một cách tốt đẹp. Một người ôm ấp nuôi dưỡng sự bất mãn và uất hận sẽ không làm dịu bớt hận thù của mình. Chỉ với tâm bất hại và lòng từ mẫn đối với chúng sanh mọi loài mới có thể chấm dứt được hận thù. Chính vì thế mà trong kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy để chế ngự sân hận, chúng ta phải phát triển lòng từ bi bằng cách thiền quán vào lòng từ bi. Theo Phật giáo, căn bản của sự sân giận thường thường là do sự sợ hãi mà ra. Vì khi chúng ta nổi giận lên thường chúng ta không còn sợ hãi điều gì nữa, tuy nhiên, đây chỉ là một loại năng lượng mù quáng. Năng lượng của sự giận dữ có tính cách tàn phá và không xây dựng được chuyện gì hết. Thật vậy, giận dữ thái quá có thể dẫn đến việc tự mình kết liễu đời mình. Vì vậy Đức Phật dạy: “Khi mình giận ai, hãy lui lại và ráng mà nghĩ đến một vài điều tốt của người ấy. Làm được như vậy, cơn giận tự nó sẽ nguôi đi.” Sự sân hận đốt cháy trong lòng chúng sanh, gây nên biết bao cảnh trái ý và thù nghịch cho người khác. Người sân hận nói năng thô bỉ không có chút từ bi, tạo nên không biết bao nhiêu là khổ não. Trong Tam Độc, mỗi thứ có một ác tính độc đáo khác nhau; tuy nhiên, sân hận có một tướng trạng vô cùng thô bạo, nó là kẻ thù phá hoại đường tu cũng như công hạnh của người tu Phật mạnh mẽ nhất. Lý do là khi một niệm sân hận đã sanh khởi trong tâm thì liền theo đó có muôn ngàn thứ chướng ngại khác lập tức hiện ra, ngăn trở con đường tu đạo, công hạnh cũng như sự tiến tu của người học đạo. Chính vì thế mà cổ đức có dạy rằng: “Nhứt niệm sân tâm khởi, bá vạn chướng môn khai.” (có nghĩa là khi một niệm oán thù vừa chớm khởi, thì có ngàn muôn cửa chướng khai mở). Thí dụ như đang lúc ngồi thiền, bỗng chợt nhớ đến

người kia bạc ác, xấu xa, gây cho ta nhiều điều cay đắng xưa nay. Do nghĩ nhớ như thế nên tâm ta chẳng những không yên, mà còn sanh ra các sự buồn giận, bức rức. Thân tuy ngồi yên đó mà lòng đầy phiền não sân hận. Thậm chí có người không thể tiếp tục tọa thiền được nữa, cũng như không thể tiếp tục làm những gì họ đang làm vì tâm họ bị tràn ngập bởi phiền não. Lại có người bức tức đến quên ăn bỏ ngủ, nhiều khi muốn làm gì cho kẻ kia phải chết liền tức khắc mới hả dạ. Qua đó mới biết cái tâm sân hận nó luôn dày xéo tâm can và phá hoại con đường tu tập của người tu như thế nào. Chính vì thấy như thế mà Đức Phật đã dạy cách đối trị sân hận trong Kinh Pháp Hoa như sau: “Lấy đại từ bi làm nhà, lấy nhẫn nhục làm áo giáp, lấy tất cả pháp không làm tòa ngồi.” Chúng ta phải nên nghĩ rằng khi ta khởi tâm giận hờn phiền não là trước tiên tự ta làm khổ ta. Chính ngọn lửa sân hận ấy bên trong thì thiêu đốt nội tâm, còn bên ngoài thì nó khiến thân ta ngồi đứng chẳng yên, than dài, thở vắn. Như thế ấy, chẳng những chúng ta không cải hóa được kẻ thù, mà còn không đem lại chút nào an vui lợi lạc cho chính mình. Sân hận là nguyên nhân chính của khổ đau và địa ngục. Sân hận là căn bản phiền não “Sân Khuể” hay sự nóng nảy. Sân Hận xảy ra khi chúng ta đè nén sự cảm xúc giận vào sâu bên trong. Sân hận là một trong tam độc, hay một trong ba ngọn lửa đang đốt cháy tâm. Sân hận là nhiên liệu đốt cháy cả rừng công đức của kẻ tu hành. **Cái Độc Thứ Ba Là Si Mê:** Trong Phật giáo, si mê là vô minh, là không biết hay mù quáng hay sự cuồng si của tâm thức, không có khả năng phân biệt về tính thường hằng và tính không thường hằng. Vô minh là sự ngu dốt về Tứ Diệu Đế, Tam bảo, Luật Nhân quả, v.v. Vô minh là giai đoạn đầu tiên của Thập nhị nhân duyên dẫn đến mọi rắc rối trên đời và là gốc rễ của mọi độc hại trên đời. Đây là yếu tố chính làm vướng víu chúng sanh trong vòng luân hồi sanh tử. Theo nghĩa của Phật giáo, Avidya chỉ việc thiếu hiểu biết về tứ diệu đế, nghiệp báo, nhân duyên, và những giáo thuyết chủ yếu trong Phật giáo. Theo trường phái Trung Quán, “vô minh” chỉ trạng thái của một tinh thần bị những thiên kiến và những định kiến thống trị khiến cho mọi người tự mình dựng lên một thế giới lý tưởng lẫn lộn hình thức và tính đa dạng với hiện thực thường ngày, hạn chế cách nhìn đối với hiện thực. Vô minh là sự không am hiểu bản tính thật của thế giới là hư không và hiểu sai thực chất của các hiện tượng. Như vậy vô minh có hai chức năng: một là che dấu bản chất thật, và hai là dựng lên một

hiện thực hư ảo. “Vô minh” được coi như là hiện thực ước lệ. Theo các phái Kinh Lượng Bộ và Tỳ Bà Sa Luận Bộ, “vô minh” là một cách nhìn thống nhất và thường hằng đối với thế giới, trong khi thật ra thế giới là đa dạng và không thường hằng. “Vô minh” là lẫn lộn bản chất của thế giới với những vẻ bên ngoài. Theo quan điểm của trường phái Du Già, “vô minh” coi đối tượng như một đơn vị độc lập với ý thức, nhưng trong hiện thực, nó giống như ý thức. Vô minh là không giác ngộ, là mắc xích thứ nhất hay mắt xích cuối cùng trong Thập Nhị Nhân Duyên. Vô minh là cái tâm ám độn, không chiếu rọi được rõ ràng sự lý của các pháp. Vô minh không biết gì đến con đường thoát khổ là một trong ba lậu hoặc nuôi dưỡng dòng sanh tử luân hồi. Vô minh là nguyên nhân chính của sự không giác ngộ của chúng ta. Vô minh chỉ là giả tướng nên nó chịu ảnh hưởng của sanh, diệt, tăng, giảm, uế, tịnh, vân vân. Có khi Vô minh có nghĩa là ảo tưởng. Nghĩa là bóng tối hoàn toàn không có ánh chiếu sáng. Vô minh là lầm cái dường như với cái thật là, hay hiện tượng ảo tưởng mà cho là thực tại. Vô minh chính là nguyên nhân của, sanh, lão, lo âu, sầu muộn, khổ sở, bệnh hoạn, và chết chóc. Vô minh là một trong ba ngọn lửa cần phải dập tắt trước khi bước chân vào Niết bàn. Đây là trạng thái sai lầm của tâm làm khởi dậy sự tin tưởng về bản ngã. Cũng chính vì si mê mà người ta không thấy được cái nhìn như thị, không thể phân biệt đúng sai. Ngu si làm cho người ta mù quáng về chấp ngã, chấp pháp là những thứ vô thường, luôn thay đổi và hoại diệt.

II. Tình Hoa Những Lời Phật Dạy Về Tam Độc Tham Sân Si Trong Kinh Pháp Cú:

Tình Hoa Những Lời Phật Dạy Về Tham Trong Kinh Pháp Cú:

Tham dục là tham muốn của cái trần thế. Hầu hết người đời thường định nghĩa hạnh phúc trần tục như là sự thỏa mãn của mọi tham dục: Desire for and love of the things of this life. Tham dục trần thế là vô hạn, nhưng chúng ta lại không có khả năng nhận ra chúng và tham dục không được thỏa mãn thường gây ra khổ đau phiền não cho mình và cho người. Khi chúng ta chỉ phần nào thỏa mãn tham dục, chúng ta luôn có khuynh hướng tiếp tục theo đuổi chúng cho đến khi được thỏa mãn, chính vì vậy mà chúng ta càng gây nên khổ đau cho mình và cho người. Ngay cả khi đã thỏa mãn tham dục, chúng ta cũng khổ đau. Chúng ta chỉ nghiệm được chân hạnh phúc và an nhin tự tại khi chúng

ta có ít tham dục. Đây cũng là một trong những bước lớn đến bến bờ giải thoát của chúng ta. Đức Phật dạy: “Tham dục chính là nguồn gốc của khổ đau. Mọi vật rồi sẽ thay đổi, vì thế không nên luyến ái hay vướng víu vào một thứ gì. Nên nhiếp tâm thanh tịnh tìm chân lý và đạt đến hạnh phúc vĩnh hằng.” Biết tri túc thiểu dục là biết sẽ giúp chúng ta diệt trừ tham dục. Điều này có nghĩa là biết thỏa mãn với những điều kiện vật chất khả dĩ giúp cho chúng ta có đầy đủ sức khỏe để tu tập. Đây là phương cách hữu hiệu nhất để cắt đứt lưới tham dục, an ổn thân tâm và có nhiều thì giờ giúp đỡ tha nhân. Trong Kinh Trung Bộ, Đức Phật dạy: “Này các Tỷ kheo, do dục làm nhân, do dục làm duyên, do dục làm nguyên nhân, do chính dục làm nhân, vua tranh đoạt với vua, Sát Đế Lợi tranh đoạt với Sát Đế Lợi, Bà La Môn tranh đoạt với Bà La Môn, gia chủ tranh đoạt với gia chủ; mẹ tranh đoạt với con, con tranh đoạt với mẹ; cha tranh đoạt với con, con tranh đoạt với cha; anh em tranh đoạt với anh em; anh tranh đoạt với chị, chị tranh đoạt với anh; bạn bè tranh đoạt với bạn bè. Khi họ đã dấn thân vào tranh chấp, tranh luận, tranh đoạt thì họ tấn công nhau bằng tay, tấn công nhau bằng gạch, tấn công nhau bằng gậy, tấn công nhau bằng đao kiếm. Rồi thì đi đến tử vong hay chịu đựng khổ đau gần như tử vong. Này các Tỷ kheo, do dục làm nhân, do dục làm duyên, do dục làm nguyên nhân, do chính dục làm nhân, họ cầm mâu và thuẫn, họ đeo cung và tên, họ dàn trận hai mặt và tên được nhắm bắn nhau, đao được quăng ném nhau, kiếm được vung chém nhau. Họ bắn và đâm nhau bằng tên, họ quăng và đâm nhau bằng đao, họ chặt đầu nhau bằng kiếm. Rồi thì đi đến tử vong hay chịu đựng khổ đau gần như tử vong.” Chúng ta đang sống trong một thế giới vật chất, nơi mà hằng ngày chúng ta phải tiếp xúc với đủ thứ ngoại vật như hình ảnh, âm thanh, mùi vị, cảm giác, tư tưởng và ý kiến, vân vân. Từ sự tiếp xúc này mà ham muốn khởi lên. Người Phật tử nên luôn nhớ rằng lòng ham muốn không những làm mờ mịt đi sự sáng suốt của mình mà nó còn là nhân chính của sự luyến ái gây ra khổ đau phiền não và xô đẩy chúng ta tiếp tục lăn trôi trong luân hồi sinh tử. Ái dục là một trong mười hai mắc xích của Thập Nhị Nhân Duyên. Nó khởi nguồn từ sự mê mờ gây ra bởi luyến chấp vào lục nhập.

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi xú uế khó ngửi của cái Độc Tham Lam. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm I, Phẩm Phẩm Song Yếu,

Đức Phật đã dạy: Nhà lợp không kín ắt bị mưa dột thế nào, kẻ tâm không tu tất bị tham dục lọt vào cũng thế (Pháp Cú 13). Nhà khéo lợp kín ắt không bị mưa dột, kẻ tâm khéo tu tất không bị tham dục lọt vào (Pháp Cú 14). *Trong Phẩm XIV, Phẩm Phật Đà, Đức Phật đã dạy:* Giả sử mưa xuống bạc vàng cũng chẳng thỏa mãn được lòng tham dục. Người trí đã biết rõ sự dâm dật vui ít khổ nhiều (Pháp Cú 186). *Trong Phẩm XV, Phẩm Lạc, Đức Phật đã dạy:* Sung sướng thay chúng ta sống không tham dục giữa những người tham dục; giữa những người tham dục, chúng ta sống không tham dục (Pháp Cú 199). *Trong Phẩm XIX, Phẩm Pháp Trụ, Về Tham Ngài Dạy:* Những người hư ngụy, tật đố và xan tham, tuy có biện tài lưu loát, tướng mạo đoan trang cũng chẳng phải là người lương thiện (Pháp Cú 262). Người vọng ngữ về pháp giới, dù cạo tóc chưa phải là sa-môn; hướng còn chất đầy tham dục, làm sao thành được bậc sa-môn? (Pháp Cú 264). *Trong Phẩm XXI, Phẩm Tap, Đức Phật đã dạy:* Xuất gia dứt hết ái dục là khó, tại gia theo đường sinh hoạt là khó, không phải bạn mà chung ở là khó, qua lại trong vòng luân hồi là khó. Vậy các người hãy giác ngộ để dừng qua lại trong vòng thống khổ ấy (Pháp Cú 302). *Trong Phẩm XXIII, Phẩm Voi, Đức Phật đã dạy:* Như heo kia ưa ngủ, lại tham ăn, kẻ phàm ngu vì tham ăn ưa ngủ, nên phải bị tiếp tục sanh mãi trong vòng luân hồi (Pháp Cú 325). *Trong Phẩm XXIV, Phẩm Ái Dục, Đức Phật đã dạy:* Nếu ở thế gian này mà bị ái dục buộc ràng, thì những điều sầu khổ càng tăng mãi như loài cỏ tỳ-la gặp mưa (Pháp Cú 335). Nếu ở thế gian này, mà hàng phục được những ái dục khó hàng phục, thì sầu khổ tự nhiên rụng tàn như nước ngọt lá sen (Pháp Cú 336). Đây là sự lạnh mà Ta bảo với các người: “Các người hãy dồn sức vào để nhổ sạch gốc ái dục, như người muốn trừ sạch giống cỏ tỳ-la phải nhổ hết gốc nó. Các người chớ lại để bị ma làm hại như loài cỏ lau gặp cơn hồng thủy!” (Pháp Cú 337). Đốn cây mà chưa đào hết gốc rễ thì tước vẫn ra hoài, đoạn trừ ái dục mà chưa sạch căn gốc thì khổ não vẫn nảy sinh trở lại mãi (Pháp Cú 338). Những người có đủ 36 dòng ái dục, họ mạnh mẽ dong ruổi theo dục cảnh chẳng chút ngại ngùng, bởi vậy người đã có tâm tà kiến, hằng bị những tư tưởng ái dục làm trôi dạt hoài (Pháp Cú 339). Lòng ái dục tuôn chảy khắp nơi như giống cỏ man-la mọc tràn lan mặt đất. Người hãy xen giống cỏ đó để dùng tuệ kiếm đoạn hết căn gốc ái dục đi (Pháp Cú 340). Người đời thường vui thích theo ái dục, ưa dong ruổi lục trần, tuy họ có hưởng cầu an lạc mà vẫn bị quanh quẩn trong chốn

trầm luân (Pháp Cú 341). Những người trì trệ theo ái dục khác nào thả bị sa lưới. Càng buộc ràng với phiền não, càng chịu khổ lâu dài (Pháp Cú 342). Những người trì trệ theo ái dục, khác nào thả bị sa lưới. Hàng Tỷ kheo vì cầu vô dục nên phải trước tự gắng lìa dục (Pháp Cú 343). Người đã lìa dục xuất gia, lại tìm vui ở chốn sơn lâm, khác nào trở lại nhà; người hãy xem hạng người đó, kẻ đã được mở ra rồi lại tự trói vào! (Pháp Cú 344). Đối với người trí, sự trói buộc bằng dây gai, bằng cây, bằng sắt chưa phải kiên cố, chỉ có lòng luyến ái vợ con tài sản mới thật sự là sự trói buộc chắc bền (Pháp Cú 345). Những kẻ dắt người vào sa đọa, là như sự trói buộc chắc bền, nó hình như khoan dung hòa hoãn mà thật khó lòng thoát ra. Hãy đoạn trừ đừng dính mắc, xa lìa ái dục mà xuất gia (Pháp Cú 346). Những người say đắm theo ái dục, tự lao mình trong lưới buộc như nhện giăng tơ. Ai dứt được sự ràng buộc không còn dính mắc nữa, thì sẽ xa mọi thống khổ để ngao du tự tại (Pháp Cú 347). Bước tới chỗ cứu cánh thì không còn sợ hãi; xa lìa ái dục thì không còn nhiễm ô: nhỏ lấy mũi tên sanh hữu thì chỉ còn một thân này là cuối cùng, không bị tiếp tục sanh nữa (Pháp Cú 351). Xa lìa ái dục không nhiễm trước, thông đạt từ vô ngại, thấu suốt nghĩa vô ngại, và thứ lớp của tự cú, đó thật là bậc đại trí đại trượng phu, chỉ còn một thân này là cuối cùng, không bị tiếp tục sinh nữa (Pháp Cú 352). *Trong Phẩm XXVI, Phẩm Bà La Môn, Đức Phật đã dạy:* Dừng cảm đoạn trừ dòng ái dục, các người mới là Bà-la-môn! Nếu thấu rõ các uẩn diệt tận, các người liền thấy được vô tác hay Niết bàn (Pháp Cú 383). Đối với đời này cũng như đời khác đều không mong lòng dục vọng, vô dục nên giải thoát, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 410). Người không còn tham dục và nghi hoặc thì được giác ngộ chứng bậc vô sanh, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 411).

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Sân Hận Trong Kinh Pháp

Cú: Người tu phải luôn chế ngự sân hận và phát triển lòng từ bi trong tâm. Theo tâm lý học Phật giáo, yếu tố tâm thức về sân hận luôn nối kết với kinh nghiệm khổ đau. Người ta có thể tham và lạc cùng một lúc, nhưng không thể nào vừa sân hận mà lại vừa vui vẻ cùng một lúc được. Bất kỳ ai vun xới oán ghét, sân hận, giận dữ, tính ác nuôi dưỡng sự trả thù hay bảo tồn lòng căm giận đều bị trói buộc vào kinh nghiệm khổ đau như thế, vì người ấy đã chấp chặt vào một nguồn cội rất mạnh của khổ đau. Những ai gieo hận thù cho người khác như giết chóc hay hành hạ hay cắt xéo thân thể, có thể sẽ tái sanh vào những cảnh giới

nơi mà họ phải cảm thọ những kinh nghiệm cực kỳ đau đớn, nhức nhối, khắc nghiệt. Chỉ trong những hoàn cảnh như thế họ mới có thể kinh nghiệm những nỗi khổn khổ mà do sự bất thiện của chính họ, họ đã tự đem đến cho chính họ. Đức Phật dạy: “Giặc cướp công đức, không gì hơn sân hận. Vì khi tâm sân hận nổi lên thì chúng sanh lập tức tạo nghiệp, và do đó mà muôn ngàn chương ngại lập tức hiện ra, ngăn che Thánh đạo, lấp mờ Phật tánh. Cho nên nói ‘Nhứt niệm sân tâm khởi, bá vạn chương môn khai,’ nghĩa là chỉ vì một niệm giận tức mà phải lãnh chịu bao nhiêu chương nạn.”

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi khó ngửi của cái Độc Sân Hận. Vì vậy mà về Sân Hận, trong Kinh Pháp Cú, Phẩm I, Phẩm Phẩm Song Yếu, Đức Phật đã dạy: Người kia lăng mạ tôi, đánh đập tôi, phá hại tôi, và cướp đoạt của tôi.” Ai còn ôm ấp tâm niệm ấy, thì sự oán hận không thể nào dứt hết (Pháp Cú 3). “Người kia lăng mạ tôi, đánh đập tôi, phá hại tôi, và cướp đoạt của tôi.” Ai bỏ được tâm niệm ấy, thì sự oán giận tự nhiên san bằng (Pháp Cú 4). Ở thế gian này, chẳng phải hận thù trừ được hận thù, chỉ có từ bi mới trừ được hận thù. Đó là định luật của ngàn xưa (Pháp Cú 5). *Trong Phẩm XVII, Phẩm Phẫn Nộ, Đức Phật đã dạy:* Xả bỏ lòng giận dữ, trừ diệt tánh kiêu căng, giải thoát mọi ràng buộc, không chấp trước danh sắc; người không có một vật chi ấy, sự khổ chẳng còn theo dõi được (Pháp Cú 221). Người nào ngăn được cơn giận dữ nổi lên như dừng được chiếc xe đang chạy mạnh, mới là kẻ chế ngự giỏi, ngoài ra chỉ là kẻ cầm cương hờ mà thôi (Pháp Cú 222). Lấy từ bi thắng nóng giận, lấy hiền lành thắng hung dữ, lấy bố thí thắng xan tham, lấy chơn thật thắng ngoa ngụy (Pháp Cú 223). Nói chơn thật, không giận hờn, đích thân bố thí cho người đến xin. Đó là ba việc lành đưa người đến cõi chư Thiên. (Pháp Cú 224). Gìn giữ thân đừng nóng giận, điều phục thân hành động, xa lìa thân làm ác, dùng thân tu hạnh lành (Pháp Cú 231). Gìn giữ lời nói đừng nóng giận, điều phục lời nói chánh chơn, xa lìa lời nói thô ác, dùng lời nói tu hành (Pháp Cú 232). Gìn giữ ý đừng nóng giận, điều phục ý tinh thuần, xa lìa ý hung ác, dùng ý để tu chân (Pháp Cú 233). *Trong Phẩm XVIII, Phẩm Cấu Uế, Đức Phật đã dạy:* Nếu thấy lỗi người thì tâm ta dễ sinh nóng giận mà phiền não tăng thêm, nếu bỏ đi thì phiền não cũng xa lánh (Pháp Cú 253). *Trong Phẩm XIX, Phẩm Pháp Trụ, Đức Phật đã dạy:* Chỉ nhờ trừ diệt tận gốc lòng sân hận, mới là người lương thiện

(Pháp Cú 263). Trong Phẩm XXVI, Phẩm Bà La Môn, Đức Phật đã dạy: Nhẫn nhục khi bị đánh mắng, không sanh lòng sân hận; người có đội quân nhẫn nhục hùng cường, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 399). Đầy đủ các đức hạnh không nóng giận, trì giới thanh tịnh không dục nhiễm, thì chỉ ngang thân này là cuối cùng, không bị tiếp tục sanh nữa, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 400).

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Si Mê Trong Kinh Pháp Cú:

Trong Phật giáo, vô minh là nhìn mọi sự mọi vật không đúng như thật. Không hiểu sự thật về cuộc đời. Chừng nào mà chúng ta không phát triển tâm mình để đạt được trí tuệ chừng đó chúng ta vẫn vô minh về bản chất đúng của sự vật. Theo Phật giáo, vô minh có nghĩa là coi cái ngã hay cái ta là thật. Vì si mê mà người ta không thấy được cái nhìn như thị, không thể phân biệt đúng sai. Ngu si làm cho người ta mù quáng về chấp ngã, chấp pháp là những thứ vô thường, luôn thay đổi và hoại diệt. Khi giận dữ đã khởi lên thì con người sẽ không còn gì ngoài “si mê.” Để triệt tiêu si mê bạn nên thiền quán “nhân duyên.” Tất cả những vấn đề khó khăn của chúng ta đều bắt nguồn từ vô minh và mê hoặc. Vô minh là bợn nhơ đứng hàng đầu. Tham lam, sân hận, ngã mạn và rất nhiều bợn nhơ khác cùng phát sanh chung với vô minh. Giải pháp phải nằm trong những vấn đề ấy, và do đó, chúng ta không nên tách rời, chạy đi tìm ở đâu ngoài vấn đề. Phân tách và nghiên cứu cho tận tường chúng ta sẽ thấy rằng tất cả những vấn đề ấy đều là những vấn đề của kiếp nhân sinh, của con người, vậy thì chúng ta không nên đổ trách nhiệm cho ai khác hơn là con người. Những vấn đề thật sự chủ chúng ta phải được và chỉ được giải quyết bằng cách dứt bỏ những ảo kiến và những khái niệm sai lầm, và thu xếp nếp sống của chúng ta vào khuôn khổ điều hòa đồng nhịp với thực tại. Và điều này chỉ có thể thực hiện được qua thiền hành mà thôi. Vô minh còn là những tư tưởng và tác ý nào ngăn trở không cho chúng ta giải thoát. Nếu chúng ta muốn giải thoát khỏi những phiền trước này, trước tiên chúng ta phải thấy được mặt mũi của chúng qua Thiền định. Tương tự như những lời Phật dạy trong kinh điển mỗi khi gặp ma vương, Ngài liền bảo: “Ma Vương! Ta đã thấy mặt mũi của ngươi rồi”. Người tu tập thiền quán nên nhớ rằng mục tiêu của sự tu tập thiền quán theo đúng phương pháp là để loại trừ vô minh, khai mở chân tâm và duy trì chánh niệm. Qua thiền tập, chúng ta chú trọng vào sự việc với một ý thức không xao lãng. Chúng ta cũng không suy nghĩ về việc gì, không phân

tách, cũng không trôi lạc theo chư pháp, mà lúc nào cũng nhìn thấy được tự tánh của bất cứ việc gì đang xảy ra trong tâm mình. Nhờ đó mà tâm của chúng ta dần dần được soi sáng, có nghĩa là vô minh bị loại dần ra khỏi tâm ý của người tu tập thiền quán. Nếu bạn nghĩ rằng tâm của bạn có thể được khai mở bởi một vị thầy nào đó ngoài kia, tức là bạn chẳng bao giờ tu tập theo giáo lý nhà Phật cả. Nếu bạn nghĩ ai đó có thể phá vỡ vô minh cho bạn, bạn cũng chẳng phải là người Phật tử thuần thành.

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi khó ngửi của cái Độc Si Mê. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm II, Phẩm Không Buông Lung, về Si Mê Ngài Dạy: Người ám độn ngu si đắm chìm trong vòng buông lung, nhưng kẻ trí lại chăm giữ tâm mình không cho buông lung như anh nhà giàu chăm lo giữ cửa (Pháp Cú 26). *Trong Phẩm V, Phẩm Ngu, Đức Phật đã dạy:* Đêm rất dài với những kẻ mất ngủ, đường rất xa với kẻ lữ hành mỗi mệ. Cũng thế, vòng luân hồi sẽ tiếp nối vô tận với kẻ ngu si không minh đạt chánh pháp (Pháp Cú 60). Không được kết bạn với kẻ hơn mình, không được kết bạn với kẻ ngang mình, thà quyết chí ở một mình tốt hơn kết bạn với người ngu muội (Pháp Cú 61). Khi ác nghiệp chưa thành thực, người ngu tưởng như đường mật, nhưng khi ác nghiệp đã thành thực, họ nhứt định phải chịu khổ đắng cay (Pháp Cú 69). Từ tháng này qua tháng khác, với món ăn bằng đầu ngọn cỏ Cô-sa (cỏ thơm), người ngu có thể lấy để nuôi sống, nhưng việc làm ấy không có giá trị bằng một phần mười sáu của người tư duy Chánh pháp (Pháp Cú 70). Kẻ ngu xuẩn thường hay muốn danh tiếng mà mình không xứng: chỗ ngồi cao trong Tăng chúng, oai quyền trong Tăng lữ, danh vọng giữa các gia tộc khác (Pháp Cú 73). *Trong Phẩm XII, Phẩm Tự Kỷ, Đức Phật đã dạy:* Những người ác tuệ ngu si, vì tâm tà kiến mà vu miệt giáo pháp A-la-hán, vu miệt người lành Chánh đạo và giáo pháp đức Như Lai để tự mang lấy bại hoại, như giống cỏ cách-tha hễ sinh hoa quả xong liền tiêu diệt (Pháp Cú 164). *Trong Phẩm XV, Phẩm Lạc, Đức Phật đã dạy:* Gặp được bậc Thánh nhân là rất quý, vì sẽ chung hưởng sự vui lành. Bởi không gặp kẻ ngu si nên người kia thường hoan hỷ (Pháp Cú 206). Đi chung với người ngu, chẳng lúc nào không lo buồn. Ở chung với kẻ ngu khác nào ở chung với quân địch. Ở chung với người trí khác nào hội ngộ với người thân (Pháp Cú 207). *Trong Phẩm XVIII, Phẩm Cấu Uế, Đức Phật đã dạy:* Trong hết thảy

nhờ cầu đó, vô minh cầu là hơn cả. Các người có trừ hết vô minh mới trở thành hàng Tỳ kheo thanh tịnh (Pháp Cú 243).

Tình Hoa Những Lời Phật Dạy Về Tam Độc Tham Sân Si Trong Kinh Pháp Cú: Nghiệp tham sân si biểu hiện dưới nhiều hình thức, không thể tả xiết! Theo Hòa Thượng Thích Thiển Tâm trong Niệm Phật Thập Yếu, có bốn cách đối trị tham sân si, đổ kỵ và những hành động xấu ác khác. Tùy theo trường hợp, hành giả có thể dùng một trong bốn cách này để đối trị những hành động xấu ác này. *Cách thứ nhất là “Dùng Tâm Đối trị”:* Người mê với bậc giác ngộ chỉ có hai điểm sai biệt: tịnh là chư Phật, nhiễm là chúng sanh. Chư Phật do thuận theo tịnh tâm nên giác ngộ, đủ thần thông trí huệ; chúng sanh bởi tùy nơi trần nhiễm nên mê hoặc, bị luân hồi sanh tử. Tu Tịnh Độ là đi sâu vào Niệm Phật Tam Muội để giác ngộ bản tâm, chứng lên quả vị Phật. Vậy trong niệm Phật, nếu thấy bất cứ một vọng niệm vọng động nào khác nổi lên, liền phải trừ ngay và trở về tịnh tâm. Đây là cách dùng tâm để đối trị. *Cách thứ nhì là “Dùng Lý Đối Trị”:* Nếu khi vọng niệm khởi lên, dùng tâm ngăn trừ không nổi, phải chuyển sang giai đoạn hai là dùng đến quán lý. Chẳng hạn như khi tâm tham nhiễm nổi lên, quán lý bất tịnh, khổ, vô thường, vô ngã. Tâm giận hờn phát khởi, quán lý từ, bi, hỷ, xả, nhẫn nhục, nhu hòa, các pháp đều không. *Cách thứ ba là “Dùng Sự Đối Trị”:* Những kẻ nặng nghiệp, dùng lý đối trị không kham, tất phải dùng sự, nghĩa là dùng đến hình thức. Thí dụ, người tánh dễ sân si, biết rõ nghiệp mình, khi phát nóng bực hay sắp muốn tranh cãi, họ liền bỏ đi và uống từ một ly nước lạnh để dần cơn giận xuống. Hoặc như kẻ nặng nghiệp ái, dùng lý trí ngăn không nổi, họ lựa cách gần bậc trưởng thượng, làm Phật sự nhiều, hoặc đi xa ra để quên lãng dần tâm nhớ thương, như câu châm ngôn “xa mặt cách lòng.” Bởi tâm chúng sanh y theo cảnh, cảnh đã vắng tức tâm mất chỗ nương, lần lần sẽ phai nhạt. *Cách thứ tư là “Dùng Sám Tụng Đối Trị”:* Ngoài ba cách trên từ tế đến thô, còn có phương pháp thứ tư là dùng sám hối trì tụng để đối trị. Sự sám hối, niệm Phật, trì chú hoặc tụng kinh, mà giữ cho đều đều, có năng lực diệt tội nghiệp sanh phước huệ. Vì thế thuở xưa có nhiều vị trước khi thọ giới hay sắp làm Phật sự lớn, thường phát nguyện tụng mấy muôn biến chú Đại Bi, hoặc một tạng kinh Kim Cang Bát Nhã. Thuở xưa, các cư sĩ khi họp lại Niệm Phật Đường để kiết thất, nếu ai nghiệp nặng niệm Phật không thanh tịnh, hay quán Phật không được rõ ràng, vị Pháp sư chủ thất thường bảo phải lạy

hương sám. Đây là cách đốt một cây hương dài, rồi thành kính đánh lễ hồng danh Phật sám hối, cho đến khi nào cây hương tàn mới thôi. Có vị suốt trong thời kỳ kiết thất bảy ngày hoặc hai mươi một ngày, toàn là lạy hương sám.

Bên cạnh những cách đối trị kể trên trong kinh điển Phật giáo, chúng ta còn có tình hoa những lời Phật dạy về Tam Độc Tham Sân Si trong kinh Pháp Cú. Trong Kinh Pháp Cú, Phẩm I, Phẩm Phẩm Song Yếu, Đức Phật đã dạy: Tuy tụng ít kinh mà thường y giáo hành trì, hiểu biết chân chánh, diệt trừ tham sân si, tâm hiền lành thanh tịnh, giải thoát và xả bỏ thế tục, thì dù ở cõi này hay cõi khác, người kia vẫn hưởng phần ích lợi của Sa-môn (Pháp Cú 20). ***Trong Phẩm XIII, Phẩm Thế Gian, Đức Phật đã dạy:*** Người sân tham không thể sanh lên cõi trời, người ngu si không ưa tán dương việc bố thí, nhưng người trí thấy bố thí lại tùy hỷ công đức và tương lai họ sẽ dự hưởng phần an lạc (Pháp Cú 177). ***Trong Phẩm XV, Phẩm Lạc, Đức Phật đã dạy:*** Không lửa nào bằng lửa tham dục, không ác nào bằng ác sân si, không khổ nào bằng khổ ngũ ấm, và không vui nào bằng vui Niết bàn (Pháp Cú 202). ***Trong Phẩm XVIII, Phẩm Cấu Uế, Đức Phật đã dạy:*** Không lửa nào dữ bằng lửa tham dục, không cố chấp nào bền bằng tâm sân giận, không lưới nào trói buộc bằng lưới ngu si, không giòng sông nào đắm chìm bằng sông ái dục (Pháp Cú 251). ***Trong Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, Đức Phật đã dạy:*** Tỳ kheo mức nước trong chiếc thuyền này, hễ nước hết thì thuyền nhẹ và mau đi; Cũng như thế, đoạn trừ tham dục và sân nhuế trong thân này, hễ tham dục hết thì mau chứng đến Niết bàn (Pháp Cú 369). Tỳ kheo nào đoạn được năm điều phiền não: tham, sân, si, mạn, nghi; bỏ được năm điều: tham ái sắc, tham ái vô sắc, lừa đảo, phóng dật, và si mê; siêng tu năm điều: tín, tấn, niệm, định, huệ; vượt khỏi năm điều say đắm: tham ái, sân hận, si mê, tà kiến. Ta gọi là người đã vượt qua dòng nước lũ (Pháp Cú 370). Cành hoa Bạt-tất-ca bị úa tàn như thế nào, thì Tỳ kheo các ông, cũng làm cho tham sân úa tàn thế ấy (Pháp Cú 377). ***Trong Phẩm XXVI, Phẩm Bà La Môn, Đức Phật đã dạy:*** Người ngu bó tóc chùm hay cạo tóc, và chuyên mặc áo da lột hay áo cà sa đâu có ích chi? Trong lòng còn chứa đầy tham dục, thì dung nghi bên ngoài chỉ là trang điểm suông (Pháp Cú 394).

Chương Bốn Mươi

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Tam Bảo Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Về Tam Bảo:

Theo Phật giáo, Phật Thích Ca là ngôi thứ Nhất của Tam Bảo, thì pháp của Ngài là ngôi Hai, và Tăng đoàn là ngôi Ba. Tất cả ba ngôi này được coi như là sự thị hiện của chư Phật. Nền móng trong Phật Giáo là Tam Bảo. Không tin, không tôn kính Tam Bảo thì không thể nào có được nếp sống Phật giáo. Tưởng cũng nên nhắc lại, Phật là danh hiệu của một bậc đã xé tan bức màn vô minh, tự giải thoát mình khỏi vòng luân hồi sanh tử, và thuyết giảng con đường giải thoát cho chúng sanh. Chữ “Buddha” lấy từ gốc Phạn ngữ “Budh” có nghĩa là giác ngộ, chỉ người nào đạt được Niết Bàn qua thiền tập và tu tập những phẩm chất như trí tuệ, nhẫn nhục, bố thí. Con người ấy sẽ không bao giờ tái sanh trong vòng luân hồi sanh tử nữa, vì sự nối kết ràng buộc phàm phu tái sanh đã bị chặt đứt. Qua tu tập thiền định, chư Phật đã loại trừ tất cả những tham dục và nhiễm ô. Vị Phật của hiền kiếp là Phật Thích Ca Mâu Ni. Ngài sanh ra với tên là Tất Đạt Đa trong dòng tộc Thích Ca. Đối với Phật tử tu Thiền, vấn đề giải thoát dành là hệ trọng, nhưng có cái còn hệ trọng hơn, đó là câu hỏi “Phật là gì?” Một khi nắm vững được vấn đề ấy là hành giả đã hoàn tất Phật sự của mình. Pháp là cái được nắm giữ hay lý tưởng nếu chúng ta giới hạn ý nghĩa của nó trong những tác vụ tâm lý mà thôi. Trình độ của lý tưởng này sẽ sai biệt tùy theo sự tiếp nhận của mỗi cá thể khác nhau. Ở Đức Phật, nó là sự toàn giác hay viên mãn trí (Bodhi). Pháp là con đường hiểu và thương mà Đức Phật đã dạy. Phật dạy: “Những ai thấy được pháp là thấy được Phật.” Vạn vật được chia làm hai loại: vật chất và tinh thần; chất liệu là vật chất, không phải vật chất là tinh thần, là tâm. Theo phái Trung Quán, chữ Pháp trong Phật Giáo có nhiều ý nghĩa. Nghĩa rộng nhất thì nó là năng lực tinh thần, phi nhân cách bên trong và đằng sau tất cả mọi sự vật. Trong đạo Phật và triết học Phật giáo, chữ Pháp gồm có bốn nghĩa. Pháp có nghĩa là thực tại tối hậu. Nó vừa siêu việt vừa ở bên trong thế giới, và cũng là luật chi phối thế giới. Pháp theo ý nghĩa kinh điển, giáo nghĩa, tôn giáo pháp, như Phật Pháp.

Pháp có nghĩa là sự ngay thẳng, đức hạnh, lòng thành khẩn. Pháp có nghĩa là thành tố của sự sinh tồn. Khi dùng theo nghĩa này thì thường được dùng cho số nhiều. Tăng già là một hội đồng gồm ít nhất là bốn vị Tăng, hay một cộng đồng Tăng Ni sống hòa hiệp với nhau trong tinh thần lục hòa.

Theo Phật giáo, Phật Thích Ca là ngôi thứ Nhất của Tam Bảo, thì pháp của Ngài là ngôi Hai, và Tăng đoàn là ngôi Ba. Tất cả ba ngôi này được coi như là sự thị hiện của chư Phật. Nền móng trong Phật Giáo là Tam Bảo. Không tin, không tôn kính Tam Bảo thì không thể nào có được nếp sống Phật giáo. Tam Bảo (Phật, Pháp, Tăng) là kho tàng của công đức và phước đức. Tam tạng kinh điển (kinh, luật, luận) cũng được xem là kho tàng của tất cả công đức và phước đức. Tam Thánh Thanh Văn, Duyên Giác và Bồ Tát cũng là kho tàng của tất cả mọi công đức và phước đức. Quy y “tam bảo,” hay “tam quy y” có nghĩa là về nương ở ba nơi Phật, Pháp và Tăng. Người thọ Tam quy là tự nhận mình là tín đồ Phật giáo và phải ít nhất trì giữ ngũ giới, về nương và xem Phật như tôn sư, xem pháp như phương thuốc, và nương theo Tăng già như lối hành tiến tu. Với người Phật tử, Đức Phật là đối tượng tôn kính bậc nhất và nơi về nương an toàn nhất vì chính Ngài đã tìm ra con đường đưa đến giải thoát và đã giảng dạy con đường ấy cho người khác. Giáo pháp của Ngài cũng là nơi về nương an toàn vì chính giáo pháp ấy vạch ra cho chúng ta một cuộc hành trình vượt thoát bến bờ sanh tử. Cuối cùng là Tăng già cũng là một nơi về nương an toàn vì nó bao gồm những người đã hiến trọn đời mình cho Phật pháp để “thượng cầu Phật đạo, hạ hóa chúng sanh.”

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Tam Bảo Trong Kinh Pháp Cú:

Thứ Nhất Là Ngôi Phật Bảo: Phật Bảo là ngôi thứ nhất trong Tam Bảo. Phật là đấng Toàn Giác hay một người đã giác ngộ viên mãn về chân tánh của cuộc sinh tồn. Chữ Phật có nghĩa là tự mình giác ngộ, đi giác ngộ cho người, sự giác ngộ này là viên mãn tối thượng. Từ Buddha” được rút ra từ ngữ căn tiếng Phạn “Budh” nghĩa là hiểu rõ, thấy biết hay tỉnh thức. Phật là người đã giác ngộ, không còn bị sanh tử luân hồi và hoàn toàn giải thoát. Đức Phật Lịch Sử là đấng đã hoàn toàn đạt tới Chánh đẳng Chánh giác. Phật là Đấng Chánh Biến Tri, đản sanh vào năm 623 trước Tây lịch, tại miền bắc Ấn Độ, bây giờ là

xứ Népal, một nước nằm ven sườn dãy Hy Mã Lạp Sơn, trong vườn Lâm Tỳ Ni tại thành Ca Tỳ La Vệ, vào một ngày trăng tròn tháng tư. Trước khi thành Phật, tên Ngài là Sĩ Đạt Đa Cồ Đàm. Ngài nguyên là Thái tử của nước Ca Tỳ La Vệ, phụ hoàng là Tịnh Phạn Vương, mẫu hoàng tên Ma Da. Tịnh Phạn vương đặt tên cho Ngài là Tất Đạt Đa nghĩa là “ngôi vua.” Vua Tịnh Phạn làm lễ thành hôn cho Thái tử với công chúa con vua Thiện Giác là nàng Da Du Đà La. Trước khi xuất gia, Ngài có một con trai là La Hầu La. Mặc dù sống đời nhung lụa, danh vọng, tiền tài, cung điện nguy nga, vợ đẹp con ngoan, ngài vẫn cảm thấy tù túng như cảnh chim lồng cá chậu. Một hôm nhân đi dạo ngoài bốn cửa thành, Thái tử trực tiếp thấy nhiều cảnh khổ đau của nhân loại, một ông già tóc bạc, răng rụng, mắt mờ, tai điếc, lưng còng, nường gậy mà lê bước xin ăn; một người bệnh nằm bên lề rên xiết đau đớn không cùng; một xác chết sinh chương, ruồi bu nhặng bám trông rất ghê tởm; một vị tu khổ hạnh với vẻ trầm tư mặc tưởng. Những cảnh tượng này làm cho Thái tử nhận chân ra đời là khổ. Cảnh vị tu hành khổ hạnh với vẻ thanh tịnh cho Thái tử một dấu chỉ đầu tiên trên bước đường tìm cầu chân lý là phải xuất gia. Khi trở về cung, Thái tử xin phép vua cha cho Ngài xuất gia làm Tăng sĩ nhưng bị vua cha từ chối. Dù vậy, Thái tử vẫn quyết chí tìm con đường tu hành để đạt được chân lý giải thoát cho mình và chúng sanh. Quyết định vô tiền khoáng hậu ấy làm cho Thái tử Sĩ Đạt Đa sau này trở thành vị giáo chủ khai sáng ra Đạo Phật. Năm 29 tuổi, một đêm Ngài dứt bỏ đời sống vương giả, cùng tên hầu cận là Xa Nặc thắng yên cương cùng trốn ra khỏi cung, đi vào rừng sâu, xuất gia tầm đạo. Ban đầu, Thái tử đến với các danh sư tu khổ hạnh, những vị này sống một cách kham khổ, nhịn ăn nhịn uống, dãi nắng dầm mưa, hành thân hoại thể. Thấy cách tu hành như thế không có hiệu quả, Ngài khuyên nên bỏ phương pháp ấy, nhưng họ không nghe. Thái tử bèn đi tu tập nhiều nơi khác, nhưng đến đâu cũng thấy còn hẹp hòi thấp kém, không thể giải thoát con người hết khổ được. Thái tử tìm chốn tu tập một mình, quên ăn bỏ ngủ, thân hình mỗi ngày thêm một tiêu tụy, kiệt sức, nằm ngã trên cỏ, may được một cô gái chăn cừu đổ sữa cứu khỏi thân chết. Từ đó, Thái tử nhận thấy muốn tìm đạo có kết quả, cần phải bồi dưỡng thân thể cho khỏe mạnh. Sau sáu năm tầm đạo, sau lần Thái tử ngồi nhập định suốt 49 ngày đêm dưới cội Bồ Đề bên bờ sông Ni Liên tại Gaya để chiến đấu trong một trận cuối cùng với bóng tối si mê và dục vọng. Trong đêm thứ 49,

lúc đầu hôm Thái tử chứng được túc mệnh minh, thấy rõ được tất cả khoảng đời quá khứ của mình trong tam giới; đến nửa đêm Ngài chứng được Thiên nhãn minh, thấy được tất cả bản thể và nguyên nhân cấu tạo của vũ trụ; lúc gần sáng Ngài chứng được Lậu tận minh, biết rõ nguồn gốc của khổ đau và phương pháp dứt trừ đau khổ để được giải thoát khỏi luân hồi sanh tử. Thái tử Sĩ Đạt Đa đã đạt thành bậc Chánh Đẳng Chánh Giác, hiệu là Thích Ca Mâu Ni Phật. Ngày thành đạo của Ngài tính theo âm lịch là ngày mồng tám tháng 12 trong lúc Sao Mai bắt đầu ló dạng. Sau khi đạt giác ngộ vào năm 35 tuổi cho đến khi Ngài nhập Niết Bàn vào năm 80 tuổi, Ngài thuyết giảng suốt những năm tháng đó. Chắc chắn Ngài phải là một trong những người nhiều nghị lực nhất chưa từng thấy: 45 năm trường Ngài giảng dạy ngày đêm, và chỉ ngủ khoảng hai giờ một ngày. Suốt 45 năm, Đức Phật truyền giảng đạo khắp nơi trên xứ Ấn Độ. Ngài kết nạp nhiều đệ tử, lập các đoàn Tăng Già, Tỳ Kheo và Tỳ Kheo Ni, thách thức hệ thống giai cấp, giảng dạy tự do tín ngưỡng, đưa phụ nữ lên ngang hàng với nam giới, chỉ dạy con đường giải thoát cho dân chúng trên khắp các nẻo đường. Giáo pháp của Ngài rất đơn giản và đầy ý nghĩa cao cả, loại bỏ các điều xấu, làm các điều lành, thanh lọc thân tâm cho trong sạch. Ngài dạy phương pháp diệt trừ vô minh, đường lối tu hành để diệt khổ, sử dụng trí tuệ một cách tự do và khôn ngoan để có sự hiểu biết chân chánh. Đức Phật khuyên mọi người nên thực hành mười đức tính cao cả là từ bi, trí tuệ, xả, hỷ, giới, nghị lực, nhẫn nhục, chân thành, cương quyết, thiện ý và bình thản. Đức Phật chưa hề tuyên bố là Thần Thánh. Người luôn công khai nói rằng bất cứ ai cũng có thể trở thành Phật nếu người ấy biết phát triển khả năng và dứt bỏ được vô minh. Khi giác hạnh đã viên mãn thì Đức Phật đã 80 tuổi. Đức Phật nhập Niết Bàn tại thành Câu Thi Na, để lại hàng triệu tín đồ trong đó có bà Da Du Đà La và La Hầu La, cũng như một kho tàng giáo lý kinh điển quý giá mà cho đến nay vẫn được xem là khuôn vàng thước ngọc. Đức Phật nói: “Ta không phải là vị Phật đầu tiên ở thế gian này, và cũng không phải là vị Phật cuối cùng. Khi thời điểm đến sẽ có một vị Phật giác ngộ ra đời, Ngài sẽ soi sáng chân lý như ta đã từng nói với chúng sanh.” Trước khi nhập diệt, Đức Phật đã dặn dò tứ chúng một câu cuối cùng: “Mọi vật trên đời không có gì quý giá. Thân thể rồi sẽ tan rã. Chỉ có đạo Ta là quý báu. Chỉ có chân lý của Đạo Ta là bất di bất dịch.”

Phật là Đấng đã đạt được toàn giác dẫn đến sự giải thoát hoàn toàn khỏi luân hồi sanh tử. Danh từ Phật không phải là danh từ riêng mà là một tên gọi “Đấng Giác Ngộ” hay “Đấng Tỉnh Thức.” Thái tử Sĩ Đạt Đa không phải sanh ra để được gọi là Phật. Ngài không sanh ra là tự nhiên giác ngộ. Ngài cũng không nhờ ân điển của bất cứ một đấng siêu nhiên nào; tuy nhiên sau nhiều cố gắng liên tục, Ngài đã giác ngộ. Bất cứ chúng sanh nào thành tâm cũng có thể vượt thoát khỏi những vướng mắc để thành Phật. Tất cả Phật tử nên luôn nhớ rằng Phật không phải là thần thánh hay siêu nhiên. Ngài cũng không phải là một đấng cứu thế cứu người bằng cách tự mình gánh lấy gánh nặng tội lỗi của chúng sanh. Như chúng ta, Phật cũng sanh ra là một con người. Sự khác biệt giữa Phật và phàm nhân là Phật đã hoàn toàn giác ngộ, còn phàm nhân vẫn mê mờ tăm tối. Tuy nhiên, Phật tánh vẫn luôn đồng đẳng trong chúng sanh mọi loài. Trong Tam Bảo, Phật là đệ nhất bảo, pháp là đệ nhị bảo và Tăng là đệ tam bảo. **Có bốn loại Phật:** Thứ nhất là Tam Tạng Phật, đấng đạt được giác ngộ dưới cội Bồ đề. Thứ nhì là Thông Phật, vị Phật khoác áo chư Thiên dưới cội cây Bồ Đề. Thứ ba là Biệt Phật, vị Phật ngự trị trên Liên Đài dưới cội cây Bồ đề. Thứ tư là Viên Phật, vị Phật trên Không Tòa của pháp giới vĩnh an và ngôi sáng. Theo các tông phái Thiền thì Phật tử chấp nhận rằng vị Phật lịch sử ấy không phải là vị thần tối thượng, cũng không phải là đấng cứu thế cứu người bằng cách tự mình gánh lấy tội lỗi của loài người. Người Phật tử chỉ tôn kính Đức Phật như một con người toàn giác toàn hảo đã đạt được sự giải thoát thân tâm qua những nỗ lực của con người và không qua ân điển của bất cứ một đấng siêu nhiên nào. Theo Phật giáo, ai trong chúng ta cũng là một vị Phật, nghĩa là mỗi người chúng ta đều có khả năng làm Phật; tuy nhiên, muốn thành Phật, chúng ta phải đi theo con đường gian truân đến giác ngộ. Trong các kinh điển, chúng ta thấy có nhiều sự xếp loại khác nhau về các giai đoạn Phật quả. Một vị Phật ở giai đoạn cao nhất không những là một người giác ngộ viên mãn mà còn là một người hoàn toàn, một người đã trở thành toàn thể, bản thân tự đầy đủ, nghĩa là một người trong ấy tất cả các khả năng tâm linh và tâm thần đã đến mức hoàn hảo, đến một giai đoạn hài hòa hoàn toàn và tâm thức bao hàm cả vũ trụ vô biên. Một người như thế không thể nào đồng nhất được nữa với những giới hạn của nhân cách và cá tính và sự hiện hữu của người ấy. Không có gì có thể đo lường được, không có lời nào có thể miêu tả được con người ấy.

Một vị Phật còn có nhiều tên khác như: Như Lai, Ứng Cúng, Chánh Biến Tri, Minh Hạnh Túc, Thiện Thệ, Thế Gian Giải, Vô Thượng Sĩ Điều Ngự Trượng Phu, Thiên Nhân Sư, Phật, Thế Tôn, Đấng Tự Hữu, Vị Lãnh Đạo, Bậc Thắng Đạo, Bậc Dẫn Đạo, Bậc Thấu Thị, Ngưu Vương, Đấng Phạm Thiên, Bậc Tỳ Nữu, Đấng Tự Tại, Vị Ca Tỳ La, Bậc Chấp Thực, Đấng Vô Tận, Đấng A Lợi Trạch Tra Ni Di, Đấng Tô Ma, Hỏa Thần, Đấng La Ma, Đấng Tỳ Da Bà, Đấng Luân Già, Đế Thích, Bậc Đại Lực, Thủy Thần, Đấng Bất Sinh Bất Diệt, Không, Như Như, Chân Lý, Thực Hữu, Thực Tế, Pháp Giới, Niết Bàn, Thường Hằng, Bình Đẳng, Bất Nhị, Bất Diệt, Vô Tướng, Duyên, Phật Tính Giáo Đạo, Giải Thoát, Đạo Đế, Nhất Thiết Trí, Thắng Giả, Ý Sinh Thân...

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng lan tỏa và hòa quyện với hương thơm của Ba Ngôi Trân Bảo. Vì vậy mà về Phật Bảo, trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XIV, Phẩm Phật Đà, từ kệ số 179 đến kệ số 196, Đức Phật đã dạy: Chẳng ai hơn nổi người đã thắng phục dục tình. Người đã thắng phục dục tình không còn bị thất bại trở lại, huống Phật trí mệnh mông không dấu tích, các người lấy gì mà hồng cám dỗ được (Pháp Cú 179). Người dứt hết trói buộc, ái dục còn khó cám dỗ được họ, huống Phật trí mệnh mông không dấu tích, các người lấy gì mà hồng cám dỗ được ư? (Pháp Cú 180). Người trí thường ưa tu thiền định, ưa xuất gia và ở chỗ thanh vắng. Người có Chánh niệm và Chánh giác bao giờ cũng được sự ái kính của Thiên nhơn (Pháp Cú 181). Được sinh làm người là khó, được sống còn là khó, được nghe Chánh pháp là khó, được gặp Phật ra đời là khó (Pháp Cú 182). Chớ làm các điều ác, gắng làm các việc lành, giữ tâm ý trong sạch. Ấy lời chư Phật dạy (Pháp Cú 183). Chư Phật thường dạy: “Niết bàn là quả vị tối thượng, nhần nhục là khổ hạnh tối cao. Xuất gia mà não hại người khác, không gọi là xuất gia Sa-môn.” (Pháp Cú 184). Chớ nên phỉ báng, đừng làm não hại, giữ giới luật tinh nghiêm, uống ăn có chừng mực, riêng ở chỗ tịch tịnh, siêng tu tập thiền định; ấy lời chư Phật dạy (Pháp Cú 185). Giả sử mưa xuống bạc vàng cũng chẳng thỏa mãn được lòng tham dục. Người trí đã biết rõ sự dâm dật vui ít khổ nhiều (Pháp Cú 186). Thế nên, dù sự dục lạc ở cõi trời, người cũng chớ sanh tâm mong cầu. Đệ tử các đấng Giác ngộ, chỉ mong cầu diệt trừ ái dục mà thôi (Pháp Cú 187). Vì sợ hãi bất an mà đến quy-y thần núi, quy-y rừng cây, quy-y miếu thờ thọ thần (Pháp Cú 188). Nhưng đó

chẳng phải là chỗ nương dựa yên ổn, là chỗ quy-y tối thượng, ai quy-y như thế khổ não vẫn còn nguyên (Pháp Cú 189). Trái lại, quy-y Phật, Pháp, Tăng, phát trí huệ chơn chánh (Pháp Cú 190). Hiểu thấu bốn lẽ mẫu: biết khổ, biết khổ nhân, biết khổ diệt và biết tám chi Thánh đạo, diệt trừ hết khổ não (Pháp Cú 191). Đó là chỗ quy-y an ổn, là chỗ quy-y tối thượng. Ai quy-y được như vậy mới giải thoát khổ đau (Pháp Cú 192). Rất khó gặp được các bậc Thánh nhân, vì chẳng thường có. Phạm ở đâu có vị Thánh nhơn ra đời thì gia tộc đó được an lành (Pháp Cú 193). Hạnh phúc thay đức Phật ra đời! Hạnh phúc thay diễn nói Chánh pháp! Hạnh phúc thay Tăng già hòa hợp! Hạnh phúc thay đồng tiến đồng tu! (Pháp Cú 194). Kể nào cúng dường những vị đáng cúng dường, hoặc chư Phật hay đệ tử, những vị thoát ly hư vọng, vượt khỏi hối hận lo âu (Pháp Cú 195). Công đức của người ấy đã cúng dường các bậc tịch tịnh vô úy ấy, không thể kể lường (Pháp Cú 196).

Thứ Nhì Là Ngôi Pháp Bảo: Trong Phật giáo, Pháp là một danh từ rắc rối, khó xử dụng cho đúng nghĩa; tuy vậy, pháp là một trong những thuật ngữ quan trọng và thiết yếu nhất trong Phật Giáo. Pháp có nhiều nghĩa. Pháp bảo có nghĩa là kho tàng Phật Pháp hay diệu pháp mà Đức Phật đã thuyết giáo, được trân quý như cửa báu của người thế tục, ngôi hai trong Tam Bảo. Pháp có nghĩa là mọi hiện tượng, sự vật và biểu hiện của hiện thực. Mọi hiện tượng đều chịu chung luật nhân quả, bao gồm cả cốt tủy giáo pháp Phật giáo. Pháp cũng có nghĩa là luật vũ trụ hay trật tự mà thế giới chúng ta phải phục tùng, nhưng theo đạo Phật, đây là luật “Luân Hồi Nhân Quả”. Pháp từ vô thủy vô chung mà tất cả mọi hiện tượng theo nhân duyên tùy thuộc vào đó. Pháp là một danh từ rắc rối, khó xử dụng cho đúng nghĩa; tuy vậy, pháp là một trong những thuật ngữ quan trọng và thiết yếu nhất trong Phật Giáo. Pháp có nhiều nghĩa. Do gốc chữ Phạn “dhr” có nghĩa là “nắm giữ” hay “mang vác”, hình như luôn luôn có một cái gì đó thuộc ý tưởng “tồn tại” đi kèm với nó. Nguyên thủy nó có nghĩa là luật vũ trụ, trật tự lớn mà chúng ta phải theo, chủ yếu là nghiệp lực và tái sinh. Học thuyết của Phật, người đầu tiên hiểu được và nêu những luật này lên. Kỳ thật, những giáo pháp chân thật đã có trước thời Phật lịch sử, bản thân Phật chỉ là một biểu hiện. Hiện nay từ “dharma” thường được dùng để chỉ giáo pháp và sự thực hành của đạo Phật. Trong đạo Phật, Pháp bao gồm những lời dạy và những bài thuyết pháp của Phật Thích Ca Mâu Ni trong ấy đã giải rõ ý nghĩa của Nhất Thể Tam Bảo và con đường đi

đến thể hiện được nó. Pháp còn là một trong “tam bảo” theo đó người Phật tử đạt thành sự giải thoát, hai “bảo” khác là Phật bảo và Tăng bảo. Pháp bảo, bao gồm những bài giảng, bài thuyết pháp của chư Phật (tức là những đấng giác ngộ viên mãn) như đã thấy trong các kinh điển và bản văn Phật giáo khác vẫn được phát triển. Giáo pháp của Phật là những lời dạy của Đức Phật chuyên chở chân lý. Pháp là phương cách hiểu và yêu thương được Đức Phật dạy trong giáo pháp của Ngài. Đức Phật dạy giáo pháp của Ngài nhằm giúp chúng ta thoát khỏi khổ đau phiền não do nguyên nhân cuộc sống hằng ngày và để cho chúng ta khỏi bị mất nhân phẩm, cũng như không bị sa vào ác đạo như địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, vân vân. Pháp như chiếc bè cho chúng ta cái gì đó để bám víu khi chúng ta triệt tiêu những vướng mắc gây cho chúng ta khổ đau phiền não và lặn trôi bên bờ sanh tử. Phật pháp chỉ những phương cách rọi sáng nội tâm, nhằm giúp cho chúng ta vượt thoát biển đời đau khổ để đáo được bỉ ngạn Niết Bàn. Một khi đã đáo được bỉ ngạn, thì ngay cả Phật pháp cũng phải xả bỏ. Pháp không phải là một luật lệ phi thường tạo ra hay ban bố bởi người nào đó. Theo Đức Phật, thân thể của chúng ta là Pháp, tâm ta là Pháp, toàn bộ vũ trụ là Pháp. Hiểu được thân, tâm và những điều kiện trần thế là hiểu được Pháp.

Nói chung, pháp có nghĩa là sự vật. Pháp còn có nghĩa là luật và giáo pháp nói chung. Luật vũ trụ hay trật tự mà thế giới chúng ta phải phục tùng, nhưng theo đạo Phật, đây là luật “Luân Hồi Nhân Quả.” Pháp từ vô thủy vô chung mà tất cả mọi hiện tượng theo nhân duyên tùy thuộc vào đó. Khi pháp có nghĩa là hiện tượng, nó chỉ mọi hiện tượng, sự vật và biểu hiện của hiện thực. Mọi hiện tượng đều chịu chung luật nhân quả, bao gồm cả cốt tủy giáo pháp Phật giáo. Pháp là một danh từ rắc rối, khó xử dụng cho đúng nghĩa; tuy vậy, pháp là một trong những thuật ngữ quan trọng và thiết yếu nhất trong Phật Giáo. Pháp có nhiều nghĩa. Do gốc chữ Phạn “dhr” có nghĩa là “nắm giữ” hay “mang vác”, hình như luôn luôn có một cái gì đó thuộc ý tưởng “tồn tại” đi kèm với nó. Nguyên thủy nó có nghĩa là luật vũ trụ, trật tự lớn mà chúng ta phải theo, chủ yếu là nghiệp lực và tái sinh. Học thuyết của Phật, người đầu tiên hiểu được và nêu ra những luật này. Kỳ thật, những giáo pháp chân thật đã có trước thời Phật lịch sử, bản thân Phật chỉ là một biểu hiện. Hiện nay từ “dharma” thường được dùng để chỉ giáo pháp và sự thực hành của đạo Phật. Pháp còn là một trong “tam bảo” theo đó người Phật tử đạt thành sự giải thoát, hai “bảo” khác là

Phật bảo và Tăng bảo. Theo Phạn ngữ, chữ “Pháp” phát xuất từ căn ngữ “Dhri” có nghĩa là cầm nắm, mang, hiện hữu, hình như luôn luôn có một cái gì đó thuộc ý tưởng “tồn tại” đi kèm với nó. *Thứ nhất*, ý nghĩa thông thường và quan trọng nhất của “Pháp” trong Phật giáo là chân lý. *Thứ hai*, pháp được dùng với nghĩa “hiện hữu,” hay “hữu thể,” “đối tượng,” hay “sự vật”. *Thứ ba*, pháp đồng nghĩa với “đức hạnh,” “công chánh,” “chuẩn tắc,” về cả đạo đức và tri thức. *Thứ tư*, có khi pháp được dùng theo cách bao hàm nhất, gồm tất cả những nghĩa lý vừa kể, nên chúng ta không thể dịch ra được. Trong trường hợp này cách tốt nhất là cứ để nguyên gốc chữ không dịch ra ngoại ngữ.

Theo Phật giáo, pháp có nghĩa là giáo pháp của Phật. Những lời dạy của Đức Phật chuyên chở chân lý. Phương cách hiểu và yêu thương được Đức Phật dạy trong giáo pháp của Ngài. Đức Phật dạy giáo pháp của Ngài nhằm giúp chúng ta thoát khỏi khổ đau phiền não do nguyên nhân cuộc sống hằng ngày và để cho chúng ta khỏi bị mất nhân phẩm, cũng như không bị sa vào ác đạo như địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, vân vân. Pháp như chiếc bè cho chúng ta cái gì đó để bám víu khi chúng ta triệt tiêu những vướng mắc gây cho chúng ta khổ đau phiền não và lăn trôi bên bờ sanh tử. Phật pháp chỉ những phương cách rọi sáng nội tâm, nhằm giúp cho chúng ta vượt thoát biển đời đau khổ để đáo được bỉ ngạn Niết Bàn. Một khi đã đáo được bỉ ngạn, thì ngay cả Phật pháp cũng phải xả bỏ. Pháp không phải là một luật lệ phi thường tạo ra hay ban bố bởi người nào đó. Theo Đức Phật, thân thể của chúng ta là Pháp, tâm ta là Pháp, toàn bộ vũ trụ là Pháp. Hiểu được thân, tâm và những điều kiện trần thế là hiểu được Pháp. Pháp từ vô thi vô chung mà tất cả mọi hiện tượng theo nhân duyên tùy thuộc vào đó. Pháp bao gồm những lời dạy và những bài thuyết pháp của Phật Thích Ca Mâu Ni trong ấy đã giải rõ ý nghĩa của Nhất Thể Tam Bảo và con đường đi đến thể hiện được nó. Pháp bảo, bao gồm những bài giảng, bài thuyết pháp của chư Phật (tức là những đấng giác ngộ viên mãn) như đã thấy trong các kinh điển và bản văn Phật giáo khác vẫn được phát triển.

Đối với giáo lý Phật giáo, chư pháp vô thường và không có thực thể, duyên hợp hay mượn các pháp khác mà có, như mượn uẩn mà có chúng sanh, mượn cột kèo mà có nhà cửa. Tất cả chỉ là hiện tượng giả tạm và không thật. Tên gọi chỉ là giả danh, là dấu hiệu hay cái tượng trưng tạm thời. Các pháp do nhân duyên giả hợp tạm bợ mà có chứ

không có thực thể. Các pháp vô danh, do người ta giả trao cho cái tên, chứ đều là hư giả không thực. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật nhắc ngài Mahamati: “Này Mahamati! Vì bị ràng buộc vào các tên gọi, các hình ảnh và dấu hiệu, nên phàm phu để mặc cho tâm thức của họ lang bạt.” Mọi sự mọi vật hiện hữu nhờ sự phối hợp của các vật khác và chỉ là gọi tên theo lối kinh nghiệm (như bốn thứ sắc, thanh, hương, vị, xúc, nhân duyên hòa hợp với nhau để thành một cái gì đó trong một thời gian hữu hạn rồi tan hoại, chẳng hạn như sữa bò, kỳ thật là do bốn thứ ấy duyên hợp mà thành, chứ không bao giờ có cái tự thể của sữa). Chư pháp hay mọi hiện tượng tùy theo nhân duyên mà giả hòa hợp, là sự phối hợp của các yếu tố, chứ không có thực thể (hòa hợp ắt phải có ly tán, đó là sự hòa hợp nhất thời chứ không vĩnh cửu). Các pháp hay hiện tượng do nhân duyên sinh ra, như bóng hoa trong nước, hay ánh trăng nơi đáy giếng, không có thực tính. Tuy không có thực tính, lại không phải là pháp hư vô. Sự hiện hữu của chư pháp chỉ là giả hữu, nếu không muốn nói là không hơn gì sự hiện hữu của lông rùa sừng thỏ.

Theo Kinh Bát Nhã Ba La Mật Đa Tâm Kinh, bản chất của chư pháp đều không sanh, không diệt, không nhớ, không sạch, không tăng, không giảm. Đức Phật dạy: “Những ai thấy được Pháp là thấy Ta.” Pháp là giáo pháp của Phật hay những lời Phật dạy. Pháp là con đường hiểu và thương mà Đức Phật đã dạy. Pháp là toàn bộ giáo thuyết Phật giáo, các quy tắc đạo đức bao gồm kinh, luật, giới. Pháp còn là những phản ánh của các hiện tượng vào tâm con người, nội dung tâm thần, ý tưởng. Pháp là những nhân tố tồn tại mà trường phái Tiểu thừa cho đó là nền tảng của nhân cách kinh nghiệm. Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, chữ “Pháp” (Dharma) có năm nghĩa như sau. Thứ nhất “Dharma” là cái được nắm giữ hay lý tưởng nếu chúng ta giới hạn ý nghĩa của nó trong những tác vụ tâm lý mà thôi. Trình độ của lý tưởng này sẽ sai biệt tùy theo sự tiếp nhận của mỗi cá thể khác nhau. Ở Đức Phật, nó là sự toàn giác hay viên mãn trí (Bodhi). Thứ đến, lý tưởng diễn tả trong ngôn từ sẽ là giáo thuyết, giáo lý, hay giáo pháp của Ngài. Thứ ba, lý tưởng đề ra cho các đệ tử của Ngài là luật nghi, giới cấm, giới điều, đức lý. Thứ tư, lý tưởng là để chứng ngộ sẽ là nguyên lý, thuyết lý, chân lý, lý tính, bản tính, luật tắc, điều kiện. Thứ năm, lý tưởng thể hiện trong một ý nghĩa tổng quát sẽ là thực tại, sự kiện, sự thể, yếu tố (bị tạo hay không bị

tạo), tâm và vật, ý thể và hiện tượng, những phản ánh của các hiện tượng vào tâm con người, nội dung tâm thần, ý tưởng, và những nhân tố tồn tại mà trường phái Tiểu thừa cho đó là nền tảng của nhân cách kinh nghiệm. Theo phái Trung Quán, chữ Pháp trong Phật Giáo có nhiều ý nghĩa. Nghĩa rộng nhất thì nó là năng lực tinh thần, phi nhân cách bên trong và đằng sau tất cả mọi sự vật. *Trong đạo Phật và triết học Phật giáo, chữ Pháp gồm có bốn nghĩa*: Thứ nhất, pháp có nghĩa là thực tại tối hậu. Nó vừa siêu việt vừa ở bên trong thế giới, và cũng là luật chi phối thế giới. Thứ nhì, pháp theo ý nghĩa kinh điển, giáo nghĩa, tôn giáo pháp, như Phật Pháp. Thứ ba, pháp có nghĩa là sự ngay thẳng, đức hạnh, lòng thành khẩn. Thứ tư, pháp có nghĩa là thành tố của sự sinh tồn. Khi dùng theo nghĩa này thì thường được dùng cho số nhiều.

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng lan tỏa và hòa quyện với hương thơm của Ba Ngôi Trân Bảo. Vì vậy mà về Pháp Bảo, trong Kinh Pháp Cú, Phẩm V, Phẩm Ngụ, Đức Phật đã dạy: “Đêm rất dài với những kẻ mất ngủ, đường rất xa với kẻ lữ hành mỗi mệt. Cũng thế, vòng luân hồi sẽ tiếp nối vô tận với kẻ ngu si không mình đạt chánh pháp (Pháp Cú 60). Ngụ mà tự biết ngu, tức là trí, ngu mà tự xưng rằng trí, chính đó mới thật là ngu (Pháp Cú 63). Người ngu suốt đời gần gũi người trí vẫn chẳng hiểu gì Chánh pháp, ví như cái muỗng múc canh luôn mà chẳng bao giờ biết được mùi vị của canh (Pháp Cú 64). Người trí dù chỉ gần gũi người trí trong khoảnh khắc cũng hiểu ngay được Chánh pháp, chẳng khác gì cái lưỡi dù mới tiếp xúc với canh trong khoảnh khắc, đã biết ngay được mùi vị của canh (Pháp Cú 65). Từ tháng này qua tháng khác, với món ăn bằng đầu ngọn cỏ Cô-sa (cỏ thơm), người ngu có thể lấy để nuôi sống, nhưng việc làm ấy không có giá trị bằng một phần mười sáu của người tư duy Chánh pháp (Pháp Cú 70). *Trong Phẩm VI, Phẩm Trí Giả, Đức Phật đã dạy:* Được uống nước Chánh pháp thì tâm thanh tịnh an lạc, nên người trí thường vui mừng, ưa nghe Thánh như thuyết pháp (Pháp Cú 79). Những người nào hay thuyết pháp, hay theo Chánh pháp tu hành, thì được đạt tới bờ kia, thoát khỏi cảnh giới tà ma khó thoát (Pháp Cú 86). Người trí phải gột sạch những điều cấu uế trong tâm, hãy cầu cái vui Chánh pháp, xa lìa ngũ dục mà chứng Niết bàn (Pháp Cú 88). *Trong Phẩm VIII, Phẩm Ngàn, Đức Phật đã dạy:* Sống trăm tuổi mà không thấy pháp tối thượng, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà được thấy pháp tối thượng (Pháp Cú 115). *Trong Phẩm XII, Phẩm Tự Kỷ, Đức*

Phật đã dạy: Trước hãy tự đặc mình vào Chánh đạo rồi sau giáo hóa kẻ khác, được như vậy mới tránh khỏi đều lầm lỗi xảy ra (Pháp Cú 158). *Trong Phẩm XIII, Phẩm Thế Gian, Đức Phật đã dạy:* Hăng hái đừng buông lung, làm lành theo Chánh pháp. Người thực hành đúng Chánh pháp thì đời này vui đời sau cũng vui (Pháp Cú 168). Hãy làm lành theo Chánh pháp, việc ác tránh không làm. Người thực hành đúng Chánh pháp, thì đời này vui đời sau cũng vui (Pháp Cú 169). *Trong Phẩm XIV, Phẩm Phật Đà, Đức Phật đã dạy:* Được sinh làm người là khó, được sống còn là khó, được nghe Chánh pháp là khó, được gặp Phật ra đời là khó (Pháp Cú 182). Hạnh phúc thay đức Phật ra đời! Hạnh phúc thay diễn nói Chánh pháp! Hạnh phúc thay Tăng già hòa hợp! Hạnh phúc thay đồng tiến đồng tu! (Pháp Cú 194). *Trong Phẩm XVI, Phẩm Hỷ Ái, Đức Phật đã dạy:* Khát cầu pháp ly ngôn, sung mãn tâm lực sát, không đắm mê dục lạc, ấy là bậc thượng lưu (Pháp Cú 218). *Trong Phẩm XIX, Phẩm Pháp Trụ, Đức Phật đã dạy:* Sự lỗ mãng đâu phải hạnh của người phụng thờ Chánh pháp; vậy các người cần biện biệt cho rõ đâu chánh và đâu tà (Pháp Cú 256). Không khi nào lỗ mãng, đúng phép và công bình mới là người dẫn đạo. Kẻ trí nhờ hộ trì Chánh pháp nên gọi là người an trụ Chánh pháp (Pháp Cú 257). Chẳng phải cậy nhiều lời mà cho là người có trí, nhưng an tịnh không cừ oán, không sợ hãi mới là người có trí (Pháp Cú 258). Chẳng phải cậy nhiều lời mà cho là người hộ trì Chánh pháp, nhưng tuy ít học mà do thân thực thấy Chánh pháp, không buông lung, mới là người hộ trì Chánh pháp (Pháp Cú 259). *Trong Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, Đức Phật đã dạy:* Tỳ kheo nào an trú trong lạc viên Chánh-pháp, mến pháp và theo pháp, tư duy nhờ tưởng pháp, thì sẽ không bị thối chuyển khỏi tịnh đạo (Pháp Cú 364). Tỳ kheo đi vào chỗ yên tĩnh thì tâm thường vắng lặng, quán xét theo Chánh pháp thì được thọ hưởng cái vui siêu nhân (Pháp Cú 373). Các người hãy tự kính sách, các người hãy tự phản tỉnh! Tự hộ vệ và chánh niệm theo Chánh pháp mới là Tỳ kheo an trú trong an lạc (Pháp Cú 379). *Trong Phẩm XXVI, Phẩm Bà La Môn, Đức Phật đã dạy:* Chẳng phải vì núm tóc, chẳng phải vì chủng tộc, cũng chẳng phải tại nơi sanh mà gọi là Bà-la-môn; nhưng ai hiểu biết chân thật, thông đạt chánh pháp, đó mới là kẻ Bà-la-môn hạnh phúc (Pháp Cú 393).”

Thứ Ba Là Ngôi Tăng Bảo: Tăng Bảo là ngôi báu Tăng, ngôi thứ ba trong Tam Bảo (những vị Tăng sĩ đã phát chân vô lậu trí và trở thành phước điền cho đời kính trọng và quy theo). Tăng sĩ hay nhà sư

Phật giáo là những vị đã phát nguyện Đại Thừa đi theo con đường của Phật, không lập gia đình, sống đời đơn giản của người đi tìm cầu Chân Lý, hoặc là một phần tử của cộng đồng tự viện hoặc là người du phương tu đạo. Tăng già gồm một hội đồng với ít nhất là bốn vị Tăng, hay một cộng đồng Tăng Ni sống hòa hiệp với nhau trong tinh thần lục hòa. Đây là một trong Tam Bảo. Sangha là từ Bắc Phạn dùng để chỉ cho “Cộng đồng Phật tử.” Theo nghĩa hẹp, từ này có thể được dùng cho chư Tăng Ni; tuy nhiên, theo nghĩa rộng, Sangha ám chỉ cả tứ chúng (Tăng, Ni, Ưu Bà Tắc và Ưu Bà Di). Phật tử tại gia gồm những Ưu Bà Tắc và Ưu Bà Di, những người đã thọ ngũ giới. Tất cả tứ chúng này đều đòi hỏi phải chính thức thọ giới luật; giới luật tự viện giới hạn giữa 250 và 348 giới; tuy nhiên, con số giới luật thay đổi giữa luật lệ khác nhau của các truyền thống. Một điều bắt buộc tiên khởi cho cả tứ chúng là lễ quán đảnh hay quy-y Tam Bảo: Phật, Pháp, Tăng. Tăng Ni là các vị đã rời bỏ nếp sống gia đình để tu tập Phật Pháp. Thường thường họ chỉ giữ lại vài món cần dùng như y áo, bát khất thực, và lưỡi lam cạo râu tóc. Họ hướng đến việc từ bỏ những nhu cầu tư hữu vật chất. Họ tập trung tư tưởng vào việc phát triển nội tâm để đạt đến sự thông hiểu bản chất của vạn hữu bằng cách sống thanh tịnh và đơn giản. Cộng đồng Tăng Ni và Phật tử cùng nhau tu hành chánh đạo. Tăng già còn có nghĩa là một hội đồng, một tập hợp, hội chúng Tăng với ít nhất từ ba đến bốn vị Tăng, dưới một vị Tăng chủ. Đoàn thể Tăng Ni, theo chữ Hán là cộng đồng tăng già và hòa hợp chúng. Lý hòa là cùng chứng được lý vô vi giải thoát. Thân hòa cùng ở, khẩu hòa vô tranh, kiến hòa đồng giải, lợi hòa đồng quân, và giới hòa đồng tu. Tăng bảo bao gồm các môn đệ đương thời tu tập và thể hiện chân lý cứu độ của Nhất Thể Tam Bảo đầu tiên được Phật Thích Ca Mâu Ni khai thị.

Để được gia nhập vào Tăng đoàn, đòi hỏi phải có một buổi lễ quy-y thọ giới, trong đó người thọ giới phải thệ nguyện sống đời phạm hạnh. Trong truyền thống Nguyên Thủy, hay các trường phái khác theo luật của Thuyết Nhất Thiết Hữu Bộ có hai loại thọ giới: thọ giới sa di và cụ túc. Thọ giới sa di dành cho sa di và sa di ni, thường là quy-y Tam Bảo: Phật, Pháp, Tăng và thọ nhận mười giới. Người thọ giới phải tuân thủ luật dành cho Tăng Ni đã đặt ra trong Ba La Đề Mộc Xoa và được dạy dỗ bởi hai vị giáo thọ: 1) giáo thọ sư và 2) giới thọ sư. Đầu phải cạo, và vị sa di hay sa di ni sẽ được cung cấp cho ba bộ y áo và

một bình bát. Sự thọ giới này được xem như là lễ xuất gia (từ bỏ cuộc sống thế tục để bước vào cuộc sống không nhà). Thọ giới cụ túc được gọi là upasampada, và phải được truyền thọ từ một vị có đầy đủ thẩm quyền và cao hạ trong giáo đoàn. Cả hai loại thọ giới này đều đòi hỏi một số nhất định về sự hiện diện của số Tăng trong giáo hội (thường là 5, 7 hay 10 vị). Thọ giới trong Phật giáo là một hành động tự nguyện và người thọ giới có thể bất cứ lúc nào quyết định rời bỏ tự viện để hoàn tục.

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng lan tỏa và hòa quyện với hương thơm của Ba Ngôi Trân Bảo. Vì vậy mà về Tăng Bảo, trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, từ kệ số 360 đến kệ số 382, Đức Phật đã dạy: Chế phục được mắt, lành thay; chế phục được tai, lành thay; chế phục được mũi, lành thay; chế phục được lưỡi, lành thay (Pháp Cú 360). Chế phục được thân, lành thay; chế phục được lời nói, lành thay; chế phục được tâm ý, lành thay; chế phục được hết thảy, lành thay. Tỳ kheo nào chế phục được hết thảy thì giải thoát hết thảy khổ (Pháp Cú 361). Gìn giữ tay chân và ngôn ngữ, gìn giữ cái đầu cao, tâm mến thích thiền định, riêng ở một mình, thanh tịnh và tự biết đầy đủ, ấy là bậc Tỳ kheo (Pháp Cú 362). Tỳ kheo nào điều nhiếp được ngôn ngữ, khôn khéo và tịch tịnh, thì khi diễn bày pháp nghĩa, lời lẽ rất hòa ái rõ ràng (Pháp Cú 363). Tỳ kheo nào an trú trong lạc viên Chánh-pháp, mến pháp và theo pháp, tư duy nhờ tưởng pháp, thì sẽ không bị thối chuyển khỏi tịnh đạo (Pháp Cú 364). Chớ nên khinh điều mình đã chứng, chớ thêm muốn điều người khác đã chứng. Tỳ kheo nào chỉ lo thêm muốn điều người khác tu chứng, cuối cùng mình không chứng được tam-ma-địa (chánh định) (Pháp Cú 365). Hàng Tỳ kheo dù được chút ít cũng không sinh tâm khinh hiềm, cứ sinh hoạt thanh tịnh và siêng năng, nên đáng được chư thiên khen ngợi (Pháp Cú 366). Nếu với thân tâm không lằm chấp là “ta” hay “của ta.” Vì không ta và của ta nên không lo sợ. Người như vậy mới gọi là Tỳ kheo (Pháp Cú 367). Hàng Tỳ kheo an trú trong tâm từ bi, vui thích giáo pháp Phật Đà, sẽ đạt đến cảnh giới tịch tịnh an lạc, giải thoát các hành (vô thường) (Pháp Cú 368). Tỳ kheo mức nước trong chiếc thuyền này, hễ nước hết thì thuyền nhẹ và mau đi; Cũng như thế, đoạn trừ tham dục và sân nhuế trong thân này, hễ tham dục hết thì mau chứng đến Niết bàn (Pháp Cú 369). Tỳ kheo nào đoạn được năm điều phiền não: tham, sân, si, mạn, nghi; bỏ được năm điều:

tham ái sắc, tham ái vô sắc, lừa đảo, phóng dật, và si mê; siêng tu năm điều: tín, tấn, niệm, định, huệ; vượt khỏi năm điều say đắm: tham ái, sân hận, si mê, tà kiến. Ta gọi là người đã vượt qua dòng nước lũ (Pháp Cú 370). Này các Tỳ Kheo, hãy mau tu thiền định! Chớ buông lung, chớ mê hoặc theo dục ái. Đừng đợi đến khi nuốt hờn sắt nóng, mới ăn năn than thở (Pháp Cú 371). Không có trí huệ thì không có thiền định, không có thiền định thì không có trí tuệ. Người nào gồm đủ thiền định và trí tuệ thì gần đến Niết bàn (Pháp Cú 372). Tỳ kheo đi vào chỗ yên tĩnh thì tâm thường vắng lặng, quán xét theo Chánh pháp thì được thọ hưởng cái vui siêu nhân (Pháp Cú 373). Người nào thường nghĩ đến sự sanh diệt của các uẩn, thì sẽ được vui mừng hạnh phúc. Nên biết: người đó không bị chết (Pháp Cú 374). Nếu là bậc Tỳ kheo sáng suốt, dù ở trong đời, trước tiên vẫn lo nhiếp hộ các căn và biết đủ, hộ trì giới luật (Pháp Cú 375). Thái độ thì phải thành khẩn, hành vi thì phải đoan chánh; được vậy, họ là người nhiều vui và sạch hết khổ não (Pháp Cú 376). Cành hoa Bạt-tất-ca bị úa tàn như thế nào, thì Tỳ kheo các ông, cũng làm cho tham sân úa tàn thế ấy (Pháp Cú 377). Vì Tỳ kheo nào thân ngữ thanh tịnh, tâm an trú tam muội, xa lìa nơi dục lạc, Ta gọi họ là người tịch tịnh (Pháp Cú 378). Các người hãy tự kính sách, các người hãy tự phản tỉnh! Tự hộ vệ và chánh niệm theo Chánh pháp mới là Tỳ kheo an trụ trong an lạc (Pháp Cú 379). Chính các người là kẻ bảo hộ cho các người, chính các người là nơi nương náu cho các người. Các người hãy gắng điều phục lấy mình như thương khách lo điều phục con ngựa mình (Pháp Cú 380). Tỳ kheo nào đầy tâm hoan hỷ, thành tín theo giáo pháp Phật Đà, sẽ đạt đến cảnh giới tịch tịnh an lạc, giải thoát các hành (vô thường) (Pháp Cú 381). Những Tỳ kheo tuy tuổi nhỏ mà siêng tu đúng giáo pháp Phật Đà, là ánh sáng chiếu soi thế gian, như mặt trăng ra khỏi mây mù (Pháp Cú 382).

Chương Bốn Mười Một

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Quy Y Tam Bảo Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Quy Y Tam Bảo Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Trong Phật giáo, quy y là về nương nơi ba ngôi Tam Bảo. Như trên đã nói, theo Phật giáo, quy y Tam Bảo là ba trong những cửa ngõ quan trọng đi vào đại giác. Quy Y Tam Bảo là tin vào Phật giáo và về nương nơi ba ngôi Tam Bảo. Được nhận làm đệ tử tại gia sau nghi thức sám hối và lập lại những lời một vị Tăng về quy y. Về nương với Phật, Pháp, Tăng. Người thành tâm quy y Tam Bảo sẽ không còn sa vào các đường dữ nữa. Hết kiếp người sẽ được sanh vào các cõi trời. Đã là Phật tử thì phải quy-y ba ngôi Tam Bảo Phật Pháp Tăng, nghĩa là cung kính nương về với Phật, tu theo giáo pháp của Ngài, cũng như tôn kính Tăng Già. Phật tử thệ nguyện không quy y thiên thần quỷ vật, không thờ tà giáo, không theo tôn hữu, ác đảng. Quy y là trở về nương tựa. Có nhiều loại nương tựa. Khi con người cảm thấy bất hạnh, họ tìm đến bạn bè; khi âu lo kinh sợ họ tìm về nương nơi những niềm hy vọng ảo huyền, những niềm tin vô căn cứ; khi lâm chung họ tìm nương tựa trong sự tin tưởng vào cảnh trời vĩnh cửu. Đức Phật dạy, không chỗ nào trong những nơi ấy là những nơi nương tựa thật sự cung ứng cho ta trạng thái thoải mái và châu toàn thật sự. Đối với người Phật tử thì chuyện quy-y Tam Bảo là chuyện cần thiết. Lễ quy-y tuy là một hình thức tổ chức đơn giản, nhưng rất quan trọng đối với Phật tử, vì đây chính là bước đầu tiên trên đường tu học để tiến về hướng giải thoát và giác ngộ. Đây cũng là cơ hội đầu tiên cho Phật tử nguyện tinh tấn giữ ngũ giới, ăn chay, tụng kinh niệm Phật, tu tâm, dưỡng tánh, quyết tâm theo dấu chân tiến đến sự giác ngộ của đức Phật để tự giúp mình ra khỏi sanh tử luân hồi.

Người Phật tử nào cũng nên nguyện về nương nơi Phật Pháp Tăng. Ngữ căn “Sr” trong tiếng Bắc Phạn (Sanskrit) hoặc “Sara” trong tiếng Nam Phạn (Pali) có nghĩa là di chuyển hay đi tới, như vậy “Saranam” diễn tả sự chuyển động, hoặc người ấy đi đến trước hay cùng đi đến

với người khác. Như vậy câu “Gachchami Buddham Saranam” có nghĩa là “Tôi đi đến với Đức Phật như bậc hướng dẫn cho tôi.” Về nương nơi ba ngôi Tam Bảo hay ba ngôi cao quý. Trong Phật giáo, một nơi để về nương là nơi mà người ta có thể tựa vào đó để có sự hỗ trợ và dẫn dắt, chứ không phải là chạy vào đó để trốn hay ẩn náu. Trong hầu hết các truyền thống Phật giáo, “về nương” hay “tam quy y” hay “Tam Bảo”: Phật, Pháp, Tăng được xem như là một hành động chủ yếu để trở thành Phật tử. Quy y là công nhận rằng mình cần sự trợ giúp và hướng dẫn, và quyết định đi theo con đường của Phật giáo. Đức Phật là vị đã sáng lập một cách thành công con đường đi đến giải thoát, và Ngài đã dạy cho người khác về giáo pháp của Ngài. Tăng già là cộng đồng Tăng lữ sống trong tự viện, gồm những người đã cống hiến đời mình để tu tập và hoằng hóa, và cũng là nguồn giáo huấn và mẫu mực cho người tại gia. Lời nguyện tiêu chuẩn của Tam Quy-Y là:

“Con nguyện quy-y Phật
Con nguyện quy-y Pháp
Con nguyện quy-y Tăng.”

Ba câu này có nghĩa là “Con nguyện quy-y Phật, Pháp, Tăng như những người diệt trừ các điều sợ hãi của tôi, trước hết bằng lời dạy của Đức Phật, kế thứ bằng chân lý rõ ràng của giáo pháp, và cuối cùng bằng sự gương mẫu và giới đức của chư Tăng. Bên cạnh quy y Tam Bảo còn có nghi lễ Tam Quy Ngũ Giới hay nghi lễ thọ Ưu Bà Tắc hay Ưu Bà Di Giới, trong đó Phật tử tại gia nguyện thọ tam quy gìn ngũ giới. Tam Quy Thọ Pháp, là về nương nơi Tam Bảo, thọ pháp và được nhận làm Phật tử tại gia, sau nghi thức sám hối.

Nói tóm lại, quy y là tin vào Phật giáo và về nương nơi ba ngôi Tam Bảo. Được nhận làm đệ tử tại gia sau nghi thức sám hối và lập lại những lời một vị Tăng về quy y. Thuật ngữ “Quy-Y” dùng để chỉ sự công bố niềm tin với Phật, Pháp và Tăng. Con quay về nương tựa nơi Phật, con quay về nương tựa nơi Pháp, con quay về nương tựa nơi Tăng. Từ thời vô thủy, chúng ta đã từng quy-y với dục lạc. Bây giờ biết đạo và biết tu, chúng ta cố gắng đoạn tuyệt với những thứ ấy. Về nương nơi ba ngôi Tam Bảo hay ba ngôi cao quý. Trong Phật giáo, một nơi để về nương là nơi mà người ta có thể tựa vào đó để có sự hỗ trợ và dẫn dắt. Trong hầu hết các truyền thống Phật giáo, “về nương” hay “tam quy y” hay “Tam Bảo”: Phật, Pháp, Tăng được xem như là một hành động chủ yếu để trở thành Phật tử. Quy y là công nhận rằng mình

cần sự trợ giúp và hướng dẫn, và quyết định đi theo con đường của Phật giáo. Quy-Y chân thật là một sự thay đổi thái độ, do thấy những chuyện phù phiếm thế gian mà ta thường hay bám víu, không có lợi ích gì mà chỉ khiến chúng ta quanh quẩn mãi trong vòng luân hồi sanh tử. Phật tử thuần thành luôn tìm kiếm sự che chở nơi Đức Phật, nơi giáo pháp của Ngài cũng như nơi Tăng già (cộng đồng tu tập theo giáo pháp của Phật). Tam quy chính là ba trong những cửa ngõ quan trọng đi vào đại giác, vì nhờ đó mà tam ác đạo được thanh tịnh.

Ngoài ra, có nhiều người muốn tu theo Phật, không may, họ lại quy y sai lạc. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng theo Phật giáo, quy-y sai lạc là không quy-y vào Phật, Pháp, Tăng. Thuật ngữ Phật giáo dùng tiếng “Quy-Y” để công bố niềm tin của mình nơi Phật, Pháp và Tăng. Từ vô thủy, chúng ta đã quy-y sai lạc với những lạc thú tạm bợ nhất thời với hy vọng tìm thỏa mãn trong những lạc thú này. Ta xem những thứ ấy như một lối thoát ra khỏi những chán chường buồn bã của mình, nên chạy theo chúng để rồi kết quả cuối cùng cũng vẫn là khổ đau phiền não. Khi Đức Phật nói đến quy-y, Ngài khuyên dạy chúng ta nên đoạn tuyệt với cái lối đi tìm thỏa mãn một cách vô vọng như vậy. Quy-Y chân thật là một sự thay đổi thái độ, do thấy những chuyện phù phiếm mà ta thường bám víu, rốt rồi chẳng có ích lợi gì. Một khi chúng ta thấy rõ được bản chất bất toại của sự vật mà chúng ta hằng theo đuổi, chúng ta nên quyết tâm về nương nơi Tam Bảo.

II. Tình Hoa Những Lời Phật Dạy Về Quy Y Tam Bảo Trong Kinh Pháp Cú:

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng lan tỏa và hòa quyện với hương thơm của Quy Y Tam Bảo. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XIV, Phẩm Phật Đà, Đức Phật đã dạy: Chẳng ai hơn nổi người đã thắng phục dục tình. Người đã thắng phục dục tình không còn bị thất bại trở lại, huống Phật trí mệnh môn không dấu tích, các người lấy gì mà hòng cám dỗ được (Pháp Cú 179). Người dứt hết trói buộc, ái dục còn khó cám dỗ được họ, huống Phật trí mệnh môn không dấu tích, các người lấy gì mà hòng cám dỗ được ư? (Pháp Cú 180). Người trí thường ưa tu thiền định, ưa xuất gia và ở chỗ thanh vắng. Người có Chánh niệm và Chánh giác bao giờ cũng được sự ái kính của Thiên nhơn (Pháp Cú 181). Được sinh làm người là khó, được sống còn là khó, được nghe Chánh pháp là khó, được gặp Phật ra

đời là khó (Pháp Cú 182). Chớ làm các điều ác, gắng làm các việc lành, giữ tâm ý trong sạch. Ấy lời chư Phật dạy (Pháp Cú 183). Chư Phật thường dạy: “Niết bàn là quả vị tối thượng, nhần nhục là khổ hạnh tối cao. Xuất gia mà não hại người khác, không gọi là xuất gia Sa-môn.” (Pháp Cú 184). Chớ nên phỉ báng, đừng làm não hại, giữ giới luật tinh nghiêm, uống ăn có chừng mực, riêng ở chỗ tịch tịnh, siêng tu tập thiền định; ấy lời chư Phật dạy (Pháp Cú 185). Giả sử mưa xuống bạc vàng cũng chẳng thỏa mãn được lòng tham dục. Người trí đã biết rõ sự dâm dật vui ít khổ nhiều (Pháp Cú 186). Thế nên, dù sự dục lạc ở cõi trời, người cũng chớ sanh tâm mong cầu. Đệ tử các đấng Giác ngộ, chỉ mong cầu diệt trừ ái dục mà thôi (Pháp Cú 187). Vì sợ hãi bất an mà đến quy-y thần núi, quy-y rừng cây, quy-y miếu thờ thọ thần (Pháp Cú 188). Nhưng đó chẳng phải là chỗ nương dựa yên ổn, là chỗ quy-y tối thượng, ai quy-y như thế khổ não vẫn còn nguyên (Pháp Cú 189). Trái lại, quy-y Phật, Pháp, Tăng, phát trí huệ chơn chánh (Pháp Cú 190). Hiểu thấu bốn lẽ mâu: biết khổ, biết khổ nhân, biết khổ diệt và biết tám chi Thánh đạo, diệt trừ hết khổ não (Pháp Cú 191). Đó là chỗ quy-y an ổn, là chỗ quy-y tối thượng. Ai quy-y được như vậy mới giải thoát khổ đau (Pháp Cú 192).

Chương Bốn Mười Hai

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Ngũ Giới Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Ngũ Giới Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Giới hạnh là căn bản cho việc tiến bộ trên con đường phát triển nhân cách cao hơn. Giới cũng là nền tảng của tất cả các đức tánh và phẩm hạnh. Ngoài ra, giới còn là nền móng quan trọng nhất trong việc chuẩn bị hành giả trong việc tu tập Bát Thánh Đạo. Đường lối để thực hành giới luật theo Phật giáo bao gồm ba phần trong Bát Thánh Đạo: Chánh ngữ, Chánh nghiệp và Chánh mạng. Bên cạnh đó, trì giới còn là cửa ngõ đi vào hào quang chư pháp, vì nhờ đó mà chúng ta xa lìa thế giới nhiễm trước, và cũng nhờ đó mà chúng ta có thể hưởng dẫn những chúng sanh hay buông lung phá giới. Giới hình thành nền móng của sự tiến triển trên con đường chánh đạo. Như trên đã nói, nội dung của giới hạnh trong Phật giáo bao gồm cả chánh ngữ, chánh nghiệp, và chánh mạng trong tám con đường Thánh của Phật giáo. Giới luật trong Phật giáo có rất nhiều và đa dạng, tuy nhiên, nhiệm vụ của giới luật chỉ có một. Đó là kiểm soát những hành động của thân và khẩu, cách cư xử của con người, hay nói khác đi, là để thanh tịnh lời nói và hành vi của họ. Tất cả những điều học được ban hành trong đạo Phật đều dẫn đến mục đích chánh hạnh này. Tuy nhiên, giới luật tự thân nó không phải là cứu cánh, mà chỉ là phương tiện, vì nó chỉ hỗ trợ cho định (samadhi). Định ngược lại là phương tiện cho sự thu thập trí tuệ, và chính trí tuệ này lần lượt dẫn đến sự giải thoát của tâm, mục tiêu cuối cùng của đạo Phật. Do đó, Giới, Định và Tuệ là một sự kết hợp hài hòa giữa những cảm xúc và tri thức của con người. Thiền sư Đôn Đồng Đại Nhãn viết trong quyển "Trở Về Với Sự Tĩnh Lặng": "Tam Bảo trong Phật giáo 'Đệ tử nguyện quy-y Phật, nguyện quy-y Pháp, nguyện quy-y Tăng' là nền tảng của giới luật. Trong Phật giáo, giới luật không phải là một bộ luật đạo đức mà một ai đó hoặc điều gì đó bên ngoài chúng ta buộc chúng ta phải tuân theo. Giới luật là Phật tánh, là tính thần của vũ trụ. Thọ nhận giới luật là trao truyền một điều gì đó có ý nghĩa vượt

lên trên sự hiểu biết của giác quan, như tinh thần của vũ trụ hay điều mà chúng ta gọi là Phật tánh. Những gì mà chúng ta chứng ngộ được qua thân thể và tâm thức được truyền từ thế hệ này qua thế hệ khác, ngoài tầm kiểm soát của chúng ta. Trải nghiệm sự chứng ngộ này, chúng ta có thể biết ơn sự cao cả như thế nào của cuộc sống con người. Dầu chúng ta biết hay không biết, dầu chúng ta muốn hay không muốn, tinh thần vũ trụ vẫn lưu truyền. Như thế chúng ta có thể học được tinh thần đích thực của nhân loại... Phật là vũ trụ và Pháp là giáo huấn từ vũ trụ, và Tăng già là một nhóm người làm cho vũ trụ và giáo huấn của nó sống động trong đời sống của chúng ta. Trong cuộc sống hằng ngày, chúng ta phải có chánh niệm về Phật, Pháp, Tăng, dầu chúng ta có hiểu hay không."

Ngũ giới là năm giới cấm của Phật tử tại gia và xuất gia, tuy nhiên, Đức Phật chế ngũ giới đặc biệt cho những Phật tử tại gia. Người trì giữ năm giới sẽ được tái sanh trở lại vào kiếp người (giới có nghĩa là ngăn ngừa, nó có thể chặn đứng các hành động, ý nghĩ, lời nói ác, hay đình chỉ các nghiệp báo ác trong khi phát khởi. Năm giới là điều kiện căn bản làm người, ai giữ tròn các điều kiện cơ bản này mới xứng đáng làm người. Trái lại thì đời này chỉ sống bằng thân người, mà phi nhân cách, thì sau chết do nghiệp cảm thuần thực, khó giữ được thân người, mà phải tái sanh lưu chuyển trong các đường ác thú. Do đó người học Phật, thọ tam quy (Saranagamana), phải cố gắng trì ngũ giới (Panca-veramana). Khi chúng ta tôn trọng giữ gìn năm giới, chúng ta chẳng những đem lại an lạc và hạnh phúc cho chính mình, mà còn cho gia đình và xã hội nữa. Mọi người sẽ thấy an toàn và thoải mái khi họ gần gũi với chúng ta. Ngoài ra, trì giữ năm giới căn bản sẽ khiến chúng ta khoan dung và tử tế hơn với người khác, đồng thời nó cũng khiến chúng ta biết quan tâm và chia sẻ với tha nhân những gì mà chúng ta có thể chia sẻ được. Ngũ giới còn giúp chúng ta những điều sau đây: khiến cho đời sống chúng ta có phẩm chất hơn, khiến cho chúng ta được mọi người kính trọng, khiến cho chúng ta trở thành một thành viên tốt trong gia đình, một người cha hiền, mẹ tốt, con ngoan, khiến chúng ta trở thành công dân tốt của xã hội.

Giới luật là những qui tắc căn bản trong đạo Phật. Giới được Đức Phật chế ra nhằm giúp Phật tử giữ mình khỏi tội lỗi cũng như không làm các việc ác. Tội lỗi phát sanh từ ba nghiệp thân, khẩu và ý. Luật pháp và quy tắc cho phép người Phật tử thuần thành hành động đúng

trong mọi hoàn cảnh (pháp điều tiết thân tâm để ngăn ngừa cái ác gọi là luật, pháp giúp thích ứng với phép tác chân chính bên ngoài gọi là nghi). Như trên đã nói, giới có nghĩa là hạnh nguyện sống đời phạm hạnh cho Phật tử tại gia và xuất gia. Có 5 giới cho người tại gia, 250 cho Tỳ kheo, 348 cho Tỳ kheo Ni và 58 giới Bồ Tát (gồm 48 giới khinh và 10 giới trọng). Trong khuôn khổ chương sách này, chúng ta chỉ đề cập đến ngũ giới cho người tại gia. Như trên đã nói, trong cả hai trường phái Nguyên Thủy và Đại Thừa, Đức Phật dạy các đệ tử của Ngài, nhất là Phật tử tại gia giữ gìn ngũ giới. Dù Kinh Phật không đi vào chi tiết, nhưng các đạo sư cả hai trường phái đã giải thích rất rõ ràng về sơ lược nội dung của năm giới này có thể tóm tắt như dưới đây: không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, không vọng ngữ, và không uống những chất cay độc.

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Ngũ Giới Trong Kinh Pháp Cú:

Giới Thứ Nhất Là Không Sát Sanh: Không Sát Sanh là giới thứ nhất trong Ngũ Giới. Chúng ta đang sống trong một thế giới bất toàn, mạnh hiếp yếu, lớn hiếp nhỏ, giết chóc tràn lan khắp nơi. Ngay trong thế giới loài vật, chúng ta cũng thấy cọp ăn nai, rắn ăn nhái, nhái ăn những côn trùng nhỏ, hoặc cá lớn nuốt cá bé, vân vân. Và hãy nhìn về thế giới loài người của chúng ta, chúng ta giết thú, thậm chí có khi vì quyền lợi mà chúng ta còn giết hại lẫn nhau nữa. Chính vì thế mà Đức Phật đặt ra giới luật thứ nhất cho chúng đệ tử của Ngài: “không sát sanh.” Không sát sanh là giới thứ nhất trong thập giới. Không sát sanh là không giết hại vì lòng từ bi mẫn chúng. Đây là giới luật đầu tiên dành cho cả xuất gia lẫn tại gia, không sát sanh bao gồm không giết, không bảo người giết, không hoan hỷ khi thấy giết, không nghĩ đến giết hại bất cứ lúc nào, không tự vận, không tán thán sự giết hay sự chết bằng cách nói: “Ông/bà thà chết đi còn sướng hơn sống.” Không sát sanh cũng bao gồm không giết hại thú vật. Không sát sanh cũng bao gồm không giết thú làm thịt, vì làm như vậy, chúng ta chẳng những cắt ngắn đời sống mà còn gây đau đớn và khổ sở cho chúng nữa (ba lý do trọng yếu để ngăn chặn sát sanh: a) Nghiệp báo nhơn quả: sát nghiệp bị sát báo, tức là giết người sẽ bị người giết lại. Đức Phật dạy: “Tất cả các loài hữu tình chúng sanh loài nào cũng quý trọng thân mạng, đều tham sống sợ chết. Tất cả già trẻ đều lo tiếc giữ thân mạng,

thậm chí đến lúc già gần chết đến nơi vẫn còn sợ chết. Vì quý trọng sự sống, nên khi bị gia hại là họ căm thù trọn kiếp. Lúc gần chết lại oán ghét nhau, lấy oán để trả oán, oán không bao giờ chấm dứt.” b) Sát sanh cùng với tâm cứu hộ trái nhau. c) Bồi dưỡng thân tâm: Phật giáo cấm Phật tử đích thân giết hại, cố ý giết hại, nhơn giết, duyên giết; không cho phép Phật tử chế tạo và bán các dụng cụ sát sanh như cung tên, dao gươm, súng đạn, vên vên). Phật tử chân thuần nên luôn nhớ lời Phật dạy, chẳng những không sát sanh, chẳng những tôn trọng sự sống, mà còn trân quý sự sống. Không sát sanh đồng thời mở lòng từ đến tất cả chúng sanh không đưa ra một giới hạn nào cả. Tất cả chúng sanh trong đạo Phật, hàm ý tất cả mọi loài sinh vật, mọi loài có hơi thở. Một điều ai trong chúng ta cũng phải thừa nhận rằng mọi loài đều có sự sống, dù là người hay vật, đều tham sống sợ chết. Vì sự sống quý giá đối với muôn loài như vậy, mục đích của chúng ta là không để nó bị hại và tìm cách kéo dài sự sống. Điều này áp dụng đến cả những sinh vật nhỏ nhoi nhất có ý thức về sự sống. Theo Kinh Pháp Cú (131), Đức Phật dạy: “Ai mưu cầu hạnh phúc, bằng cách hại chúng sanh, các loài thích an lành, đời sau chẳng hạnh phúc.” Hạnh phúc của mọi loài sinh vật tùy thuộc vào sự sống của chúng. Vì vậy tước đoạt đi cái được xem là vô cùng quý giá đối với chúng là cực kỳ độc ác và vô lương tâm. Vì vậy, không làm hại và giết chóc kẻ khác là một trong những đạo đức quan trọng nhất của người con Phật. Những ai muốn dưỡng thói quen đối xử độc ác với loài vật cũng hoàn toàn có khả năng ngược đãi con người khi có cơ hội. Khi một ý nghĩ độc ác dần dần phát triển thành nỗi ám ảnh, nó có thể dẫn đến tính tàn bạo. Những người sát sanh phải chịu đau khổ trong kiếp hiện tại. Sau kiếp sống này, ác nghiệp sẽ đẩy họ vào khổ cảnh lâu dài. Ngược lại, người có lòng thương tưởng đến những chúng sanh khác và tránh xa việc sát sanh sẽ được tái sanh vào những cõi an vui và nếu có sanh lại làm người cũng sẽ được đầy đủ sức khỏe, sắc đẹp, giàu sang, có ảnh hưởng, và thông minh, vân vân. Không sát sanh hay tàn hại sinh mạng của loài hữu tình. Trong giới luật thì giới này đứng đầu. Không sát sanh còn có nghĩa là không cố tâm giết hại sinh mạng, dù cho sanh mạng ấy là sinh mạng của loài vật, vì loài vật cũng biết đau khổ như chúng ta. Trái lại, phải luôn tôn trọng và cứu sống sinh mạng của muôn loài. Đức Phật đã dạy “Tội ác lớn không gì bằng giết hại sinh mạng; công đức lớn không gì bằng cứu sống sinh mạng. Đời sống thật quý báu đối với chúng sanh

mọi loài.” Thật vậy, tất cả chúng sanh đều tham sống sợ chết, chúng ta nên tôn trọng đời sống và không nên sát hại bất cứ sinh vật nào. Giới này không những cấm chúng ta sát hại con người, mà còn cấm chúng ta sát hại bất cứ sinh vật nào để kiếm tiền hay xem sát hại như một môn thể thao (săn bắn). Chúng ta có một thái độ bi mẫn đến muôn loài, và mong cho họ có đời sống hạnh phúc và giải thoát. Chăm sóc cho trái đất mà chúng ta đang ở, không làm ô nhiễm sông ngòi và không khí, không phá hủy rừng rậm cũng được bao gồm trong giới này. Giết hại chúng sanh, một trong bốn trọng tội trong Phật giáo. Sát sanh là cố ý giết hại mạng sống của chúng sanh, kể cả thú vật. Lời khuyên không sát sanh thách thức chúng ta phải sáng tạo ra những phương cách khác hơn bạo động nhằm giải quyết những xung đột. Không sát sanh hay tàn hại sinh mạng của loài hữu tình. Trong giới luật thì giới này đứng đầu. Không sát sanh còn có nghĩa là không cố tâm giết hại sinh mạng, dù cho sanh mạng ấy là sinh mạng của loài vật, vì loài vật cũng biết đau khổ như chúng ta. Trái lại, phải luôn tôn trọng và cứu sống sinh mạng của muôn loài. Đức Phật đã dạy “tội ác lớn không gì bằng giết hại sinh mạng; công đức lớn không gì bằng cứu sống sinh mạng.” Theo giáo thuyết nhà Phật thì giết người là phạm trọng giới, giết bất cứ loài sinh vật nào cũng đều phạm khinh giới. Tự vẫn hay tự giết mình cũng đưa đến những hình phạt nặng nề trong kiếp lai sanh.

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Ngũ Giới lúc nào cũng lan tỏa khắp trong Vườn Hoa Pháp Cú. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm X, Phẩm Đạo Trượng, Về Không Sát Sanh, Đức Phật đã dạy: Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Ai ai cũng sợ gươm đao, ai ai cũng sợ sự chết; vậy nên lấy lòng mình suy lòng người, chớ giết chớ bảo giết (Pháp Cú 129). Ai ai cũng sợ gươm đao, ai ai cũng thích được sống còn; vậy nên lấy lòng mình suy lòng người, chớ giết chớ bảo giết (Pháp Cú 130). Nếu lấy đao gây hại người toàn thiện toàn nhân, lập tức kẻ kia phải thọ lấy đau khổ trong mười điều (Pháp Cú 137). Thống khổ về tiền tài bị tiêu mất, thân thể bị bại hoại, hoặc bị trọng bệnh bức bách (Pháp Cú 138). Hoặc bị tán tâm loạn ý, hoặc bị vua quan áp bách, hoặc bị vu trọng tội, hoặc bị quyến thuộc ly tán (Pháp Cú 139). Hoặc bị tài sản tan nát, hoặc phòng ốc nhà cửa bị giặc thiêu đốt, và sau khi chết bị đọa vào địa ngục (Pháp Cú 140). Người nào nghiêm giữ thân tâm, chế ngự khắc phục ráo riết, thường tu phạm hạnh, không dùng đao gây hại sanh linh, thì chính người ấy là một

Thánh Bà la môn, là Sa môn, là Tỳ khưu vậy (Pháp Cú 142). Trong *Phẩm XIX, Phẩm Pháp Trụ, Đức Phật đã dạy*: Đủ kiến giải chân thật, giữ trọn các pháp hành, không sát hại sinh linh, lo tiết chế điều phục, đó mới là có trí: trừ hết các cấu nhơ, mới đáng danh trưởng lão (Pháp Cú 261).”

Giới Thứ Nhì Là Không Trộm Cấp: Không trộm cấp hay không lừa đảo, hay không lấy bất cứ thứ gì với ý định không lương thiện. Không trộm cấp đồng thời sống lương thiện, chỉ lấy những gì được cho theo đúng phép. Lấy những gì thuộc về người khác tuy không nghiêm trọng như tước đoạt mạng sống của họ, nhưng nó vẫn được xem là trọng tội bởi vì đã lấy đi của họ một niềm vui nào đó. Vì không ai muốn bị trộm cấp, cho nên không có gì khó hiểu khi thấy rằng lấy những gì không phải là của riêng mình là một lỗi lầm. Ý nghĩ thúc đẩy một người trộm cấp không bao giờ là thiện ý hay hảo ý được. Vì thế trộm cấp dẫn đến bạo hành, thậm chí cả sát nhân nữa. Những người buôn bán rất dễ phạm phải giới ‘không trộm cấp’. Một người có thể dùng ngòi viết và miệng lưỡi của mình với ý đồ trộm cấp. Không thể có an lạc và hạnh phúc trong một xã hội mà người ta lúc nào cũng phải đề phòng trộm cấp. Trộm cấp có thể có nhiều hình thức, như một công nhân làm việc chênh mảng hay vụng về nhưng vẫn được trả lương đầy đủ, người ấy thật sự là một tên trộm, vì họ nhận đồng tiền mà họ không đáng nhận. Và điều này cũng áp dụng đối với người chủ, nếu họ không trả lương đầy đủ cho công nhân. Tất cả chúng ta đều có quyền sở hữu như nhau, chúng ta có quyền cho theo như ý nguyện. Tuy nhiên, chúng ta không nên lấy bất cứ thứ gì không thuộc về mình bằng cách trộm cấp hay lừa đảo. Thay vào đó, chúng ta nên học cách cho để giúp đỡ người khác, và luôn bảo trì những gì chúng ta đang sử dụng, dù vật ấy thuộc về ta hay của công cộng. Theo nghĩa rộng, giới cấm này bao gồm cả phần trách nhiệm. Nếu chúng ta trây lười và lơ là bốn phận học hỏi và làm việc, người ta nói chúng ta “đang ăn cấp thì giờ” của chính mình. Giới này cũng khuyến khích chúng ta nên có lòng quảng đại bao dung. Người Phật tử nên luôn giúp đỡ người nghèo khổ bệnh hoạn và cúng dường lên chư Tăng Ni đang tu tập. Người Phật tử cũng nên luôn quảng đại với cha mẹ, thầy bạn để tỏ lòng biết ơn với những lời khuyên lớn dạy dỗ tốt lành của họ. Người Phật tử cũng nên luôn tỏ lòng thông cảm và khuyến tấn những người đang khổ đau phiền não. Giúp đỡ họ bằng lời Pháp Nhủ cũng được coi như là cách bố thí cao

thượng nhất. Không trộm cắp vì chúng ta không được quyền lấy những gì mà người ta không cho. Không trộm cắp làm cho chúng ta trở nên liêm khiết. Không trộm cắp là một trong tám giới đầu trong Thập Giới mà Đức Phật chế ra cho Phật tử tại gia cứ mỗi nửa tháng là phải giữ tám giới này trong 24 giờ. Lấy bất cứ thứ gì mà không được cho bởi chủ nhân hay trộm cắp cũng sai ngay cả về mặt pháp lý. Không trộm cắp có nghĩa là không trực tiếp hay gián tiếp phỉnh gạt để lấy của người. Trái lại còn phải cố gắng bố thí cho muôn loài. Đức Phật đã từng dạy “họa lớn không gì bằng tham lam; phước lớn không gì bằng bố thí”. Chúng ta không có quyền lấy bất cứ thứ gì mà người ta không cho. Không trộm cắp giúp cho chúng ta trở nên lương thiện hơn (bất cứ vật gì của người không cho mà mình cố ý lấy, thì gọi là thâu đạo hay trộm cắp. Ý nghĩa ngăn cản trộm cắp là để diệt trừ nghiệp báo, như quả ở ngoài, chủ yếu là trừ tâm niệm tham và diệt hẳn ngã chấp, ái dục mạnh thì khởi tâm tham cầu, tham cầu không được thì sanh ra trộm cắp. Một khi chấp ngã, nghĩa là chấp có ta, thì có của mình mà không có của người, chỉ nghĩ đến sở hữu của ta, không nghĩ đến sở hữu của người. Ngăn ngừa trộm cướp tức là chặn đứng lòng tham và chấp ngã). Có năm điều kiện cần thiết để thành lập nghiệp trộm cắp: có sở hữu của người khác, biết như vậy (biết đó là sở hữu của người khác), có ý định đoạt vật ấy làm sở hữu cho mình, cố gắng trộm cắp, và chính hành động trộm cắp. Người Phật tử chơn thuần không nên trộm cắp vì không trộm cắp sẽ giúp chúng ta tăng lòng quảng đại, tăng lòng thành tín nơi người, tăng lòng thành thật, không khốn khổ, và không thất vọng.

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Ngũ Giới lúc nào cũng lan tỏa khắp trong Vườn Hoa Pháp Cú. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XV, Phẩm Lạc, Về Không Trộm Cắp, Ngài đã dạy: Sung sướng thay chúng ta sống không tham dục giữa những người tham dục; giữa những người tham dục, chúng ta sống không tham dục (Pháp Cú 199). ***Trong Phẩm XVIII, Phẩm Cấu Uế, Đức Phật đã dạy:*** Trong thế gian này, ai hay sát sinh, hay nói dối, hay lấy cắp, hay phạm dâm, hay rượu chè say sưa (Pháp Cú 246). ***Trong Phẩm XIX, Phẩm Pháp Trụ, Đức Phật đã dạy:*** Những người hư ngụy, tật đố và xan tham, tuy có biện tài lưu loát, tướng mạo đoan trang cũng chẳng phải là người lương thiện (Pháp Cú 262). ***Trong Phẩm XXVI, Phẩm Bà La Môn, Đức Phật đã dạy:*** Trong kinh Pháp Cú, đức Phật dạy: “Đối với bất luận vật

gì xấu hay tốt, dài hay ngắn, thô hay tế mà người ta không cho thì không bao giờ lấy, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 409).”

Giới Thứ Ba Là Không Tà Dâm: Không tà dâm có nghĩa là không lang chạ với vợ hay chồng người, hoặc với người không phải là vợ hay chồng của mình. Gian dâm là sai. Người Phật tử tại gia nên có trách nhiệm trong vấn đề tình dục. Nếu chưa xuất gia được để tu hành giải thoát, thì hai vợ chồng nên gìn giữ mối quan hệ đứng đắn, ân cần, yêu thương và trung thành với nhau, thì gia đình sẽ hạnh phúc, và xã hội sẽ tốt đẹp hơn. Người phạm tội gian dâm không còn được kính nể và không được ai tin cậy. Tà dâm dính líu tới những người mà mối liên hệ vợ chồng phải tránh theo tập tục, hay với những người cấm bởi pháp luật, hay bởi Pháp, là sai. Cho nên ép buộc bằng phương tiện vũ lực hay tiền bạc một người đã có gia đình hay người chưa có gia đình ưng thuận là tà dâm. Mục đích của giới thứ ba là gìn giữ sự kính trọng gia đình và mỗi người liên hệ để bảo vệ tính cách thiêng liêng bất khả xâm phạm (Giới này chia làm hai loại, tại gia và xuất gia. Không tà dâm chỉ dành cho người tại gia thọ trì năm giới cấm, nghĩa là vợ chồng không chính thức cưới hỏi, phi thời, phi xứ, đều thuộc tà dâm. Giới cấm này chẳng những giúp ta tránh được quả báo, mà còn đặc biệt gìn giữ và trưởng dưỡng thân tâm không cho chạy theo tình dục phi thời phi pháp. Về phần Tăng chúng xuất gia, với ý chí cầu phạm hạnh, giới này đòi hỏi Tăng chúng đoạn tuyệt với tất cả mọi hành vi dâm dục, cho đến khởi tâm động niệm đều là phạm giới). Theo Thanh Tịnh Đạo, tà hạnh là làm những điều đáng lý không nên làm, và không làm cái nên làm, do tham sân si và sợ. Chúng được gọi là đường xấu vì đó là những con đường mà bậc Thánh không đi. Tà dâm được nói trong giáo lý nhà Phật như là một trong những hình thức tương tự với sự Gian Dâm. Với Tăng Ni dù chỉ suy nghĩ hay ao ước đến chuyện làm tình với một người khác, chứ đừng nói đến chuyện làm tình, là đã có tội và phạm giới luật nhà Phật, phải bị khai trừ khỏi Giáo đoàn. Riêng với Phật tử tại gia, nếu suy nghĩ hay ao ước, hoặc làm tình với người không phải là vợ chồng của mình đều bị cấm đoán. Tránh tà dâm là tôn trọng con người và những quan hệ cá nhân. Nhiều bất hạnh xảy đến với những con người tà hạnh và có lối sống thiếu trách nhiệm. Kết quả của sự tà hạnh là nhiều gia đình tan vỡ, nhiều trẻ em trở thành nạn nhân của sự lạm dụng tình dục. Đối với tất cả Phật tử tại gia, hạnh phúc của chính mình

cũng là hạnh phúc của người khác, vì thế vấn đề tình dục phải được thực thi bằng sự lo lắng yêu thương, chứ không bằng sự ham muốn đòi hỏi của xác thịt. Khi thọ trì giới này, Phật tử tại gia nên tự kiểm vấn đề tình dục, và vợ chồng nên trung thành với nhau. Vấn đề này cũng giúp tạo nên sự an lạc trong gia đình. Trong một gia đình hạnh phúc, người chồng và người vợ phải tương kính và thương yêu nhau. Có được gia đình hạnh phúc, thế giới sẽ trở thành một nơi tốt hơn cho đời sống. Những người Phật tử trẻ nên luôn nhớ có thân thể tinh khiết mới phát sanh được những việc thiện lành trong cuộc sống hằng ngày. Người Phật tử chơn thuần không nên tà hạnh vì thứ nhất chúng ta không muốn làm người xấu trong xã hội; thứ hai là không tà hạnh giúp chúng ta trở nên trong sạch và đàng hoàng hơn. Không tà hạnh là giới cấm thứ ba trong ngũ giới cho hàng tại gia, cấm ham muốn nhiều về sắc dục hay tà hạnh với người không phải là vợ chồng của mình. Giới thứ ba trong mười giới trọng cho hàng xuất gia trong Kinh Phạm Võng, cắt đứt mọi ham muốn về sắc dục. Người xuất gia phạm giới dâm dục tức là phạm một trong tứ đọa, phải bị trục xuất khỏi giáo đoàn vĩnh viễn. Đây là một trong tám giới đầu trong Thập Giới mà Đức Phật chế ra cho Phật tử tại gia cứ mỗi nửa tháng là phải giữ tám giới này trong 24 giờ. Có bốn điều kiện cần thiết để tạo nghiệp tà dâm: ý nghĩ muốn thỏa mãn nhục dục, cố gắng thỏa mãn nhục dục, tìm phương tiện để đạt được mục tiêu, và sự thỏa mãn hay hành động tà dâm. Riêng đối với người xuất gia, vị Tỳ Kheo nào chủ ý dâm dục mà nói với người nữ hoặc người nam nên có quan hệ tình dục với mình, vị ấy phạm giới Tăng thân giải cứu. Vị Tỳ Kheo Ni nào có chủ ý dâm dục, với người nam hay người nữ, là phạm một trong tám giới Rơi Rụng. Vị ấy không còn xứng đáng làm Tỳ Kheo Ni và không thể tham dự vào những sinh hoạt của giáo đoàn nữa. Dùng lời nói hay cử chỉ có tác dụng kích động dâm tính, là phạm giới Rơi Rụng thứ bảy. Bảo rằng mình sẵn sàng trao hiến tình dục cho người kia, là phạm giới Rơi Rụng thứ tám. Theo Đức Phật và Phật Pháp của Hòa Thượng Narada, đây là những quả báo không tránh khỏi của tà dâm: có nhiều kẻ thù, đời sống vợ chồng không hạnh phúc, và sanh ra làm đàn bà hay làm người bán nam bán nữ. Nếu các chúng sanh trong các thế giới ở lục đạo, mà tâm chẳng dâm, thì không bị sinh tử nối tiếp. Trong Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Đức Phật dạy: “Có người lo lắng vì lòng dâm dục không dứt nên muốn đoạn âm. Đoạn âm không bằng đoạn tâm. Tâm như người hướng dẫn,

một khi người hướng dẫn ngừng thì những kẻ từng sự đều phải ngừng. Tâm tà không ngừng thì đoạn âm có ích gì? Đức Phật Ca Diếp có dạy rằng: ‘Dục sinh từ nơi ý. Ý do tư tưởng sinh, hai tâm đều tịch lặng, không mê sắc cũng không hành dâm’.”

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Ngũ Giới lúc nào cũng lan tỏa khắp trong Vườn Hoa Pháp Cú. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XIV, Phẩm Phật Đà, Về Không Tà Dâm, Ngài đã dạy: Giả sử mưa xuống bạc vàng cũng chẳng thỏa mãn được lòng tham dục. Người trí đã biết rõ sự dâm dật vui ít khổ nhiều (Pháp Cú 186). Trong Phẩm XVIII, Phẩm Cấu Uế, Đức Phật đã dạy: Giả sử mưa xuống bạc vàng cũng chẳng thỏa mãn được lòng tham dục. Người trí đã biết rõ sự dâm dật vui ít khổ nhiều (Pháp Cú 186). Tà hạnh là vết nhơ của người đàn bà, xan lẫn là vết nhơ của sự bố thí; đối với cõi này hay cõi khác, thì tội ác lại chính là vết nhơ (Pháp Cú 242). Trong thế gian này, ai hay sát sinh, hay nói dối, hay lấy cắp, hay phạm dâm, hay rượu chè say sưa (Pháp Cú 246). Trong Phẩm XXII, Phẩm Địa Ngục, Đức Phật đã dạy: Buông lung theo tà dục, sẽ chịu bốn việc bất an: mắc tội vô phước, ngủ không yên, bị chê là vô luân, đọa địa ngục (Pháp Cú 309). Vô phước đọa ác thú bị khùng bố, ít vui, quốc vương kết trọng tội: đó là kết quả của tà dâm. Vậy chớ nên phạm đến (Pháp Cú 310).”

Giới Thứ Tư Là Không Vọng Ngữ: Vọng ngữ là lời nói giả dối để phỉ báng, khoe khoang hay lừa dối người khác. Vọng ngữ là không nói đúng sự thật (nói dối). Vọng ngữ cũng còn có nghĩa là nói lời dâm thọc, nói lười hai chiều hay nói lời hủy báng. Vọng ngữ còn có nghĩa là nói lời thô lỗ cộc cằn, hay nói lời nhảm nhí vô ích. Hủy báng kinh điển Phật giáo cũng được xem như một thứ vọng ngữ nghiêm trọng. Hủy báng kinh điển Phật giáo có nghĩa là chế nhạo những lời Phật dạy được viết lại trong kinh điển, như cho rằng những nguyên tắc ấy là giả, rằng những lời Phật dạy trong kinh điển Phật giáo hay trong Đại Thừa Phật giáo là do ma vương nói ra, vân vân. Loại phạm tội này không thể sám hối được. Theo Đức Phật và Phật Pháp của Hòa Thượng Narada, có bốn điều kiện cần thiết để tạo nên nghiệp nói dối: có sự giả dối không chân thật, ý muốn người khác hiểu sai lạc sự thật, thốt ra lời giả dối, và tạo sự hiểu biết sai lạc cho người khác. Theo Phật giáo, vọng ngữ là lối biện bạch chính cho những tội lỗi khác. Phật tử chân thuần phải nên để ý những trường hợp sau đây: vì tranh đua nên chúng

ta nói dối; vì tham lam nên chúng ta nói dối; vì muốn cầu cạnh nên chúng ta nói dối; vì ích kỷ nên chúng ta nói dối; vì tự lợi nên nói dối. Chúng ta nói dối để lừa gạt người khác. Chúng ta phạm lỗi mà không dám tự nhận nên nói dối, tìm lời biện bạch cho mình, vân vân và vân vân. Cũng theo Đức Phật và Phật Pháp của Hòa Thượng Narada, có những hậu quả không tránh khỏi của sự nói dối: bị mắng chửi nhục mạ, tánh tình đê tiện, không ai tín nhiệm, và miệng mồm hôi thúi. Đức Phật muốn chúng đệ tử của Ngài hết sức ngay thẳng nên Ngài đã khuyến cáo chúng ta không nên nói dối, mà nói thật, sự thật hoàn toàn. Không nói dối bao gồm không nói lời độc ác, không nói lời thêu dệt, không nói lưỡi hai chiều, không nói lời gian trá, như có nói không, không nói có. Trái lại, phải nói lời chân thật ngay thẳng hiền hòa, lợi mình lợi người. Tuy nhiên, trong những trường hợp đặc biệt, đôi khi người ta không thể nói được sự thật, chẳng hạn họ phải nói dối để khỏi bị hại, và bác sĩ nói dối để giúp đỡ tinh thần bệnh nhân. Nói dối vào những trường hợp như vậy có thể trái ngược với giới luật, nhưng không hẳn là trái ngược với lòng từ bi hay mục đích. Cấm nói dối mục đích là đem lại lợi ích hỗ tương bằng cách gắn vào sự thật và tránh sự xúc phạm bằng lời nói. Giống như vậy, lời phát biểu làm hại hạnh phúc người khác, chẳng hạn như lời nói hiểm độc, sỉ nhục, phỉ báng nhằm nhạo báng người khác và khoe khoang mình là người đáng tin, có thể là sự thật, nhưng những lời như vậy bị coi là sai vì chúng trái với giới luật. Phật tử chơn thuần nên luôn tôn trọng nhau và không nên vọng ngữ hay tự khoe khoang. Tránh vọng ngữ có thể đưa đến ít tranh cãi và hiểu lầm hơn, và thế giới sẽ là một nơi an lành hơn. Cách hành trì giới thứ tư là chúng ta nên luôn nói sự thật. Có bốn sự biểu hiện vọng ngữ. Thứ nhất là nói dối. Nói dối có nghĩa là nói thành lời hay nói bằng cách gạt đầu hay nhún vai để diễn đạt một điều gì mà chúng ta biết là không đúng sự thật. Tuy nhiên, khi nói thật cũng phải nói thật một cách sáng suốt kết hợp với tâm từ ái. Thật là thiếu lòng từ bi và u mê khi thật thà nói cho kẻ sát nhân biết về chỗ ở của nạn nhân mà hắn muốn tìm, vì nói thật như thế có thể đưa đến cái chết cho nạn nhân. Chúng ta không nên nói dối vì nếu chúng ta nói dối thì sẽ không ai tin chúng ta. Hơn nữa, không nói dối giúp ta trở nên chân thật và đáng tin cậy hơn.

Về vọng ngữ, Đức Phật dạy “Thường nói lời vọng ngữ thì sa đọa; có làm mà nói không, người tạo hai nghiệp ấy, chết cũng đọa địa ngục.

Thứ nhì là nói đâm thọc (nói lưỡi hai chiều) hay nói lời hủy báng. Nói lời đâm thọc là có nói không, không nói có để gây chia rẽ; hoặc nói ly gián hay nói lưỡi hai chiều. Theo thuật ngữ Pali, Pisunavaca có nghĩa là phá vỡ tình bạn. Vu khống người khác là một điều độc ác nhất vì nó đòi hỏi phải đưa ra một lời tuyên bố đối trá với ý định làm hại thanh danh của người khác. Người nói lời ly gián thường phạm vào hai tội ác một lúc, vì lời vu cáo không đúng sự thật nên người ấy phạm tội nói dối, và sau đó còn phạm tội đâm thọc sau lưng người khác. Trong thi kệ Sanskrit, người đâm thọc sau lưng người khác được so sánh với con muỗi, tuy nhỏ nhưng rất độc. Nó bay đến với tiếng hát vo ve, đậu lên người của bạn, hút máu, và có thể truyền bệnh sốt rét vào bạn. Lại nữa, lời lẽ của người đâm thọc có thể ngọt ngào như mật ong, nhưng tâm địa của họ đầy nọc độc. Như vậy chúng ta phải tránh lời nói đâm thọc, hay lời nói ly gián phá hủy tình thân hữu. Thay vì gây chia rẽ, chúng ta hãy nói những lời đem lại sự an vui và hòa giải. Thay vì gieo hạt giống phân ly, chúng ta hãy mang an lạc và tình bạn đến những ai đang sống trong bất hòa và thù nghịch. Thứ ba là “Nói lời thô lỗ cộc cằn”. Lời thô ác bao gồm nhục mạ, mắng chửi, nhạo báng và biếm nhẽ, vân vân. Có lúc chúng ta nói những lời đó với nụ cười trên môi mà chúng ta lại giả bộ cho rằng lời chúng ta đang thốt ra không có gì tổn hại đến ai. Phật tử thuần thành đừng bao giờ dùng lời thô ác vì những lời đó làm tổn hại đến người. Theo Hòa Thượng Narada trong Đức Phật và Phật Pháp, có ba điều kiện cần thiết để thành lập nghiệp nói lời thô lỗ: có một người khác để cho ta nói lời thô lỗ, tư tưởng sân hận, và thốt ra lời thô lỗ. Những hậu quả không tránh khỏi của sự nói lời thô lỗ cộc cằn: đầu không làm gì hại ai cũng bị họ ghét bỏ, tiếng nói khàn khàn chứ không trong trẻo. Vào thời Đức Phật còn tại thế, một ngày nọ, có một người giận dữ với sắc mặt hung tợn đến gặp Đức Phật. Người ấy nói những lời nói cộc cằn thô lỗ với Phật. Đức Phật lắng nghe một cách thản nhiên, và không nói một lời nào. Cuối cùng khi người ấy ngưng nói, Đức Phật bèn hỏi: “Nếu có ai đó đem một vật gì đến cho ông mà ông không nhận, thì vật ấy thuộc về ai?” Người ấy trả lời: “Dĩ nhiên là vật ấy vẫn thuộc về người hồi đầu muốn cho.” Đức Phật bèn nói tiếp: “Cũng như vậy với những lời mà ông vừa nói ban nãy, ta không muốn nhận, vậy chúng vẫn thuộc về ông. Ông phải tự giữ lấy chúng. Ta e rằng cuối cùng rồi ông sẽ gánh lấy khổ đau phiền não, vì kẻ ác thóa mạ người hiền chỉ mang lấy khổ đau cho

chính mình mà thôi. Cũng như một người muốn làm ô nhiễm bầu trời bằng cách phun nước miếng lên trời. Nước miếng của người ấy chẳng bao giờ có thể làm ô nhiễm được bầu trời, mà ngược lại nó sẽ rơi xuống ngay trên mặt của chính người đó vậy.” Nghe lời Phật nói xong, người đó cảm thấy xấu hổ, bèn xin Phật tha thứ và nhận làm đệ tử. Đức Phật nói: “Chỉ có ái ngữ và sự lý luận hợp lý mới có thể làm ảnh hưởng và chuyển hóa được người khác mà thôi.” Phật tử chân thuần nên cố tránh nói lời thô lỗ. Thứ tư là “Nói lời nhảm nhí vô ích”. Theo Hòa Thượng Narada trong Đức Phật và Phật Pháp, có hai điều kiện cần thiết để thành lập nghiệp nói lời nhảm nhí vô ích: ý muốn nói chuyện nhảm nhí, và thốt ra lời nói nhảm nhí vô ích. Những hậu quả không tránh khỏi của việc nói lời nhảm nhí: các bộ phận trong cơ thể bị khuyết tật, và lời nói không minh bạch rõ ràng (làm cho người ta nghi ngờ).

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Ngũ Giới lúc nào cũng lan tỏa khắp trong Vườn Hoa Pháp Cú. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm IV, Phẩm Hoa, về Không Vọng Ngữ, Đức Phật đã dạy: Như thứ hoa tươi đẹp chỉ phô trương màu sắc mà chẳng có hương thơm, những người chỉ biết nói điều lành mà không làm điều lành chẳng đem lại ích lợi (Pháp Cú 51). Như thứ hoa tươi đẹp, vừa có màu sắc, lại có hương thơm, những người nói điều lành và làm được điều lành sẽ đưa lại kết quả tốt (Pháp Cú 52). ***Trong Phẩm X, Phẩm Dao Trượng, Đức Phật đã dạy:*** Chớ nên nói lời thô ác. Khi người dùng lời thô ác nói với người khác. Người khác cũng dùng lời thô ác nói với người, thương thay những lời nóng giận thô ác chỉ làm cho các người đau đớn khó chịu như đao gây mà thôi (Pháp Cú 133). Nếu người mặc nhiên như cái đồng la bể trước những người đem lời thô ác cãi vã đến cho mình, tức là người đã tự tại đi trên đường Niết Bàn. Người kia chẳng làm sao tìm sự tranh cãi với người được nữa (Pháp Cú 134). ***Trong Phẩm XIII, Phẩm Thế Gian, Đức Phật đã dạy:*** Những ai vi phạm đạo Nhất thừa, những ai ưa nói lời vọng ngữ, những ai không tin tưởng đời sau, thì chẳng có điều ác nào mà họ không làm được (Pháp Cú 176). ***Trong Phẩm XVII, Phẩm Phẫn Nộ, Đức Phật đã dạy:*** Người trí chẳng những lo điều phục thân nghiệp, còn điều phục ngôn ngữ và tâm ý, cả ba nghiệp thấy điều phục hoàn toàn (Pháp Cú 234). ***Trong Phẩm XVIII, Phẩm Cấu Uế, Đức Phật đã dạy:*** Trong thế gian này, ai hay sát sinh, hay nói dối, hay lấy cắp, hay phạm dâm, hay rượu chè say sưa

(Pháp Cú 246). Trong *Phẩm XX, Phẩm Đạo, Đức Phật đã dạy*: Thân trọng lời nói, kềm chế ý nghĩ, thân không làm ác, ba nghiệp thanh tịnh, là được Đạo Thánh Nhơn (Pháp Cú 281). Trong *Phẩm XXII, Phẩm Địa Ngục, Đức Phật đã dạy*: Thường nói lời vọng ngữ thì sa đọa; có làm mà nói không, người tạo hai nghiệp ấy, chết cũng đọa địa ngục (Pháp Cú 306). Trong *Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, Đức Phật đã dạy*: Chế phục được thân, lành thay; chế phục được lời nói, lành thay; chế phục được tâm ý, lành thay; chế phục được hết thấy, lành thay. Tỳ kheo nào chế phục được hết thấy thì giải thoát hết thấy khổ (Pháp Cú 361). Gìn giữ tay chân và ngôn ngữ, gìn giữ cái đầu cao, tâm mến thích thiện định, riêng ở một mình, thanh tịnh và tự biết đầy đủ, ấy là bậc Tỳ kheo (Pháp Cú 362). Tỳ kheo nào điều nhiếp được ngôn ngữ, khôn khéo và tịch tịnh, thì khi diễn bày pháp nghĩa, lời lẽ rất hòa ái rõ ràng (Pháp Cú 363)."

Giới Thứ Năm Là Không Uống Rượu và Những Chất Cay Độc:

Rượu là thứ làm rối loạn tinh thần, làm mất trí tuệ. Trong hiện tại, rượu là nguyên nhân sanh ra nhiều tật bệnh; trong vị lai thì rượu chính là nguyên nhân của ngu si mê muội. Kinh Phật thường ví rượu hại hơn thuốc độc. Muốn tu tập hay phát huy trí tuệ phải tuyệt đối không uống rượu. Ngoài ra, cũng không được dùng các thứ thuốc kích thích thần kinh như thuốc phiện. Rượu đã từng được xem như là một trong những nguyên nhân chính của sự sa đọa và tinh thần con người. Hiện nay các loại ma túy được xem là độc hại và nguy hiểm hơn cả ngàn lần. Vấn đề này đã và đang trở thành vấn nạn trên khắp thế giới. Trộm cắp, cướp bóc, bạo dâm và lừa đảo ở tầm mức lớn lao đã xảy ra do ảnh hưởng độc hại của ma túy. Giới "Không Uống Rượu" dựa vào sự tôn trọng chính mình và không làm mất đi sự kiểm soát thân, khẩu, ý của chính mình. Nhiều thứ có thể trở nên những chất liệu làm cho chúng ta ghiền. Chúng bao gồm cả rượu, thuốc, hút thuốc và những sách vở không lành mạnh. Xử dụng bất cứ thứ nào trong những thứ vừa kể trên sẽ đưa đến sự tổn hại cho bản thân và gia đình. Một ngày nọ, Đức Phật đang thuyết Pháp cho hội chúng thì có một người trẻ say rượu đi khệnh khạng vào trong phòng. Người ấy vấp lên một vài chư Tăng đang ngồi trên sàn và bắt đầu to tiếng chửi rủa. Hơi thở của người ấy nồng nặc mùi rượu. Rồi người ấy vừa nói lắp bắp, vừa đi khệnh khạng ra khỏi phòng. Mọi người đều sợ sệt trước thái độ thô lỗ của người say ấy, nhưng Đức Phật vẫn bình thản nói với tứ chúng: "Này tứ chúng! Hãy

nhìn con người say ấy! Ta dám chắc về số phận của một người say. Hẳn sẽ mất sức khỏe, mất tiếng tăm. Thân thể người ấy sẽ yếu đuối và bệnh hoạn. Ngày và đêm, người ấy sẽ cãi cọ với gia đình và bạn hữu cho tới khi nào bị mọi người xa lánh. Điều tệ hại hơn hết là người ấy sẽ mất đi trí tuệ và trở nên mê muội.” Giữ được giới này chúng ta sẽ có một thân thể tráng kiện và tinh thần linh mẫn. Lý do tại sao chúng ta không nên uống những chất cay độc: không uống rượu vì nó làm ta mất sự tỉnh giác và tự chủ các căn, không uống rượu giúp ta tỉnh giác với các căn trong sáng. Hành giả nên luôn nhớ lời Phật dạy về mười lợi ích cho những ai trì giới: luôn trở thành vị chuyển luân vương; không mất tâm chuyên cần; luôn trở thành chư thiên cõi trời Đệ Thích mà không mất tâm chuyên cần; luôn tầm cầu Phật đạo; luôn giữ vững Bồ Tát đạo; không mất khả năng biện tài vô ngại; luôn thành tựu gieo trồng căn lành; luôn được chư Như Lai, chư Bồ Tát và chư Thánh chúng tán thán; nhanh chóng đạt được mọi loại trí tuệ. **Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Ngũ Giới lúc nào cũng lan tỏa khắp trong Vườn Hoa Pháp Cú. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XVIII, Phẩm Cấu Uế, về Không Sử Dụng Những Chất Cay Độc, Đức Phật đã dạy:** Trong thế gian này, ai hay sát sinh, hay nói dối, hay lấy cắp, hay phạm dâm, hay rượu chè say sưa (Pháp Cú 246).

Về Giữ Gìn Giới Luật, Đức Phật Dạy, trong Kinh Pháp Cú, Phẩm IV, Phẩm Hoa, Đức Phật đã dạy: Mùi hương của các thứ hoa, dù là hoa chiên đàn, hoa đa già la, hay hoa mật ly đều không thể bay ngược gió, chỉ có mùi hương đức hạnh của người chân chính, tuy ngược gió vẫn bay khắp cả muôn phương (Pháp Cú 54). Hương chiên đàn, hương đa già la, hương bạt tất kỳ, hương thanh liên, trong tất cả thứ hương, chỉ thứ hương đức hạnh là hơn cả (Pháp Cú 55). Hương chiên đàn, hương đa già la đều là thứ hương vi diệu, nhưng không sánh bằng hương người đức hạnh, xông ngát tận chư thiên (Pháp Cú 56). Người nào thành tựu các giới hạnh, hằng ngày chẳng buông lung, an trụ trong chính trí và giải thoát, thì ác ma không thể dòm ngó được (Pháp Cú 57). Như từ trong đồng bùn nhơ vất bỏ bên đường, mới sinh ra hoa sen thanh khiết ngọt ngào làm đẹp ý mọi người (Pháp Cú 58). Cũng thế chỉ từ nơi chốn phàm phu mạnh mẽ mới sản xuất những vị đại đệ tử của bậc chánh giác, đem trí tuệ soi sáng thế gian (Pháp Cú 59). **Trong Phẩm VIII, Phẩm Ngàn, Đức Phật đã dạy:** Sống trăm tuổi mà phá giới và buông lung, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà trì giới, tu thiền định

(Pháp Cú 110). *Trong Phẩm XII, Phẩm Tụ Kỳ, Đức Phật đã dạy*: Sự phá giới làm hại mình như dây mang-la bao quanh cây Ta-la làm cho cây này khô héo. Người phá giới chỉ là người làm điều mà kẻ thù muốn làm cho mình (Pháp Cú 162). *Trong Phẩm XIV, Phẩm Phật Đà, Đức Phật đã dạy*: Chớ nên phỉ báng, đừng làm náo hại, giữ giới luật tinh nghiêm, uống ăn có chừng mực, riêng ở chỗ tịch tịnh, siêng tu tập thiền định; ấy lời chư Phật dạy (Pháp Cú 185). *Trong Phẩm XVIII, Phẩm Cấu Uế, Đức Phật đã dạy*: Trong thế gian này, ai hay sát sinh, hay nói dối, hay lấy cắp, hay phạm dâm, hay rượu chè say sưa (Pháp Cú 246). *Trong Phẩm XXII, Phẩm Địa Ngục, Đức Phật đã dạy*: Phá giới chẳng tu hành, thà nuốt hờn sắt nóng hừng hực lửa đốt thân còn hơn thọ lãnh của tín thí (Pháp Cú 308). *Trong Phẩm XXVI, Phẩm Bà La Môn, Đức Phật đã dạy*: Đầy đủ các đức hạnh không nóng giận, trì giới thanh tịnh không dục nhiễm, thì chỉ ngang thân này là cuối cùng, không bị tiếp tục sanh nữa, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 400).

Nói tóm lại, theo Phật giáo, phạm giới là đang gieo nhân ác. Nếu chúng ta trồng nhân ác thì tương lai chúng ta sẽ gặt quả xấu. Những ai tạo ra oan nghiệt, phạm đủ thứ lỗi lầm thì tương lai sẽ thọ lãnh quả báo của địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, vân vân. *Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Ngũ Giới lúc nào cũng lan tỏa khắp trong Vườn Hoa Pháp Cú. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm I, Phẩm Phẩm Song Yếu, Đức Phật đã dạy*: Ở chỗ này ăn năn, tiếp ở chỗ khác cũng ăn năn, kẻ làm điều ác nghiệp, cả hai nơi đều ăn năn; vì thấy ác nghiệp mình gây ra, kẻ kia sanh ra ăn năn và chết mòn (Pháp Cú 15). Ở chỗ này vui, tiếp ở chỗ khác cũng vui; kẻ làm điều thiện nghiệp, cả hai nơi đều an vui; vì thấy thiện nghiệp mình gây ra, người kia sanh ra an lạc và cực lạc (Pháp Cú 16). Ở chỗ này than buồn, tiếp ở chỗ khác cũng than buồn, kẻ gây điều ác nghiệp, cả hai nơi đều than buồn: nghĩ rằng “tôi đã tạo ác” vì vậy nên nó than buồn. Hơn nữa còn than buồn vì phải đọa vào cõi khổ (Pháp Cú 17). Ở chỗ này hoan hỷ, tiếp ở chỗ khác cũng hoan hỷ, kẻ tu hành phước nghiệp, cả hai nơi đều hoan hỷ: nghĩ rằng “tôi đã tạo phước” vì vậy nên nó hoan hỷ. Hơn nữa còn hoan hỷ vì được sanh vào cõi lành (Pháp Cú 18). *Trong Phẩm VI, Phẩm Trí Giả, Đức Phật đã dạy*: Chớ thân với bạn ác, chớ thân với kẻ tiểu nhân. Hãy thân với bạn lành, hãy thân với bậc thượng nhân (Pháp Cú 78). Người trí hãy nên rời bỏ hắc pháp (ác pháp) mà tu tập bạch pháp

(thiện pháp), xa gia đình nhỏ hẹp, xuất gia sống độc thân theo pháp tắc Sa-môn (Pháp Cú 87). Người trí phải gột sạch những điều cấu uế trong tâm, hãy cầu cái vui Chánh pháp, xa lìa ngũ dục mà chứng Niết bàn (Pháp Cú 88). Người nào thường chính tâm tu tập các phép giác chi, xa lìa tánh cố chấp, rời bỏ tâm nhiễm ái, diệt hết mọi phiền não để trở nên sáng suốt, thì sẽ giải thoát và chứng đắc Niết bàn ngay trong đời hiện tại (Pháp Cú 89). *Trong Phẩm IX, Phẩm Ác, Đức Phật đã dạy:* Chớ nên khinh điều lành nhỏ, cho rằng “chẳng đưa lại quả báo cho ta.” Phải biết giọt nước nhỏ lâu ngày cũng làm đầy bình. Kẻ trí sở dĩ toàn thiện bởi chứa dồn từng khi ít mà nên (Pháp Cú 122). *Trong Phẩm X, Phẩm Dao Trượng, Đức Phật đã dạy:* Kẻ ngu phụ tạo các ác nghiệp vẫn không tự biết có quả báo gì chẳng? Người ngu tự tạo ra nghiệp để chịu khổ, chẳng khác nào tự lấy lửa đốt mình (Pháp Cú 136). *Trong Phẩm XI, Phẩm Lão, Đức Phật đã dạy:* Như xe vua lộng lẫy, cuối cùng cũng hư hoại, thân này rồi sẽ già. Chỉ có Pháp của bậc Thiện, khỏi bị nạn già nua. Như vậy bậc chí Thiện, nói lên cho bậc Thiện (Pháp Cú 151). *Trong Phẩm XIII, Phẩm Thế Gian, Đức Phật đã dạy:* Ai dùng các hạnh lành, làm xóa mờ nghiệp ác, sẽ chói sáng đời này, như trăng thoát mây che (Pháp Cú 173). *Trong Phẩm XVI, Phẩm Hỷ Ái, Đức Phật đã dạy:* Khách lâu ngày tha hương, an ổn từ xa về, bà con cùng thân hữu, hân hoan đón chào mừng. Cũng vậy các phước nghiệp, đón chào người làm lành, đời này đến đời kia, như thân nhân đón chào (Pháp Cú 219 & 220). *Trong Phẩm XXI, Phẩm Tạp, Đức Phật đã dạy:* Người lành dầu ở xa, sáng tỏ như núi Tuyết. Kẻ ác dầu ở đây, cũng không hề được thấy, như tên bắn đêm đen (Pháp Cú 304). *Trong Phẩm XXII, Phẩm Địa Ngục, Đức Phật đã dạy:* Ác hạnh không nên làm, làm xong chịu khổ lụy. Thiện hạnh ắt nên làm, làm xong không ăn năn (Pháp Cú 314).”

Chương Bốn Mười Ba

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Nhẫn Nhục Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Nhẫn Nhục Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Trong Phật giáo, nhẫn nhục (Ksanti) có nghĩa là nhẫn nại chịu đựng. Kshanti thường được dịch là “sự kiên nhẫn,” hay “sự cam chịu,” hay “sự khiêm tốn,” khi nó là một trong lục độ ba la mật. Nhẫn nhục là một trong những phẩm chất quan trọng nhất trong xã hội hôm nay. Theo Phật giáo, nếu không có khả năng nhẫn nhục và chịu đựng thì không thể nào tu đạo được. Đức Thích Ca Mâu Ni Phật có tất cả những đức hạnh và thành Phật do sự kiên trì tu tập của Ngài. Tiểu sử của Ngài mà ta đọc được bất cứ ở đâu hay trong kinh điển, chưa có chỗ nào ghi rằng Đức Phật đã từng giận dữ. Dù Ngài bị ngược đãi nặng nề hay dù các đệ tử Ngài nhẫn tâm chống Ngài và bỏ đi, Ngài vẫn luôn luôn có thái độ cảm thông và từ bi. Là đệ tử của Ngài, chúng ta phải nên luôn nhớ rằng: “Không có hành động nào làm cho Đức Phật thất vọng hơn là khi chúng ta trở nên giận dữ về điều gì và trách mắng hay đổ thừa cho người khác vì sự sai lầm của chính chúng ta.” Nếu chúng ta muốn tu các pháp môn Thiền Định, Niệm Phật hay Niệm Hồng Danh Đức Quán Thế Âm, vân vân, chỉ cần có lòng nhẫn nhục là mình sẽ thành tựu. Nếu không có lòng nhẫn nhục thì pháp môn nào chúng ta cũng chẳng thể tu tập được. Nếu thiếu lòng nhẫn nại thì luôn luôn cảm thấy thế này là không đúng, thế kia là không phải, việc gì cũng không vừa ý; như vậy thì còn tu hành gì được nữa. Tóm lại, một khi chúng ta kiên nhẫn theo sự tu tập của Bồ Tát, chúng ta không còn trở nên giận dữ hay trách mắng kẻ khác hay đối với mọi sự mọi vật trong vũ trụ. Chúng ta có thể than phiền về thời tiết khi trời mưa trời nắng và cần nhẫn về bụi bặm khi chúng ta gặp buổi đẹp trời. Tuy nhiên, nhờ nhẫn nhục, chúng ta sẽ có được một tâm trí bình lặng thanh thản, lúc đó chúng ta sẽ biết ơn cả mưa lẫn nắng. Rồi thì lòng chúng ta sẽ trở nên tự tại với mọi thay đổi trong mọi hoàn cảnh của chúng ta. Trong giáo

điển Phật giáo, hương thơm Pháp Cú luôn lan tỏa khắp trên đường hành giả tu tập nhẫn nhục.

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Nhẫn Nhục Trong Kinh Pháp Cú:

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng lan tỏa và hòa quyện với hương thơm của Nhẫn Nhục. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XXIII, Phẩm Voi, Đức Phật đã dạy: Voi xuất trận nhẫn chịu cung tên như thế nào, ta đây thường nhẫn chịu mọi điều phỉ báng như thế ấy. Thật vậy, đời rất lắm người phá giới (thường ghét kẻ tu hành) (Pháp Cú 320). Luyện được voi để đem dự hội, luyện được voi để cho vua cỡi là giỏi, nhưng nếu luyện được lòng ẩn nhẫn trước sự chê bai, mới là người có tài điều luyện hơn cả mọi người (Pháp Cú 321). *Trong Phẩm XV, Phẩm Lạc, Đức Phật đã dạy:* Đi chung với người ngu, chẳng lúc nào không lo buồn. Ở chung với kẻ ngu khác nào ở chung với quân địch. Ở chung với người trí khác nào hội ngộ với người thân (Pháp Cú 207). Đúng như vậy, người hiền trí, người đa văn, người nhẫn nhục, người trì giới chân thành và các bậc Thánh giả là chỗ nương dựa tốt nhất cho mọi người. Được đi theo những bậc thiện nhân hiền huệ ấy, khác nào mặt trăng đi theo đường tịnh đạo (Pháp Cú 208). *Trong Phẩm XXVI, Phẩm Bà La Môn, Đức Phật đã dạy:* Nhẫn nhục khi bị đánh mắng, không sanh lòng sân hận; người có đội quân nhẫn nhục hùng cường, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 399).

Chương Bốn Mười Bốn

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Sám Hối Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Sám Hối Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Sám nghĩa là sám trừ cái lỗi lầm xưa, cảm thấy hổ thẹn với những lỗi lầm đã phạm phải trong quá khứ. Hối là cải sửa, quyết tâm sửa đổi để không còn tái phạm nữa. Sám hối hay Sám ma có nghĩa là thân nên kiên trì nhẫn nại nói ra những lỗi lầm của mình, và thỉnh cầu tiền nhân tha thứ. Hơn nữa, sám hối là sự thú lỗi về những hành động đã qua của mình, những sai lầm về vật lý và tâm lý, tâm ta được thanh tịnh do sự sám hối như vậy, và vì nó giải thoát cho ta khỏi một cảm giác tội lỗi nên ta cảm thấy dễ chịu hơn. Trong vô số kiếp luân hồi của ta kể từ vô thủy cho đến ngày nay, vì vô minh tham ái tài, sắc, danh, thực, thù, của cải, quyền uy, vân vân phủ che khiến cho chơn tánh của chúng ta bị mê mờ, do đó thân khẩu ý gây tạo không biết bao nhiêu điều lầm lạc. Hơn nữa, do từ nơi ngã và ngã sở chấp, nghĩa là chấp lấy cái ta và cái của ta, mà chúng ta chỉ muốn giữ phần lợi cho riêng mình mà không cần quan tâm đến những tổn hại của người khác, vì thế mà chúng ta vô tình hay cố ý làm náo hại vô lượng chúng sanh, tạo ra vô biên tội nghiệp, oan trái chất chồng. Ngay cả đến ngôi Tam Bảo chúng ta cũng không chừa, những tội nghiệp như vậy không sao kể xiết. Nay may mắn còn chút duyên lành dư lại từ kiếp trước nên gặp và được thiện hữu tri thức dạy dỗ, dắt dìu, khiến hiểu được đôi chút đạo lý, thấy biết sự lỗi lầm. Thế nên chúng ta phải phát tâm hổ thẹn ăn năn, đem ba nghiệp thân khẩu ý ra mà chí thành sám hối. Sám hối là một trong những cửa ngõ quan trọng đi vào đại giác, vì nhờ đó mà nội tâm chúng ta luôn được gội rửa. Người tu Phật đừng nên buông lung tạo tội lỗi, mà ngược lại cần phải làm nhiều việc công đức. Làm được như vậy mới mong bù đắp được phần nào tội lỗi mà mình đã gây tạo từ trước. Tuy nhiên, nếu phạm lỗi chúng ta cần phải phát lồ sám hối, vì tội lỗi dầu lớn tày trời, nếu biết sám hối, tội thời tiêu tan. Phật tử chân thuần phải sám hối như thế nào? Chúng ta phải ở trước tứ chúng kể ra tất cả

tội lỗi mà mình đã phạm phải, phải nói rõ mọi chi tiết của các tội và phát nguyện rằng từ nay về sau tuyệt đối sẽ không tái phạm. Như vậy chư Phật và chư Bồ Tát sẽ hộ trì cho chúng ta tu tập trừ sạch nghiệp tội. Vì những tội lỗi trước kia của chúng ta đều là “Vô tâm sở phạm,” tức là do vô ý mà phạm. Nếu mình đã phát lồ sám hối mà vẫn còn tiếp tục tái phạm, tức là đã biết rõ mà vẫn cố ý vi phạm, thì gọi là minh tri cố phạm, thì dầu cho có sám hối đi nữa cũng không có tác dụng, bởi vì nó thuộc loại định nghiệp, tương lai tất nhiên chúng ta phải chịu quả báo. Phật tử chân thuần đừng nên có tư tưởng tạo tội rồi sám hối là hết, là kể như vô tội. Rồi từ đó cứ gây nghiệp tạo tội, gây xong rồi lại sám hối, sám hối rồi lại gây. Nếu như vậy thì tội của chúng ta sẽ chất chồng cao lên như hòn núi Tu Di, kết quả tất nhiên là con đường địa ngục không thể tránh khỏi.

Nói tổng quát, sám hối hay Sám ma có nghĩa là thân nói ra những lỗi lầm của mình, phát tâm hổ thẹn ăn năn, đem ba nghiệp thân khẩu ý ra mà chỉ thành sám hối. Sám hối là một trong những cửa ngõ quan trọng đi vào đại giác, vì nhờ đó mà nội tâm chúng ta luôn được gội rửa. Sám hối nghiệp chương là hạnh nguyện thứ tư trong Phổ Hiền Thập Hạnh Nguyện. Sám hối nghiệp chương là vì từ vô thủy tham, sân, si đã khiến thân khẩu ý tạp gây vô biên ác nghiệp, nay đem trọn cả ba nghiệp thanh tịnh thân, khẩu và ý thành tâm sám hối trước mười phương tam thế các Đức Như Lai. Chúng ta từ vô thủy kiếp đến nay, do nơi chấp ngã quá nặng nên bị vô minh hành xử, thân, khẩu, ý vì thế mà tạo ra vô lượng nghiệp nhân, thậm chí đến các việc nghịch ân bội nghĩa đối với cha mẹ, Tam Bảo, vân vân chúng ta cũng không từ. Ngày nay giác ngộ, ắt phải sanh lòng hổ thẹn ăn năn bằng cách đem ba nghiệp thân khẩu ý ấy mà chỉ thành sám hối. Hành giả nên luôn nhớ rằng trong kiếp luân hồi, mọi loài hằng đổi thay làm quyến thuộc lẫn nhau. Thế mà ta vì mê mờ lầm lạc, từ kiếp vô thủy đến nay, do tâm chấp ngã muốn lợi mình nên làm tổn hại chúng sanh, tạo ra vô lượng vô biên ác nghiệp. Thậm chí đến chư Phật, Thánh nhơn, vì tâm đại bi đã ra đời thuyết pháp cứu độ loài hữu tình, trong ấy có ta, mà đối với ngôi Tam Bảo ta lại sanh lòng vong ân hủy phá. Ngày nay giác ngộ, ta phải hổ thẹn ăn năn, đem ba nghiệp chỉ thành sám hối. Đức Di Lặc Bồ Tát đã lên ngôi bất thối, vì muốn mau chứng quả Phật, mỗi ngày còn lễ sám sáu thời. Vậy ta phải đem thân nghiệp kính lễ Tam Bảo, khẩu nghiệp tỏ bày tội lỗi cầu được tiêu trừ, ý nghiệp thành khẩn ăn năn thì

không tái phạm. Đã sám hối, phải dứt hẳn tâm hạnh ác, không còn cho tiếp tục nữa, đi đến chỗ tâm và cảnh đều không, mới là chân sám hối. Lại phải phát nguyện, nguyện hưng long ngôi Tam Bảo, nguyện độ khắp chúng sanh để chuộc lại lỗi xưa và đền đáp bốn ân nặng (ân Tam Bảo, ân cha mẹ, ân sư trưởng, ân thiện hữu tri thức, và ân chúng sanh). Có tâm sám nguyện như vậy tội chướng mới tiêu trừ, công đức ngày thêm lớn, và mới đi đến chỗ phước huệ lưỡng toàn.

Sám hối không có nghĩa là dần xếp với chính mình, không phải là có một thái độ lãnh đạm hay mập mờ, mà là đánh bóng Phật tánh của mình bằng cách loại bỏ dần những ảo tưởng và ô nhiễm ra khỏi tâm mình. Sự thực hành sám hối chính là hạnh Bồ Tát, qua đó không những người ta đánh bóng Phật tánh của mình mà còn phục vụ tha nhân nữa. Sám hối là điều tiên quyết không thể thiếu được trong đời sống tôn giáo. Hy vọng là mọi người sẽ không ngừng liên tục thực hành sám hối trong cuộc sống hằng ngày của mình. Chính vì vậy mà Đức Phật dạy trong Kinh Pháp Hoa: “Trong tương lai, nếu có ai thực hành (tu tập) pháp sám hối thì hãy nên biết rằng người ấy đã mặc áo của hổ thẹn, được chư Phật che chở và giúp đỡ, chẳng bao lâu người ấy sẽ đạt được trí tuệ tối thượng.”

Sám hối vì “như thị đẳng tội, vô lượng vô biên.” Nghĩa là sám hối vì những tội như vậy không bờ bến, không hạn lượng. Không những tội mình không thể kể hết được mà nó còn nhiều không biên tế. Nếu như đã biết tội nghiệp của mình sâu dày như vậy thì mình nên đối trước Phật tiền mà sám hối. Trong sám hối, sự thành tâm là tối yếu. Khi sám hối phải thành tâm mà sám hối, ví bằng gian dối thì dù có trải qua trăm ngàn vạn ức, hằng hà sa số kiếp cũng không thể nào làm cho tội nghiệp tiêu trừ được. Cổ đức có dạy một bài sám hối như sau:

Mọi thứ ác nghiệp trong quá khứ
Đều do vô thủy tham, sân, si
Nơi thân, khẩu, ý mà sanh ra,
Con nay thấy đều xin sám hối.

Bài sám văn này chẳng những có thể làm mình sám hối được tội chướng, mà nó còn cho mình thấy nguyên nhân của việc tạo tội. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng bất luận là tội do thân tạo ra như là sát sanh, trộm cắp, tà dâm; hoặc do nơi miệng tạo ra như nói láo, nói lời độc ác, nói lời thù hận, nói lưỡi hai chiều; hoặc là tội phát sinh từ

nơi ý như tham, sân, si, vân vân, mình phải khẩn thiết sám hối. Nếu không thì mình sẽ ngày càng sa lầy trong biển nghiệp chướng nặng nề.

Cảm giác tội lỗi thường hiện diện mỗi khi chúng ta nói hay làm điều gì bất thiện và gây nên đau khổ cho người khác, mặc dầu họ không biết. Người Phật tử không nên mang thứ mặc cảm này, mà nên thay vào đó bằng sự hối cải sáng suốt. Người Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng lời nói và việc làm bất thiện sẽ mang lại hậu quả xấu nên mỗi khi làm việc gì không phải chúng ta nên thành thật chấp nhận và sửa sai. Ngoại đạo tin rằng có cái gọi là “Đấng cứu chuộc” trên thế gian này, nhưng đạo Phật không nhấn mạnh đến sự chuộc lỗi. Theo đạo Phật, mỗi người phải tự tu để cứu lấy chính mình. Chúng ta có thể giúp đỡ người khác bằng tư tưởng, lời nói hay việc làm, nhưng chúng ta không thể nhận lãnh hậu quả thế cho những nghiệp dữ mà người ấy đã gây tạo. Tuy nhiên, Phật giáo nhấn mạnh đến lòng bi mẫn của các vị Bồ Tát nhằm giúp chúng sanh nhẹ bớt khổ đau phiền não. Theo Phật giáo, hối hận có nghĩa là cảm thấy tiếc cho những hành động trong quá khứ. Hối hận cho những việc làm bất thiện hay không có đạo đức trong quá khứ là hối hận tích cực; tuy nhiên nếu hối tiếc cho những việc làm tốt trong quá khứ là hối hận tiêu cực. Theo Phật giáo, Phật tử chân thuần nên luôn luôn sám hối nghiệp chướng là vì từ vô thủy tham, sân, si đã khiến thân khẩu ý tạp gây vô biên ác nghiệp. Cũng do ba thứ độc này làm chủ nên thân thể mình mới phạm vào những tội như sát sanh, trộm cắp, tà dâm. Nơi miệng thì sản sanh ra những tội vọng ngữ, nói lời thêu dệt, ác độc, nói dối hai chiều. Nay đem trọn cả ba nghiệp thanh tịnh thân, khẩu và ý thành tâm sám hối trước mười phương tam thế các Đức Như Lai. Sám Hối Nghiệp Chướng còn là hạnh nguyện thứ tư trong Phổ Hiền Thập Hạnh Nguyện. Bên cạnh đó, nghi thức phát lồ sám hối tội lỗi là nghi thức tu tập thường xuyên trong các khóa lễ của chư Tăng Ni.

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Sám Hối Trong Kinh Pháp Cú:

Người tu Phật đừng nên buông lung tạo tội lỗi, mà ngược lại cần phải làm nhiều việc công đức. Làm được như vậy mới mong bù đắp được phần nào tội lỗi mà mình đã gây tạo từ trước. Tuy nhiên, nếu phạm lỗi chúng ta cần phải phát lồ sám hối, vì tội lỗi dầu lớn tày trời, nếu biết sám hối, tội thời tiêu tan. Phật tử chân thuần phải sám hối như

thế nào? Chúng ta phải ở trước tứ chúng kể ra tất cả tội lỗi mà mình đã phạm phải, phải nói rõ mọi chi tiết của các tội và phát nguyện rằng từ nay về sau tuyệt đối sẽ không tái phạm. Như vậy chư Phật và chư Bồ Tát sẽ hộ trì cho chúng ta tu tập trừ sạch nghiệp tội. Vì những tội lỗi trước kia của chúng ta đều là “Vô tâm sở phạm,” tức là do vô ý mà phạm. Nếu mình đã phát lồ sám hối mà vẫn còn tiếp tục tái phạm, tức là đã biết rõ mà vẫn cố ý vi phạm, thì gọi là minh tri cố phạm, thì dầu cho có sám hối đi nữa cũng không có tác dụng, bởi vì nó thuộc loại định nghiệp, tương lai tất nhiên chúng ta phải chịu quả báo. Phật tử chân thuần đừng nên có tư tưởng tạo tội rồi sám hối là hết, là kể như vô tội. Rồi từ đó cứ gây nghiệp tạo tội, gây xong rồi lại sám hối, sám hối rồi lại gây. Nếu như vậy thì tội của chúng ta sẽ chất chồng cao lên như hòn núi Tu Di, kết quả tất nhiên là con đường địa ngục không thể tránh khỏi. Có người tin nơi “Thủ tướng sám hối”, tức là phép sám hối cầu sự có mặt của Phật để được tận trừ tội lỗi. Định tâm tin chắc rằng Phật xoa đầu và xả tội cho mình. Tuy nhiên, hành giả nên tu tập thiền và quán tưởng lẽ vô sanh, dứt các phiền não, tránh được những tư tưởng sai trái cũng như ảo tưởng và màn vô minh che lấp Trung đạo.

Đức Phật dạy: “Thân là nguồn gốc của tất cả nỗi khổ, là nguyên nhân của mọi hình phạt và quả báo trong tam đồ ác đạo.” Chúng sanh vì ngu muội nên chỉ biết có thân mình chớ chẳng cần biết đến thân người khác. Chỉ biết nỗi khổ của mình chớ chẳng nghĩ đến nỗi khổ của người. Chỉ biết mình cầu được yên vui, mà không biết rằng người khác cũng mong được yên vui. Hơn nữa, cũng vì vô minh mà ta khởi tâm bỉ thử, từ đó mà sanh ra ý tưởng thân sơ, dần dần kết thành thù oán lẫn nhau, gây nghiệp oan trái tiếp nối đời đời kiếp kiếp. Thân nghiệp có ba lỗi lớn là sát sanh, trộm cắp và tà dâm. Muốn sám hối nơi thân, phải đem thân lễ kính Tam Bảo, nghĩ biết rằng sắc thân này vô thường, nhiều bệnh hoạn khổ đau, và hằng luôn thay đổi, chuyển biến, rồi lại chúng ta chẳng thể nào chủ trì hay chỉ huy được thân này. Vì thế chúng ta chớ nên quá lệ thuộc vào thân và đừng nên vì thân này mà tạo ra các điều ác nghiệp.

Chính Vì Vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm III, Phẩm Tâm, Đức Phật đã dạy: Thân này thật là ngắn ngủi! Nó sẽ ngủ một giấc dài dưới ba thước đất, vô ý thức bị vất bỏ như khúc cây khô vô dụng (Pháp Cú 41). **Trong Phẩm X, Phẩm Đạo Trượng, Đức Phật đã dạy:** Chẳng phải đi chân không, chẳng phải để tóc xù (bờm), chẳng phải xoa tro

đất vào mình, chẳng phải tuyệt thực, chẳng nằm trên đất, chẳng phải để thân mình nhớp nhúa, cũng chẳng phải ngồi xồm mà người ta có thể trở nên thanh tịnh, nếu không dứt trừ nghi hoặc (Pháp Cú 141). Người nào nghiêm giữ thân tâm, chế ngự khắc phục ráo riết, thường tu phạm hạnh, không dùng đao gây hại sanh linh, thì chính người ấy là một Thánh Bà la môn, là Sa môn, là Tỳ khưu vậy (Pháp Cú 142). *Trong Phẩm XI, Phẩm Lão, Đức Phật đã dạy:* Hãy ngắm cái thân tốt đẹp này chỉ là đồng xương lở lói, chồng chất tật bệnh đã được người ta tưởng là êm ái, trong đó tuyệt đối không có gì trường tồn (Pháp Cú 147). Cái hình hài suy già nầy là cái rừng tập trung bệnh tật, dễ hư nát. Đã có tụ tất có tán, có sinh tất có tử (Pháp Cú 148). Trái hồ lô (trái bầu) về mùa thu thì khô tàn. Thân nầy cũng vậy, khi đã hư hoại thì chỉ còn một đồng xương màu lông hạc; rõ thật chẳng có gì vui (Pháp Cú 149). Thân nầy là cái thành xây bằng xương cốt và tô quét bằng máu thịt, để cất chứa sự già sự chết, ngã mạn và dối gian (Pháp Cú 150). Cái xe vua đi dù được trang hoàng lộng lẫy cũng phải hư hoại, thân nầy dù có trau tria cũng có lúc già yếu. Chỉ trừ thiện pháp của bậc thiện nhân là không bị suy già và cứ di chuyển từ người lành nầy sang người lành khác (Pháp Cú 151). Lúc thanh niên cường tráng đã không kiếm ra tài của, cũng chẳng lo tu hành, thì khi già cả chẳng khác gì con cò già bên bờ ao, chẳng kiếm ra mồi, nằm khô héo chết mòn (Pháp Cú 155). Lúc thanh niên cường tráng đã không kiếm ra tài của, cũng chẳng lo tu hành, nên khi già nằm xuống, đáng người như cây cung gãy, cứ buồn than về dĩ vãng (Pháp Cú 156). *Trong Phẩm XIII, Phẩm Thế Gian, Đức Phật đã dạy:* Chớ nên theo điều ty liệt, chớ nên đem thân buông lung, chớ nên theo tà thuyết, chớ làm tăng trưởng tục trần (Pháp Cú 167).

Cũng theo Đức Phật, miệng là cửa ngõ của tất cả mọi oán họa. Quả báo của khẩu nghiệp nặng nề vào bậc nhất. Khẩu nghiệp có bốn thứ là nói dối, nói lời mạ lỵ, nói lời thù dật, và nói lưỡi hai chiều. Do nơi bốn cái nghiệp ác khẩu nầy mà chúng sanh gây tạo ra vô lượng vô biên tội lỗi, hoặc nói lời bay bướm, ngọt ngào, giả dối, lừa gạt, ngôn hành trái nhau. Một khi ác tâm đã sanh khởi thì không nói chỉ đến người khác, mà ngay cả cha mẹ, sư trưởng, chúng ta cũng không chừa, không một điều nào mà ta không phỉ báng, chúng ta không từ một lời nói độc ác, trù rửa nào, hoặc nói lời ly tán khiến cho cốt nhục chia lìa, không nói có, có nói không, nói bừa bãi vô trách nhiệm. Phật tử chơn thuần phải luôn sám hối khẩu nghiệp, phải dùng cái miệng tội lỗi ngày

xưa mà phát ra những lời ca tụng, tán thán công đức của chư Phật, tuyên nói những điều lành, khuyên bảo kẻ khác tu hành, ngồi thiền, niệm Phật hay tụng kinh. Sau đó, thề trọn đời không dùng miệng lưỡi đó nói ra những lời thô tục, hỗn láo. Đối trước Tam Bảo phải thành kính bày tỏ tội lỗi chẳng dám che dấu. Cũng cùng cái miệng lưỡi tội lỗi ngày xưa đã từng gây tạo ra biết bao ác khẩu nghiệp, thì ngày nay tạo dựng được vô lượng công đức và phước lành. **Cũng trong Kinh Pháp Cú, Phẩm X, Phẩm Đạo Trưởng, Đức Phật Dạy:** Chớ nên nói lời thô ác. Khi người dùng lời thô ác nói với người khác. Người khác cũng dùng lời thô ác nói với người, thương thay những lời nóng giận thô ác chỉ làm cho các người đau đớn khó chịu như đao gây mà thôi (133). Nếu người mặc nhiên như cái đồng la bể trước những người đem lời thô ác cãi vã đến cho mình, tức là người đã tự tại đi trên đường Niết Bàn. Người kia chẳng làm sao tìm sự tranh cãi với người được nữa (134). *Trong Phẩm XIII, Phẩm Thế Gian, Đức Phật đã dạy:* Những ai vi phạm đạo Nhất thừa, những ai ưa nói lời vọng ngữ, những ai không tin tưởng đời sau, thì chẳng có điều ác nào mà họ không làm được (176). *Trong Phẩm XXII, Phẩm Địa Ngục, Đức Phật đã dạy:* Thường nói lời vọng ngữ thì sa đọa; có làm mà nói không, người tạo hai nghiệp ấy, chết cũng đọa địa ngục (306).”

Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng tất cả năm thức từ nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, sở dĩ gây nên vô số tội lỗi là do ở nơi ý thức. Ý thức này cũng ví như mệnh lệnh của vua ban xuống quần thần. Mắt ưa ngắm bầy, tai ham nghe âm thanh du dương, mũi ưa ngửi mùi hương hoa, son phấn, lưỡi ưa phát ngôn tà vạy, thân ưa thích sự súc chạm mịn màng. Tất cả tội nghiệp gây ra từ năm thức này đều do chủ nhân ông là tâm hay ý thức mà phát sanh ra. Cuối cùng phải bị đọa vào tam đồ ác đạo, chịu vô lượng thống khổ nơi địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh. Đức Phật luôn dạy chúng đệ tử: Phòng ý như phòng thành, giữ tâm như giữ gìn trồng con mắt. Giặc cướp công đức, một đời hay nhiều đời, không gì hơn ý. *Trong Kinh Pháp Cú, Phẩm I, Phẩm Phẩm Song Yếu, Đức Phật dạy:* Trong các pháp, tâm dẫn đầu, tâm là chủ, tâm tạo tác tất cả. Nếu đem tâm ô nhiễm nói năng hoặc hành động, sự khổ sẽ theo nghiệp kéo đến như bánh xe lăn theo chân con vật kéo xe (Dharmapada 1). Trong các pháp, tâm dẫn đầu, tâm làm chủ, tâm tạo tác tất cả. Nếu đem tâm thanh tịnh tạo nghiệp nói năng hoặc hành động, sự vui sẽ theo nghiệp kéo đến như bóng với hình (Dharmapada 2). *Trong Phẩm V, Phẩm*

Ngu, Đức Phật đã dạy: Những người gây điều bất thiện, làm xong ăn năn khóc lóc, nhỏ lệ đầm dề, vì biết mình sẽ phải thọ lấy quả báo tương lai (67). Những người tạo các thiện nghiệp, làm xong chẳng chút ăn năn, còn vui mừng hơn hởi, vì biết mình sẽ thọ lấy quả báo tương lai (68). Khi ác nghiệp chưa thành thực, người ngu tưởng như đường mật, nhưng khi ác nghiệp đã thành thực, họ nhứt định phải chịu khổ đắng cay (69). *Trong Phẩm VII, Phẩm A La Hán, Đức Phật đã dạy:* Những vị A-la-hán ý nghiệp thường vắng lặng, ngữ nghiệp hành nghiệp thường vắng lặng, lại có chánh trí giải thoát, nên được an ổn luôn (96). *Trong Phẩm IX, Phẩm Ác, Đức Phật đã dạy:* Hãy gấp rút làm lành, chế chỉ tâm tội ác. Hễ biếng nhác việc lành giờ phút nào thì tâm ưa chuyện ác giờ phút nấy (116). Nếu đã lỡ làm ác chớ nên thường làm hoài, chớ vui làm việc ác; hễ chứa ác nhứt định thọ khổ (117). Nếu đã làm việc lành hãy nên thường làm mãi, nên vui làm việc lành; hễ chứa lành nhứt định thọ lạc (118). Khi nghiệp ác chưa thành thực, kẻ ác cho là vui, đến khi nghiệp ác thành thực kẻ ác mới hay là ác (119). Khi nghiệp lành chưa thành thực, người lành cho là khổ, đến khi nghiệp lành thành thực, người lành mới biết là lành (120). Chớ khinh điều ác nhỏ, cho rằng “chẳng đưa lại quả báo cho ta.” Phải biết giọt nước nhều lâu ngày cũng làm đầy bình. Kẻ ngu phu sở dĩ đầy tội ác bởi chứa dồn từng khi ít mà nên (121). Chớ nên khinh điều lành nhỏ, cho rằng “chẳng đưa lại quả báo cho ta.” Phải biết giọt nước nhều lâu ngày cũng làm đầy bình. Kẻ trí sở dĩ toàn thiện bởi chứa dồn từng khi ít mà nên (122). *Trong Phẩm XX, Phẩm Đạo, Đức Phật đã dạy:* Hết thấy pháp đều vô ngã; khi đem trí tuệ soi xét như thế thì sẽ nhàm lìa thống khổ để được giải thoát. Đó là Đạo thanh tịnh (Dharmapada 279). *Trong Phẩm XXII, Phẩm Địa Ngục, Đức Phật đã dạy:* Không tạo ác nghiệp là hơn, vì làm ác nhứt định thọ khổ; làm các thiện nghiệp là hơn, vì làm lành nhứt định thọ vui (314). Nay muốn sám hối ý nghiệp, trước hết phải nghĩ rằng ba nghiệp tham sân si của ý là mầm mống gây tạo nên vô lượng nghiệp tội, là màng vô minh che mất trí huệ, là phiền não bao phủ chơn tâm. Thật là đáng sợ.

Phật tử chơn thuần phải đem hết tâm ý sám hối ăn năn, thề không tái phạm. Chúng ta từ vô thủy kiếp đến nay, do nơi chấp ngã quá nặng nên bị vô minh hành xử, thân, khẩu, ý vì thế mà tạo ra vô lượng nghiệp nhân, thậm chí đến các việc nghịch ân bội nghĩa đối với cha mẹ, Tam Bảo, vân vân chúng ta cũng không từ. Ngày nay giác ngộ, ắt phải sanh

lòng hồ thẹn ăn năn bằng cách đem ba nghiệp thân khẩu ý ấy mà chỉ thành sám hối. Như Đức Di Lặc Bồ Tát, đã là bậc Nhất sanh Bồ xứ thành Phật vậy mà mỗi ngày còn phải sáu thời lễ sám, cầu cho mau dứt vô minh, huống là chúng ta! Người Phật tử chân thuần nên phát nguyện sám hối nghiệp chướng nơi thân khẩu ý, hưng long ngôi Tam Bảo, độ khắp chúng sanh để chuộc lại lỗi xưa và đáp đền bốn trọng ân Tam Bảo, cha mẹ, sư trưởng, và chúng sanh. Thân nghiệp tỏ bày tội lỗi, nguyện không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, và phát lồ cầu được tiêu trừ, rồi dùng thân ấy mà hành thiện nghiệp như bố thí cúng dường, vân vân. Khẩu nghiệp tỏ bày tội lỗi, nguyện không nói dối, không nói lời đâm thọc, không chửi rủa, không nói lời vô tích sự, không nói lời hung dữ, không nói lời đâm thọc, không nói lưỡi hai chiều, và phát lồ cầu được tiêu trừ. Sau đó dùng khẩu ấy mà niệm Phật, tụng kinh, hay ăn nói thiện lành, vân vân. Ý nghiệp phải thành khẩn ăn năn, nguyện không ganh ghét, không xấu ác, không bất tín, không tham, không sân, không si mê, thề không tái phạm. Khi sám hối chúng ta phát nguyện:

“Con xin sám hối tất cả những hành vi bất thiện của con.

Mười hành vi bất thiện và năm trọng nghiệp.

Đã phạm từ vô thủy đến nay.

Bởi tâm thức bị vô minh lấn áp.”

Nói tóm lại, chúng ta cố gắng sám hối tất cả những hành động bất thiện đã phạm từ vô thủy. Chúng ta đã mang không biết bao nhiêu là thân xác mỗi khi chúng ta được sanh ra. Theo quan điểm Phật giáo, chết không phải là sự chấm dứt mà là một lối dẫn đến sự tái sanh khác. Tâm thức chỉ di chuyển từ đời này sang đời khác. Điểm bắt đầu của một tiến trình như thế thật không thể nào truy cứu được. Tuy nhiên, sự hiện hữu của chúng ta trong vòng luân hồi sanh tử thì không vô hạn một cách tự nhiên. Có thể thực hiện để chấm dứt nó. Cách duy nhất để làm được việc này là thực chứng sự vô ngã. Giống như một hạt giống không có sự bắt đầu nhưng bản chất của nó không phải là vô hạn. Nếu chúng ta đốt hạt giống ấy là chúng ta có thể hủy diệt khả năng mọc lên của nó. Đó là sự chấm dứt. Rất khó cho chúng ta nhớ lại tất cả những hành vi bất thiện mà chúng ta đã làm trong tất cả những kiếp quá khứ, nhưng chúng ta có thể nghĩ đến những hành vi bất thiện mà chúng ta đã phạm từ lúc mà chúng ta có thể nhớ được. Khi sám hối, Phật tử thuần thành nên luôn nghĩ về những hành vi bất thiện đã

phạm trong vô số kiếp quá khứ, càng xa càng tốt ngay cả không nhận ra chúng được. Sám hối không phải là chuyện giản dị để tưởng thuật những hành vi bất thiện mà không có ý nghĩ nghiêm túc về sự ăn năn. Cách thiện xảo để sám hối là sám hối với một cảm giác hối hận chân thật. Do đó, nhớ lại những hành vi bất thiện đã phạm trở nên cần thiết và nhờ đó chúng ta có thể nhớ và cảm thấy hối lỗi về chúng. Điều này sẽ dẫn đường cho chúng ta chuộc lỗi những tội ác của chính mình. Bản chất tự nhiên sẵn có của tâm chúng ta là ánh sáng trong suốt. Nó chính là sự nhân cách hóa của sự hoàn hảo. Nhưng bản chất trong suốt ấy tạm thời bị che đậy. Nó bị bẩn nhơ; bị che mờ bởi chính những cảm xúc tiêu cực của chúng ta. Đó là tại sao chúng ta nói trong khi sám hối rằng bởi vì tâm con bị vô minh lấn áp, từ vô thủy con đã phạm những hành vi bất thiện. Do tâm vọng tưởng, ngay cả trong cuộc sống hiện tại, chúng ta liên tục hoạt động với những hành động bất thiện. Chúng ta không có tự do để tránh những cảm xúc tiêu cực. Chúng ta bị nô lệ bởi chúng. Chúng ta là tên tù của chính chúng ta. Thí dụ như khi giận dữ khởi lên trong chúng ta, chúng ta trở thành hoàn toàn chịu sự kiểm soát của cảm xúc tiêu cực này. Nó làm chúng ta suy nghĩ và hành xử những điều mà chúng ta không muốn làm. Nếu chúng ta chịu lùi lại một bước và thử nhìn vào gương khi chúng ta giận dữ, thì chúng ta sẽ thấy sự giận dữ đã làm gì đến chúng ta. Lúc đó chúng ta sẽ thấy quyền lực của sự giận dữ nó phá hủy chúng ta và những người chung quanh. Chúng ta có thể tự hỏi không biết chúng ta có thể chuộc lỗi một hành vi bất thiện như là một trong năm trọng nghiệp hay không. Theo Trung Quán Luận, bất cứ hành vi bất thiện nào đều có thể được chuộc lỗi. Đây là tính chất của những điều bất thiện. Nếu chúng ta không quên lãng chúng, và chúng chưa được chín mùi, là chúng ta có thể thanh tịnh hóa chúng. Những hành vi không đạo đức thì bản chất là bất thiện nhưng chúng có một đặc tính là có thể được thanh tịnh hóa. Có người tin rằng họ có thể tránh khỏi những hậu quả của hành động tiêu cực đã phạm. Họ là những người không tin vào luật nhân quả. Chúng ta miễn bàn đến họ. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng theo luật nhân quả, hậu quả của bất cứ hành động nào, dù thiện hay bất thiện, phải được đối diện bởi chính người đó. Nói cách khác, mọi người phải chịu trách nhiệm cho những hành động của chính mình. ***Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Sám Hối lúc nào cũng lan tỏa trong Vườn Hoa Pháp Cú. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm I, Phẩm Phẩm Song***

Yếu, Đức Phật đã dạy: Ở chỗ này ăn năn, tiếp ở chỗ khác cũng ăn năn, kẻ làm điều ác nghiệp, cả hai nơi đều ăn năn; vì thấy ác nghiệp mình gây ra, kẻ kia sanh ra ăn năn và chết mòn (Pháp Cú 15). *Trong Phẩm V, Phẩm Ngu, Đức Phật đã dạy:* Những người gây điều bất thiện, làm xong ăn năn khóc lóc, nhỏ lệ đầm đề, vì biết mình sẽ phải thọ lấy quả báo tương lai (Pháp Cú 67). Những người tạo các thiện nghiệp, làm xong chẳng chút ăn năn, còn vui mừng hớn hở, vì biết mình sẽ thọ lấy quả báo tương lai (Pháp Cú 68). *Trong Phẩm X, Phẩm Đạo Trượng Đức Phật đã dạy:* Biết lấy điều hổ thẹn để tự cấm ngăn mình, thế gian ít người làm được. Người đã làm được, họ khéo tránh hổ nhục như ngựa hay khéo tránh roi da (Pháp Cú 143). Các người hãy nỗ lực sám hối như ngựa đã hay còn thêm roi, hãy ghi nhớ lấy chánh tín, tịnh giới, tịnh tiến, tam-ma-địa (thiền định) trí phân biệt Chánh pháp, và minh hành túc để tiêu diệt vô lượng thống khổ (Pháp Cú 144).

Chương Bốn Mười Lăm

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Thanh Tịch Đạo Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Thanh Tịch Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Thanh Tịch Đạo hay con đường tinh khiết. Đây cũng là tên của tác phẩm nổi tiếng chính sau khi có kinh điển của trường phái Theravada, được Phật Âm (Buddhaghosha) soạn vào thế kỷ thứ V sau C.N. Thanh Tịch Đạo gồm có 23 chương, phác họa con đường Phật pháp theo truyền thống Mahavihara ở Tích Lan. Tác phẩm này được chia làm ba phần với 23 phẩm vụ: Phần I từ chương 1 đến chương 2, nói về Giới luật. Phần II từ chương 3 đến chương 13, nói về Thiền Định. Phần III từ chương 14 đến chương 23, nói về Diệu Đế và Thánh Đạo. Theo Phật giáo, tâm của chúng ta hành xử như con vượn chuyền cây, không chịu ở yên và luôn nhảy nhót; vì thế mà người ta gọi nó là ‘tâm viên’. Đây là những lý do khiến tại sao chúng ta cần phải thanh tịch. Để quân bình đời sống, chúng ta cần phải có lúc ngồi yên lặng để tập chấp nhận và thử nghiệm thay vì hưởng ngoại cầu hình, chúng ta nhìn vào bên trong để tự hiểu mình hơn. Qua tu tập, chúng ta cố gắng giữ cho cái tâm viên này đứng yên, giữ cho nó tĩnh lặng và thanh tịch. Khi tâm ta đứng yên, chúng ta sẽ nhận thức rằng Phật ở ngay trong tâm mình, rằng cả vũ trụ ở trong ta, rằng tự tánh và Phật tánh không sai khác. Như vậy điều quan trọng nhất trong thiền tập là giữ cho tâm mình được thanh tịch, một việc có lẽ dễ hiểu nhưng không dễ làm chút nào cả. Thế nhưng thực hành là quan trọng hơn cả; cái hiểu biết tự nó không có giá trị gì cả nếu chúng ta không chịu đem cái hiểu biết ra mà thực hành. Thật vậy, tác phẩm Thanh Tịch Đạo giúp cho hành giả không nhỏ trong việc thanh tịch thân tâm trên bước đường tu tập. Nhờ thanh tịch giới đức và đạo hạnh mà hành giả tu thiền lúc nào cũng sống hòa ái và khoan dung với mọi người, chứ không cần thiết phải lui vào rừng sâu núi thẳm, xa lánh mọi người. Thật vậy, lúc chung sống trong cộng đồng, chúng ta mới có cơ hội và điều kiện tu sửa giới hạnh của chính mình. Như vậy, người sơ cơ tu tập thiền định trước hết phải có khả

năng sống tốt đẹp với mọi người trước khi rút vào nơi vắng vẻ để tu tập thiền định thâm sâu hơn. Nghĩa là bên cạnh tu tập tọa thiền, chúng ta phải luôn cố gắng sống tốt đẹp và hòa ái với mọi người trong cuộc sống hằng ngày.

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Thanh Tịnh Đạo Trong Kinh Pháp Cú:

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm của Con Đường Thanh Tịnh lúc nào cũng lan tỏa khắp trong Vườn Hoa Pháp Cú. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm I, Phẩm Phẩm Song Yếu, Đức Phật đã dạy: Trong các pháp, tâm dẫn đầu, tâm làm chủ, tâm tạo tác tất cả. Nếu đem tâm thanh tịnh tạo nghiệp nói năng hoặc hành động, sự vui sẽ theo nghiệp kéo đến như bóng với hình (Pháp Cú 2). Tuy tụng ít kinh mà thường y giáo hành trì, hiểu biết chân chánh, diệt trừ tham sân si, tâm hiền lành thanh tịnh, giải thoát và xả bỏ thế tục, thì dù ở cõi này hay cõi khác, người kia vẫn hưởng phần ích lợi của Sa-môn (Pháp Cú 20). ***Trong Phẩm VI, Phẩm Trí Giả, Đức Phật đã dạy:*** Được uống nước Chánh pháp thì tâm thanh tịnh an lạc, nên người trí thường vui mừng, ưa nghe Thánh nhơn thuyết pháp (Pháp Cú 79). ***Trong Phẩm IX, Phẩm Ác, Đức Phật đã dạy:*** Đem ác ý xâm phạm đến người không tà vạy, thanh tịnh và vô nhiễm, tội ác sẽ trở lại kẻ làm ác như ngược gió tung bụi (Pháp Cú 125). ***Trong Phẩm X, Phẩm Đạo Trượng, Đức Phật đã dạy:*** Chẳng phải đi chân không, chẳng phải để tóc xù (bờm), chẳng phải xoa tro đất vào mình, chẳng phải tuyệt thực, chẳng nằm trên đất, chẳng phải để thân mình nhớp nhúa, cũng chẳng phải ngồi xồm mà người ta có thể trở nên thanh tịnh, nếu không dứt trừ nghi hoặc (Pháp Cú 141). ***Trong Phẩm XII, Phẩm Tự Kỷ, Đức Phật đã dạy:*** Làm dữ bởi ta mà nhiễm ô cũng bởi ta, làm lành bởi ta mà thanh tịnh cũng bởi ta. Tịnh hay bất tịnh đều bởi ta, chứ không ai có thể làm cho ai thanh tịnh được (Pháp Cú 165). ***Trong Phẩm XVII, Phẩm Phẫn Nộ, Đức Phật đã dạy:*** Không làm hại người thanh tịnh, thường chế phục thân tâm, thì đạt đến nơi chẳng chết; chẳng còn ưu bi (Pháp Cú 225). Cứ mỗi buổi mai thức dậy tự biết phản tỉnh, hành động không sai quấy, trí tuệ hiền minh và giới hạnh thanh tịnh, đó là người đáng được kẻ trí tán dương (Pháp Cú 229). ***Trong Phẩm XX, Phẩm Đạo, Đức Phật đã dạy:*** Các hành đều vô thường; khi đem trí tuệ soi xét được như thế thì sẽ nhàm lìa thống khổ để đi đến giải thoát. Đó là Đạo thanh tịnh (Pháp

Cú 277). Các hành đều là khổ; khi đem trí tuệ soi xét được như thế thì sẽ nhàm lìa thống khổ để được giải thoát. Đó là Đạo thanh tịnh (Pháp Cú 278). Hết thấy pháp đều vô ngã; khi đem trí tuệ soi xét như thế thì sẽ nhàm lìa thống khổ để được giải thoát. Đó là Đạo thanh tịnh (Pháp Cú 279). Mùa mưa ta ở đây, đông hạ ta cũng ở đây, đây là tâm tưởng của hạng người ngu si, không tự giác những gì nguy hiểm (Pháp Cú 286). Người đắm yêu con cái và súc vật thì tâm thường mê hoặc, nên bị tử thần bắt đi như xóm làng đang say ngủ bị cơn nước lũ lôi cuốn mà không hay (Pháp Cú 287). Một khi tử thần đã đến, chẳng có thân thuộc nào có thể thế thay, dù cha con thân thích chẳng làm sao cứu hộ (Pháp Cú 288). Biết rõ lý lẽ trên, người trí hãy gắng trì giới, thấu hiểu đường Niết bàn, mau làm cho thanh tịnh (Pháp Cú 289). *Trong Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, Đức Phật đã dạy:* Tỳ kheo nào an trú trong lạc viên Chánh-pháp, mền pháp và theo pháp, tư duy nhờ tưởng pháp, thì sẽ không bị thối chuyển khỏi tịnh đạo (Pháp Cú 364).

Chương Bốn Mười Sáu

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Thiền Định Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Thiền Định Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Khi nhắc tới Thiền định Phật giáo chúng ta không thể nào bỏ qua không nhắc tới những ngày ngay trước khi đức Phật thành đạo của hơn hai mươi sáu thế kỷ về trước. Một ngày, sau khi tắm gội trên sông Nĩ Liên Thiền, Thái Tử Tất Đạt Đa đi thẳng lên bờ, ngồi dưới cội cây Bồ Đề và nguyện với chính mình: “Dầu cho máu huyết có cạn kiệt và thân này chỉ còn lại da bọc xương, Ta sẽ không rời khỏi chỗ này nếu không đạt được mục đích tuyệt đối cuối cùng là giải thoát cho chính mình và cho toàn thể nhân loại thoát khỏi nỗi khổ sanh tử luân hồi.” Nói xong, Thái Tử Tất Đạt Đa ngồi đó một cách khẳng quyết cho đến khi Ngài đạt được giác ngộ. Từ khi bắt đầu ngồi tĩnh tọa, Thái Tử Tất Đạt Đa tập trung ý chí, chuyên tâm nhất niệm, chống chọi với tất cả sự quấy nhiễu của thiên nhiên và sự tưởng nhớ về những vui vẻ huyền ảo trong quá khứ. Ngài đã hoàn toàn tách mình ra khỏi những vọng niệm và chuyên nhất ý chí tầm cầu chân lý. Ngài tự quán xét: “Tất cả khổ đau do đâu mà khởi sanh? Làm sao người ta có thể thoát ra khỏi khổ đau?” Trong khoảng thời gian đó, nhiều hình ảnh ma mị luôn cố làm phân tâm Ngài, khiến cho ngài nhớ lại những vui sướng trong quá khứ và thậm chí còn khởi lên ý muốn quay trở về sống hưởng thụ khoái lạc trong hoàng cung như trong thời quá khứ. Nhưng rồi do lời thệ nguyện kiên quyết của ngài với ý chí dũng mãnh đã chống chọi lại những cám dỗ. Cuối cùng, ngài đã thành công hoàn toàn trong việc xua tan mọi vọng niệm đã quấy nhiễu mình. Tâm của ngài tĩnh lặng như mặt hồ trong ngày không có một gợn gió. Ngài đã nhập sâu vào đại định. Trong đại định, ngài đã cố truy tìm ra cội nguồn cuộc sống của chính mình và đã đạt được túc mạng thông, có thể biết được cuộc sống những đời quá khứ. Quán sát thêm, ngài lại chứng thiên nhãn thông, biết được sanh tử của chúng sanh mọi loài. Ngài nhận ra rằng sanh tử nối tiếp không ngừng chỉ là sự hiển hiện của nghiệp mà chúng sanh ấy

đã gây tạo; tư tưởng và hành động. Có người sanh ra có đời sống tốt, có được mọi thứ hạnh phúc là do nghiệp thiện đã làm. Ngược lại, có người sanh ra trong điều kiện tệ hại hơn và chịu nhiều đau khổ là do ác nghiệp mà mình đã tạo ra. Cuối cùng, ngài quán sát rằng nguyên nhân tối hậu khiến chúng sanh luôn hồi lăn trôi trong biển đời sanh tử là do sự vô minh, và tham đắm vào những thú vui hư huyền vô thường. Và đối với những ai không muốn ở lại trong vòng luân hồi sanh tử, chỉ có một cách duy nhất là hoàn toàn diệt trừ dục vọng và tham ái. Thái Tử Tất Đạt Đa đã đạt được lậu tận thông. Lúc đó, ngài biết chính mình đã giải thoát tất cả mọi tham muốn và ảo ảnh, ngài đã khám phá ra được nguyên nhân và phương cách diệt trừ khổ đau. Ngài đã đạt được Đại Giác Ngộ. Thái Tử Tất Đạt Đa đã trở thành một vị Phật ngay chính vào lúc đó. Mãi cho tới ngày hôm nay, hương thiền của những ngày nguyên thủy ấy, vào thời của đức Phật, vẫn còn đượm đậm nét trong hầu hết các giáo điển Phật giáo.

Như trên đã nói, qua hầu hết các kinh điển Phật giáo, chúng ta có thể thấy hương Thiền thoang thoảng khắp nơi. Thật vậy, gần 26 thế kỷ về trước, sau khi kinh qua nhiều pháp môn tu tập nhưng không thành công, Đức Phật đã quyết định thử nghiệm chân lý bằng cách tự thanh tịnh lấy tâm mình. Ngài đã ngồi kiết già suốt 49 ngày đêm dưới cội Bồ Đề và cuối cùng đạt được thiền định cao nhất mà thời bấy giờ người ta gọi là giác ngộ và giải thoát. Ngài đã tuân tự chứng sơ thiền, nhị thiền, tam thiền, tứ thiền... Như vậy Thiền bắt nguồn ngay từ thời Đức Phật và Thiền Phật Giáo thành hình từ cốt lõi của giáo lý nhà Phật. Thiền tại Trung Hoa và những xứ Đông Á khác được thành hình sau khi Tổ Bồ Đề Đạt Ma đến Trung Hoa và ngày nay Thiền trở thành phổ cập chẳng những trong tu tập Phật giáo, mà ngay cả những xứ theo Cơ Đốc giáo và Hồi giáo người ta cũng cố gắng tu tập thiền quán trong những sinh hoạt hằng ngày của họ nhằm cải thiện cuộc sống của mình. Tuy nhiên, thiền Phật giáo không dừng lại ở chỗ chỉ nhằm cải thiện đời sống, mà còn giúp con người đạt tới giác ngộ qua việc thấy được thực tánh của chân như mà người ta tin rằng không thể nào truyền đạt được qua tư tưởng, mà chỉ tìm được sự chứng ngộ thật dù đó là một cái đánh hay một tiếng cười. Ngày nay Thiền Phật giáo được phổ biến khắp thế giới Tây Phương và được nhiều người biết đến đến nỗi hầu như người nào cũng biết về Thiền. Thiền đưa tâm ra khỏi tâm cho đến khi một tia tuệ giác trực tiếp xuất hiện chỉ trong một khoảnh khắc nào đó. Thiền

quán không phải là một pháp môn mới có hôm nay hoặc hôm qua. Từ thời xa xưa, đã có nhiều người hành thiền bằng nhiều phương cách khác nhau. Chưa bao giờ, và sẽ không bao có sự phát triển tâm trí hay gọi rửa những bợn nhơ tinh thần nào mà không nhờ đến thiền quán. Thiền quán chính là phương cách mà Thái tử Tất Đạt Đa, đức Phật, đã đạt được đạo quả vô thượng chánh đẳng chánh giác. Thiền không dành riêng cho người Ấn Độ, cho xứ Ấn Độ hay chỉ cho thời đức Phật còn tại thế, mà là cho cả nhân loại, trong tất cả mọi thời đại, và mọi nơi trên thế giới. Thiền tập không thể có giới hạn về chủng tộc, tôn giáo, không gian hay thời gian.

Hương Thiền có công năng giúp cho tâm mình có được trạng thái tâm thanh sạch, nơi mà mọi dục vọng và thôi thúc đều được điều phục để tâm trở nên tập trung và thể nhập vào trạng thái minh mẫn và tỉnh thức. Chúng ta phải luôn có hương Thiền cũng giống như trường hợp Thiền tập phải được áp dụng vào cuộc sống hằng ngày, và kết quả của công phu này phải được hưởng tại đây, ngay trong kiếp này. Hành thiền không phải là tự mình tách rời hay xa lìa công việc mà thường ngày mình vẫn làm, mà thiền là một phần của đời sống, là cái dính liền với cuộc sống này. Trong Thiền, chúng ta sống thiền bất cứ khi nào chúng ta hoàn toàn sống với hiện tại mà không chút sợ hãi, hy vọng hay những lo ra tâm thường. Với sự tỉnh thức chúng ta có thể tìm thấy thiền trong những sinh hoạt hằng ngày. Thiền không thể tìm được bằng cách khám phá chân lý tuyệt đối bị che dấu từ ngoại cảnh, mà chỉ tìm được bằng cách chấp nhận một thái độ đến với cuộc sống giới hạnh. Người ta tìm cầu giác ngộ bằng cách nỗ lực, tuy nhiên, đa số chúng ta quên rằng để đạt đến giác ngộ chúng ta phải buông bỏ. Điều này cực kỳ khó khăn cho tất cả chúng ta vì trong cuộc sống hằng ngày chúng ta thường cố gắng thành đạt sự việc.

Một khi Ngủ được mùi Thiền, chúng ta có thể biết cách làm sao để sống với hiện tại quý báu và quên đi ngày hôm qua và ngày mai, vì hôm qua đã qua rồi và ngày mai thì chưa tới. Trong Thiền, chúng ta nên hằng giác ngộ chứ không có cái gì đặc biệt cả. Mọi việc đều bình thường như thường lệ, nhưng làm việc trong tỉnh thức. Bắt đầu một ngày của bạn, đánh răng, rửa mặt, đi tiêu tiểu, tắm rửa, mặc quần áo, ăn uống, làm việc... Khi nào mệt thì nằm xuống nghỉ, khi nào đói thì tìm cái gì đó mà ăn, khi không muốn nói chuyện thì không nói chuyện, khi muốn nói thì nói. Hãy để những hoàn cảnh tự đến rồi tự đi, chứ

đừng cố thay đổi, vì bạn chẳng thể nào thay đổi được hoàn cảnh đâu! Thiền dạy chúng ta đoạn trừ mọi vọng tưởng phân biệt và khiến cho chúng ta hiểu rằng chân lý của vũ trụ là căn bản thật tánh của chính chúng ta. Mọi người chúng ta nên thiền định thâm sâu về vấn đề này, vì nó là cái mà chúng ta gọi là ‘Ngã’. Khi hiểu nó là gì, chúng ta sẽ tự động quay về hòa cùng thiên nhiên vũ trụ trong cảnh giới nhất thể, và chúng ta sẽ thấy thiên nhiên chính là chúng ta và chúng ta cũng chính là thiên nhiên, và cảnh giới thiên nhiên ấy chính là cảnh Phật, người đang thuyết pháp cho chúng ta ở mọi nơi mọi lúc. Hy vọng rằng tất cả chúng ta đều có thể nghe được thiên nhiên đang nói gì với chúng ta, để ai cũng có thể tìm về cảnh giới an lạc mà chúng ta đã một lần xa rời.

Trên đời này, người bình thường chỉ có thể thưởng thức mùi hương của các loại hoa bình thường; trong khi người tu Phật chân chánh thì có thể thưởng thức cả mùi hương của các loại hoa lẫn mùi hương giải thoát của nhà thiền. Một số chi tiết của bài viết này được trích trong bộ Thiền Trong Đạo Phật và Thiền Lâm Bảo Thoại của chính tác giả Thiện Phúc, trong phần Hương Thiền chỉ nhằm giúp cho hành giả người được hương Thiền trong giáo điển Phật giáo, nhất là những người tại gia, để từ đó chúng ta có thể thưởng thức được hương Thiền trong các sinh hoạt ngay trong cuộc sống này. Hy vọng chúng ta có thể ngửi được hương Thiền ngay trong những sinh hoạt hằng ngày để có thể thưởng thức và sống được những giây phút hiện tại của chính mình để không mất đi sự tiếp xúc với chính mình, từ đó chúng ta có thể chấp nhận chân lý của giây phút “này” trong cuộc sống của chính chúng ta, và cũng từ đó chúng ta có thể học hỏi để rồi tiếp tục đi tới trong cuộc sống thật của mình. Những mong sự đóng góp nhoi này sẽ mang lại lợi lạc cho những ai mong cầu có được cuộc sống an bình và hạnh phúc.

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Thiền Định Trong Kinh Pháp Cú:

Về Thiền Định: Trong giáo thuyết Phật giáo, thiền na dịch là “tư duy.” Tư duy trong cõi sắc giới thì gọi là thiền. Thiền theo tiếng Phạn là Dhyana. Thiền là một yếu tố của Định; tuy nhiên, cả hai từ được dùng gần như lẫn lộn với nhau. Thiền là thuật ngữ Trung Hoa, do từ tiếng Phạn “Dhyana” mà ra. Thiền Na chỉ sự tập trung tinh thần và sự tĩnh tâm, trong đó mọi sự phân biệt nhị nguyên đều biến mất. Tĩnh lự là làm vắng lặng dòng suy tưởng. Thiền Na là Ba La Mật thứ năm

trong lục độ Ba La Mật (thực tập thiền na để được trí huệ Bát Nhã), trong đó tất cả mọi biện biệt giữa chủ thể và đối tượng, giữa thật và giả, đều bị xóa bỏ. Ch'an là chữ tương đương gần nhất của Hoa ngữ cho chữ "Dhyana" trong Phạn ngữ, có nghĩa là tĩnh lực. Tĩnh lực hay định chỉ các tư tưởng khác, chỉ chuyên chú suy nghĩ vào một cảnh. Thiền là một trường phái phát triển tại Đông Á, nhấn mạnh đến vô niệm, hiểu thẳng thực chất của vạn hữu. Chữ Thiền được dịch từ Phạn ngữ "Dhyana". Dhyana dùng để chỉ một trạng thái tĩnh lực đạt được bởi buông bỏ. Thiền dùng để làm lắng dịu và loại bỏ luyện ái, hận thù, ganh ghét và si mê trong tâm chúng ta hầu đạt được trí tuệ siêu việt có thể dẫn tới đại giác. Thực tập thiền có thể dẫn đến định. Theo dấu tích ngược về thời một vị sư Ấn Độ tên là Bồ Đề Đạt Ma, người đã du hành sang Trung quốc vào đầu thế kỷ thứ sáu. Người ta tin rằng ông là vị tổ thứ 28 của dòng Thiền ở Ấn Độ và là vị tổ đầu tiên của dòng Thiền ở Trung Quốc. Trường phái này nhấn mạnh đến "thiền," và một vài trường phái còn dùng những lời nói bí ẩn (công án) nhằm đánh bại lối suy nghĩ bằng nhận thức hay quan niệm, và hỗ trợ thực chứng chân lý. Khi nhìn lại nguồn gốc của Thiền, chúng ta thấy rằng người sáng lập thật sự của Thiền không ai khác hơn là Đức Phật. Qua quán tưởng nội tại mà Đức Phật đạt được chánh đẳng chánh giác và do đó trở thành bậc Giác Giả, vị Chúa của Trí Tuệ và Từ Bi. Trong đạo Phật có nhiều phương pháp tu tập và thiền định là một trong phương pháp chính và quan trọng nhất của Phật giáo. Theo lịch sử Phật giáo thì Đức Thích Tôn Từ Phụ của chúng ta đã đạt được quả vị Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác sau nhiều ngày tháng tọa thiền dưới cội Bồ Đề. Hơn 25 thế kỷ về trước chính Đức Phật đã dạy rằng thực tập thiền là quay trở lại với chính mình hầu tìm ra chân tánh của mình. Chúng ta không nhìn lên, không nhìn xuống, không nhìn sang đông hay sang tây, hay bắc hay nam; chúng ta nhìn lại chính chúng ta, vì chính ở trong chúng ta và chỉ ở trong đó thôi là trung tâm xoay chuyển của cả vũ trụ. Mãi đến ngày nay, chúng ta vẫn còn kính thờ Ngài qua hình ảnh tọa thiền lắng sâu trong chánh định của Ngài. Thiền tông được truy nguyên từ thời Đức Phật lặng lẽ đưa lên một cánh sen vàng. Lúc ấy hội chúng cảm thấy bối rối, duy chỉ có Ngài Đại Ca Diếp hiểu được và mỉm cười. Câu chuyện này ngầm nói lên rằng yếu chỉ của Chánh Pháp vượt ngoài ngôn ngữ văn tự. Trong nhà Thiền, yếu chỉ này được người thầy truyền

cho đệ tử trong giây phút xuất thần, xuyên phá bức tường tri kiến hạn hẹp thông thường của con người.

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng lan tỏa và hòa quyện với hương thơm Thiền Định. Vì vậy mà về Thiền Định, trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XX, Phẩm Đạo, Đức Phật đã dạy: Tu Du-già thì trí phát, bỏ Du-già thì tuệ tiêu. Biết rõ hay lẽ này thế nào là đắc thất, rồi nỗ lực thực hành, sẽ tăng trưởng thêm trí tuệ (Pháp Cú 282). **Trong Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, Đức Phật đã dạy:** Gìn giữ tay chân và ngôn ngữ, gìn giữ cái đầu cao, tâm mến thích thiền định, riêng ở một mình, thanh tịnh và tự biết đầy đủ, ấy là bậc Tỳ kheo (Pháp Cú 362). Nay các Tỳ Kheo, hãy mau tu thiền định! Chớ buông lung, chớ mê hoặc theo dục ái. Đừng đợi đến khi nuốt hờn sắt nóng, mới ăn năn than thở (Pháp Cú 371). **Trong Phẩm XXVI, Phẩm Bà La Môn, Đức Phật đã dạy:** Ai nhập vào thiền định, an trụ chỗ ly trần, sự tu hành viên mãn, phiền não lậu dứt sạch, chứng cảnh giới tối cao, Ta gọi họ là Bà-la-môn (Pháp Cú 386).

Về Tinh Tấn Thiền Định: Trong tu tập, tinh tấn là tất cả những nỗ lực đều dành cho sự giác ngộ. Trong Bát Thánh Đạo, được gọi là chánh tinh tấn có nghĩa là là tinh tấn cải thiện tự thân. Thí dụ như ở trường thì học hành chăm chỉ và loại bỏ tánh xấu như lười biếng, nóng nảy, hút thuốc và sì ke ma túy. Còn ở nhà, cố gắng là một người chồng tốt, vợ tốt, con trai, con gái tốt, vân vân. Chánh tinh tấn có nghĩa là tâm thái luôn hướng về mục tiêu giải thoát khỏi vòng luân hồi sanh tử và vì thế mà tự thân luôn nỗ lực tu tập theo đúng với chánh pháp. Chánh tinh tấn có nghĩa là chuyên cần siêng năng làm lợi mình và lợi người; không làm những việc bất chính như sát hại, gian xảo, lường gạt, cờ bạc, ác độc và bỉ ổi, vân vân; ngược lại phải chú tâm làm những việc lành, tạo phước nghiệp. Chánh tin tấn còn có nghĩa là nỗ lực đúng có nghĩa là cố gắng không cho phát khởi những điều tà vạy, cố gắng vượt qua những tà vạy đang mắc phải, cố gắng làm nảy nở những điều thiện lành chưa nảy nở, cố gắng phát huy những điều thiện lành đã phát khởi. Chánh tinh tấn còn có nghĩa là vun bồi thiện nghiệp cùng lúc nhổ bỏ ác nghiệp. Nói tóm lại, chánh tinh tấn có nghĩa là cảnh giác và chặn đứng những tư duy không lành mạnh, đồng thời tu tập, thúc đẩy, duy trì những tư duy thiện và trong sáng đang sanh trong tâm hành giả để không gây khổ đau và phiền não cho mình và cho người; mà ngược lại, nó sẽ đem lại an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc cho

cả mình và người khác. Chánh Tinh Tấn là một trong ba phần học của Thiền Định (hai phần học khác là Chánh Niệm và Chánh Định). Theo Phật giáo, chánh tinh tấn là trau dồi một thái độ tự tin của tâm, chú ý và tỉnh thức: Chánh tinh tấn là sự nỗ lực trau dồi thái độ tự tin đối với công việc hay đảm nhận và theo đuổi nhiệm vụ bằng nghị lực và ý chí thi hành nhiệm vụ ấy cho đến cùng. Để tiến bộ trên con đường đạo, chúng ta cần phải nỗ lực trong việc tu tập theo Chánh Pháp. Nhờ nhiệt tâm tinh cần chúng ta có thể làm cho những hành động quấy ác ô nhiễm mà mình đã làm trước đây trở nên thanh tịnh, đồng thời ngăn ngừa những hành động này phát sinh trong tương lai. Lại nữa, tinh cần rất cần thiết để duy trì đức hạnh mà chúng ta đã tu tập, cũng như xây dựng những đức hạnh mới trong tương lai.

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng lan tỏa và hòa quyện với hương thơm Thiền Định. Vì vậy mà về Tinh Tấn Thiền Định, trong Kinh Pháp Cú, Trong Phẩm II, Phẩm Không Buông Lung, Đức Phật đã dạy: Nhờ kiên nhẫn, dũng mãnh tu thiền định và giải thoát, kẻ trí được an ổn, chứng nhập Vô thượng Niết bàn (Pháp Cú 23). ***Trong Phẩm VIII, Phẩm Ngàn, Đức Phật đã dạy:*** Sống trăm tuổi mà phá giới và buông lung, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà trì giới, tu thiền định (Pháp Cú 110). Sống trăm tuổi mà thiếu trí huệ, không tu thiền, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà đủ trí, tu thiền định (Pháp Cú 111). Sống trăm tuổi mà giải đãi không tinh tấn, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà hăng hái tinh cần (Pháp Cú 112). ***Trong Phẩm XIV, Phẩm Phật Đà, Đức Phật đã dạy:*** Chớ nên phỉ báng, đừng làm náo hại, giữ giới luật tinh nghiêm, uống ăn có chừng mực, riêng ở chỗ tịch tịnh, siêng tu tập thiền định; ấy lời chư Phật dạy (Pháp Cú 185). ***Trong Phẩm XXI, Phẩm Tạp, Đức Phật đã dạy:*** Đệ tử Kiều Đáp Ma, phải luôn tự tỉnh giác, vô luận ngày hay đêm, thường ưa tu thiền quán (Pháp Cú 301). Ngồi một mình, nằm một mình, đi đứng một mình không buồn chán, một mình tự điều luyện, vui trong chốn rừng sâu (Pháp Cú 305). ***Trong Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, Đức Phật đã dạy:*** Chớ nên khinh điều mình đã chứng, chớ thêm muốn điều người khác đã chứng. Tỳ kheo nào chỉ lo thêm muốn điều người khác tu chứng, cuối cùng mình không chứng được tam-ma-địa (chánh định) (Pháp Cú 365).

Về Thiền Định Và Trí Huệ: Trí tuệ là sự hiểu biết về vạn hữu và thực chứng chân lý. Trí tuệ khởi lên sự hiểu biết về vạn hữu. Trí tuệ là

căn bản về thực chứng chân lý (Trí tuệ dựa vào chánh kiến và chánh tư duy). Trong Phật giáo, Trí Tuệ là đức tính cao cả nhất. Theo Phật giáo, giới là quy luật giúp chúng ta đề phòng phạm tội. Khi không sai phạm giới luật, tâm trí chúng ta đủ thanh tịnh để tu tập thiền định ở bước kế tiếp hầu đạt được định lực. Nói cách khác, trí tuệ là kết quả của việc tu tập giới và định. Người ta thường dịch từ ngữ Bắc Phạn “Prajna” (pali-Panna) là trí tuệ, và cách dịch đó không được chính xác. Tuy nhiên, khi chúng ta bàn về truyền thống Phật giáo, chúng ta phải luôn nhớ rằng Trí Tuệ ở đây được dùng theo một ý nghĩa đặc biệt, thật đặc biệt trong lịch sử tư tưởng của nhân loại. Trí Tuệ được các Phật tử hiểu như là sự “quán tưởng các pháp một cách có phương pháp.” Điều này được chỉ bày rõ ràng theo định nghĩa của Ngài Phật Âm: “Trí Tuệ có đặc tính thâm nhập vào bản chất của vạn pháp. Nhiệm vụ của nó là phá tan bóng tối của ảo tưởng che mất tự tính của vạn pháp. Biểu hiện của trí tuệ là không bị mê mờ. Bởi vì “người nào nhập định biết và thấy rõ thực tướng, thiền định chính là nguyên nhân trực tiếp và gần nhất của trí tuệ.” Nói tóm lại, trong đạo Phật, trí tuệ là quan trọng tối thượng, vì sự thanh tịnh có được là nhờ trí tuệ, do trí tuệ, và trí tuệ là chìa khóa dẫn đến giác ngộ và giải thoát cuối cùng. Nhưng Đức Phật không bao giờ tán thán trí thức suông. Theo Ngài, trí phải luôn đi đôi với thanh tịnh nơi tâm, với sự hoàn hảo về giới: Minh Hạnh Túc. Trí tuệ đạt được do sự hiểu biết và phát triển các phẩm chất của tâm là trí, là trí tuệ siêu việt, hay trí tuệ do tu tập mà thành. Đó là trí tuệ giải thoát chứ không phải là sự lý luận hay suy luận suông. Như vậy Đạo Phật không chỉ là yêu mến trí tuệ, không xúi dục đi tìm trí tuệ, không có sự sùng bái trí tuệ, mặc dù những điều này có ý nghĩa của nó và liên quan đến sự sống còn của nhân loại, mà đạo Phật chỉ khích lệ việc áp dụng thực tiễn những lời dạy của Đức Phật nhằm dẫn người theo đi đến sự xả ly, giác ngộ, và giải thoát cuối cùng.

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng lan tỏa và hòa quyện với hương thơm Thiền Định. Vì vậy mà về Thiền Định Và Trí Huệ, trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, Đức Phật đã dạy: Không có trí huệ thì không có thiền định, không có thiền định thì không có trí tuệ. Người nào gồm đủ thiền định và trí tuệ thì gần đến Niết bàn (Pháp Cú 372). Tỳ kheo đi vào chỗ yên tĩnh thì tâm thường vắng lặng, quán xét theo Chánh pháp thì được thọ hưởng cái vui siêu nhân (Pháp Cú 373). Những Tỳ kheo tuy tuổi nhỏ

mà siêng tu đúng giáo pháp Phật Đà, là ánh sáng chiếu soi thế gian, như mặt trăng ra khỏi mây mù (Pháp Cú 382). *Trong Phẩm XXVI, Phẩm Bà La Môn, Đức Phật đã dạy:* Ai nhập vào thiền định, an trụ chỗ ly trần, sự tu hành viên mãn, phiền não lậu dứt sạch, chứng cảnh giới tối cao, Ta gọi họ là Bà-la-môn (Pháp Cú 386). Mặt trời chiếu sáng ban ngày, mặt trăng chiếu sáng ban đêm, khí giới chiếu sáng dòng vua chúa, thiền định chiếu sáng kẻ tu hành, nhưng hào quang Phật chiếu sáng khắp thế gian (Pháp Cú 387). *Trong Kinh Pháp Cú, Phẩm V, Phẩm Ngu, về Thiền Định & Trí Tuệ, Đức Phật lại dạy tiếp:* Đêm rất dài với những kẻ mất ngủ, đường rất xa với kẻ lữ hành mỗi một. Cũng thế, vòng luân hồi sẽ tiếp nối vô tận với kẻ ngu si không mình đạt chánh pháp (Pháp Cú 60). Không được kết bạn với kẻ hơn mình, không được kết bạn với kẻ ngang mình, thà quyết chí ở một mình tốt hơn kết bạn với người ngu muội (Pháp Cú 61). “Đây là con ta, đây là tài sản ta,” kẻ phàm phu thường lo nghĩ như thế, nhưng người trí biết chính ta còn không thiết có, huống là con ta hay tài sản ta? (Pháp Cú 62). Ngu mà tự biết ngu, tức là trí, ngu mà tự xưng rằng trí, chính đó mới thật là ngu (Pháp Cú 63). Người ngu suốt đời gần gũi người trí vẫn chẳng hiểu gì Chánh pháp, ví như cái muỗng múc canh luôn mà chẳng bao giờ biết được mùi vị của canh (Pháp Cú 64). Người trí dù chỉ gần gũi người trí trong khoảnh khắc cũng hiểu ngay được Chánh pháp, chẳng khác gì cái lưỡi dù mới tiếp xúc với canh trong khoảnh khắc, đã biết ngay được mùi vị của canh (Pháp Cú 65). Kẻ phàm phu, lòng thì muốn cầu được trí thức mà hành động lại dẫn tới diệt vong, nên hạnh phúc bị tổn hại mà trí tuệ cũng tiêu tan (Pháp Cú 72). *Trong Phẩm XIII, Phẩm Thế Gian, Đức Phật đã dạy:* Con thiên nga chỉ bay được giữa không trung, người có thần thông chỉ bay được khỏi mặt đất, duy bậc đại trí, trừ hết ma quân mới bay được khỏi thế gian này (Pháp Cú 175). Sự hỗ tương liên hệ giữa Thiền và Trí là điểm đặc trưng của Phật giáo khác với các giáo phái khác bên Ấn Độ vào thời đức Phật. Trong đạo Phật, Thiền phải đưa đến trí, phải mở ra cái thấy biết như thực; vì không có thứ Phật giáo trong sự trầm tư mặc tưởng suông. Và đó chính là lý do khiến cho đức Phật không thỏa mãn với giáo lý của các vị đạo sư của mình, cái học ấy, theo lời của đức Phật, “không đưa đến thắng trí, giác ngộ và Niết Bàn.” An trụ trong hư vô kể ra cũng đủ thích thú, nhưng như vậy là rơi vào giấc ngủ sâu, mà đức Phật thì không có ý muốn ngủ cả đời mình trong mộng tưởng. Ngài phải quán chiếu vào cuộc sống,

và vào chân tướng của vạn hữu. Theo đức Phật, trí tuệ Bát Nhã là phần chủ yếu của đạo lý, trí tuệ ấy phải phát ra từ Thiền định; Thiền mà không kết thành trí thì nhất định đó chẳng phải là của Phật giáo. Đành rằng Bát Nhã phải là "chiếc thuyền không," nhưng ngồi yên trong căn nhà trống rỗng không làm gì hết, là bị "không chướng" là mai một; một con mắt phải mở to ra để chiếu kiến một cách rõ ràng vào thực tại, vì chính cái thực tại ấy mới giải thoát chúng ta khỏi mọi phiền trước và chướng ngại của cuộc sống.

Về Quán Tưởng: Phạn ngữ "Bhavana" có nghĩa là "Tu tập," hay "Quán tưởng." (Quán tưởng hay sự phát triển tâm linh. Tham thiền hay đốt cháy phiền não, gồm hai loại: thiền vắng lặng và thiền minh sát). Tự phát triển bằng bất cứ phương cách nào, nhưng đặc biệt là cách chế tâm, tập trung và thiền định. Có hai loại thiền định. Từ này được áp dụng rộng rãi trong thực hành thiền quán trong Phật giáo. "Bhavana" có hai giai đoạn. Giai đoạn thứ nhất là giai đoạn tìm kiếm sự yên ổn của tinh thần, và giai đoạn thứ hai là tìm kiếm sự hiểu biết. Nói chung, người ta có thể nói "sự tu tập" liên hệ tới việc làm quen tâm mình với vật (được tâm quan sát), và luận thuyết về thiền thường chia làm hai kiểu chính: 1) thiền chỉ, trong đó hành giả tu tập khả năng tập trung vào vật mà không mất chánh định; 2) Quán chiếu, trong đó hành giả phân tích vật để quyết định phương thức nào tồn tại sau cùng. Quán tưởng là tập trung tư tưởng để quan sát, phân tích và suy nghiệm một vấn đề, giúp cho thân an và tâm không loạn động, cũng như được chánh niệm. Quán tưởng không phải là chuyện đơn giản. Thật vậy, trong thế giới máy móc hiện đại hôm nay, cuộc sống cuồng loạn làm tâm trí chúng ta luôn bị loạn động với biết bao công chuyện hằng ngày khiến cho chúng ta mệt mỏi về thể xác lẫn tinh thần, nên việc làm chủ thân mình đã khó, mà làm chủ được tâm mình lại càng khó hơn. Quán tưởng là phương pháp Phật tử áp dụng hằng ngày, luyện cả thân tâm, đem lại sự hòa hợp giữa tinh thần và vật chất, giữa con người và thiên nhiên. Chúng ta, những hành giả tu thiền, phải quán sát chính mình, chứ không quán sát một ai khác. Hãy quán sát mình đang dụng công tu hành chứ không khởi sanh vọng tưởng lăng xăng hay nghĩ ngợi vớ vẩn. Quán tình thương triệt tiêu lòng sân hận. Quán sự biết ơn và tâm hỷ triệt tiêu lòng ganh ghét. Quán vô thường và niệm chết giúp giảm bớt sự tham ái. Quán bất tịnh giúp giảm thiểu chấp thủ. Quán vô ngã và tánh không giúp triệt tiêu những tư tưởng xấu xa.

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng lan tỏa và hòa quyện với hương thơm Thiền Định. Vì vậy mà về Quán Tưởng, trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XXI, Phẩm Tạp, Đức Phật đã dạy: Đệ tử Kiều Đáp Ma, phải luôn tự tỉnh giác, vô luận ngày hay đêm, thường niệm tưởng Phật Đà (Pháp Cú 296). Đệ tử Kiều Đáp Ma, phải luôn tự tỉnh giác, vô luận ngày hay đêm, thường niệm tưởng Đạt Ma (Pháp Cú 297). Đệ tử Kiều Đáp Ma, phải luôn tự tỉnh giác, vô luận ngày hay đêm, thường niệm tưởng Tăng già (Pháp Cú 298). Đệ tử Kiều Đáp Ma, phải luôn tự tỉnh giác, vô luận ngày hay đêm, thường niệm tưởng sắc thân (Pháp Cú 299). Đệ tử Kiều Đáp Ma, phải luôn tự tỉnh giác, vô luận ngày hay đêm, thường vui điều bất sát (Pháp Cú 300). Đệ tử Kiều Đáp Ma, phải luôn tự tỉnh giác, vô luận ngày hay đêm, thường ưa tu thiền quán (Pháp Cú 301). *Trong Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, Đức Phật đã dạy:* Không có trí huệ thì không có thiền định, không có thiền định thì không có trí tuệ. Người nào gồm đủ thiền định và trí tuệ thì gần đến Niết bàn (Pháp Cú 372). Bên cạnh đó, hành giả tu Thiền nên nhớ rằng cái thấy sự vật "đúng như thực" có thể nói là một khía cạnh trí thức hoặc tâm linh của Giác ngộ, song hành giả đừng nên hiểu theo tinh thần tư biện. Tuy nhiên, sự Giác ngộ là sự chứng nghiệm đạt được thứ gì đó hơn hẳn việc chỉ đơn thuần là chiếu kiến vào thực tại. Thật vậy, nếu Giác ngộ chỉ vốn vẹn là cái thấy ấy, hoặc cái chiếu diệu ấy, ắt nó không soi sáng được nội tâm đến độ khử diệt được tất cả dục vọng và chứng đến tự do tự tại. Vì trực giác không sao đi sâu được vào mạch sống, không trấn an được sự ngờ vực, không đoạn tuyệt được tất cả phiền trước chấp trước, trừ khi nào ý thức được chuẩn bị chu đáo để nhận cái Tất cả trong hình tượng toàn diện cũng như trong thể tánh "như thị". Giác quan và ý thức thường tục của chúng ta quá dễ bị khuấy động và lệch xa con đường hiện thực chân lý. Vì thế mà kỹ luật tu tập trở nên rất cần thiết. Hành giả tu Thiền cũng nên luôn nhớ rằng chính đức Phật cũng đã nhận lấy kỹ luật ấy dưới sự hướng dẫn của hai vị đạo sư thuộc phái Số Luận, và ngay cả sau ngày thành đạo, đức Phật vẫn đặt sự tham Thiền ấy làm phép thực tập cho các đồ đệ của mình. Chính ngài, khi thuận tiện, cũng thường hay lánh mình vào nơi cô tịch. Chắc chắn rằng đó không phải Ngài buông thả trong thú trầm tư hoặc sa đà theo ngoại cảnh phản chiếu trong gương tâm của Ngài. Mà đó chính là một phép tu tập tâm, cả đến đối với đức Phật, và cả đến sau khi Ngài đã thành đạo. Về phương diện này, đức

Phật chỉ giản dị làm theo phép tu luyện của các nhà hiền triết và các bậc đạo sư Ấn Độ khác. Tuy nhiên, đức Phật không cho đó là tất cả. Ngài còn thấy ở kỷ luật tu tập một ý nghĩa thâm diệu hơn, đó là cốt đánh thức dậy một ý thức tâm linh siêu tuyệt nhất để hiểu được Pháp. Chắc chắn rằng nếu thiếu sự thức tỉnh rốt ráo ấy thì việc hành Thiền, dầu cho có tinh tấn đến đâu đi nữa, vẫn thiếu hiệu lực viên thành trong cuộc sống đạo. Nên Pháp Cú 372 nói: "Không có trí huệ thì không có thiền định, không có thiền định thì không có trí tuệ. Người nào gồm đủ thiền định và trí tuệ thì gần đến Niết bàn."

Chương Bốn Mười Bảy

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Cái Thiện & Cái Ác Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Cái Thiện & Cái Ác Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Theo Phật giáo, điều Thiện là hành động cố ý phù hợp với Bát Thánh Đạo. Như vậy điều thiện không những chỉ phù hợp với chánh nghiệp, mà còn phù hợp với chánh kiến, chánh tư duy, chánh chánh ngữ, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định nữa. Theo Kinh Pháp Cú, câu 183, Đức Phật dạy: “Chớ làm các điều ác, gắng làm các việc lành, giữ tâm ý trong sạch. Ấy lời chư Phật dạy.” Điều Thiện sẽ giúp con người chế ngự được những phiền não khởi lên trong tâm. Ngược lại, nếu con người làm điều ác sẽ phải nhận chịu các hậu quả khổ đau trong đời này hay đời kế tiếp. Như vậy, thiện nghiệp có công năng thanh lọc bốn tâm và mang lại hạnh phúc cho mình và tha nhân. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng lúc mình tham thiền hay lúc mình niệm Phật tức là lúc mình không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, không vọng ngữ và không uống những chất cay độc. Như vậy lúc mình tham thiền hay niệm Phật chính là lúc mình trì giữ năm giới, có phải vậy không? Đó cũng là lúc chúng ta thực hành thập thiện. Như vậy, đừng suy nghĩ viển vông về chuyện chứng đắc, hay chuyện không thiện không ác, mà hãy dụng công nỗ lực, dũng mãnh tinh tấn. Chúng ta phải cố gắng hồi quang phản chiếu, tự hỏi lòng mình, xem coi mình đã sinh được bao nhiêu niệm thiện, đã dấy lên bao nhiêu niệm ác, đã phiêu lưu theo bao nhiêu vọng tưởng, vân vân và vân vân. Hãy tâm niệm như vậy: “Niệm thiện chưa sanh, khiến sanh niệm thiện. Đã sanh niệm thiện, khiến nó tăng trưởng. Chưa sanh niệm ác, khiến nó chẳng sanh. Đã sanh niệm ác, khiến nó triệt tiêu.” Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng với một niệm thiện, trời đất tăng thêm thanh khí; với một niệm ác, đất trời chồng chất thêm trược khí. Tuy nhiên, đạo Phật là đạo của tự do hoàn toàn, Đức Phật chỉ bày cho chúng ta biết “thiện ác hai con đường,” chúng ta ai tu thì tu, ai tạo nghiệp thì tự do tạo nghiệp. Người tu thiện sẽ thoát khỏi Tam Giới;

trong khi kẻ tạo ác sẽ đọa Tam Đồ Ác Đạo. Trong kinh Tứ Thập Nhị Chương, có một vị Sa Môn hỏi Phật: “Điều gì là thiện? Điều gì là lớn nhất?” Đức Phật dạy: “Thực hành Chánh Đạo, giữ sự chân thật là thiện. Chí nguyện hợp với Đạo là lớn nhất” (Chương 14).

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Cái Thiện & Cái Ác Trong Kinh Pháp Cú:

Trong hầu hết kinh điển Phật giáo, đặc biệt là trong Kinh A Hàm, Phật dạy: “Không làm những việc ác, chỉ làm những việc lành, giữ tâm ý trong sạch, đó lời chư Phật dạy.” Biện pháp mệnh mông cũng từ bốn câu kệ này mà ra. Theo Phật giáo, thiện có nghĩa là thuận lý, và ác có nghĩa là nghịch lý. Xưa nay chúng ta tạo nghiệp thiện ác lẫn lộn, không rõ ràng. Vì vậy mà có lúc chúng ta sanh tâm lành, lúc lại khởi niệm ác. Khi niệm thiện khởi lên thì tâm niệm “Không làm điều ác chỉ làm điều lành,” nhưng khi niệm ác khởi lên thì chúng ta hăng hái nghĩ đến việc “làm tất cả điều ác, không làm điều lành.” Vì từ vô lượng kiếp đến nay chúng ta đã tạo nghiệp lẫn lộn giữa thiện và ác như vậy cho nên hôm nay làm việc thiện song ngày mai lại khởi tâm làm ác, rồi ngày kia lại khởi tâm làm việc chẳng thiện chẳng ác. Người con Phật chân thuần, nhất là người tại gia, phải hết sức cẩn trọng trong mọi tác động từ đi, đứng, nằm, ngồi. Lúc nào mình cũng phải có ý niệm thanh tịnh, quang minh, chứ không khởi niệm bất tịnh, ô nhiễm. Cuộc đời của chúng ta đầy thiện ác và khổ đau phiền não trên thế gian này, người Phật tử thuần thành, nhất là người tại gia, phải nên luôn nhớ về mười hành động không đưa đến sự hối hận sau đây: *Thứ nhất* là không sát sanh. *Thứ nhì* là không trộm cắp. *Thứ ba* là không tà dâm. *Thứ tư* là không nói dối. *Thứ năm* là không nói lời của người. *Thứ sáu* là không uống rượu. *Thứ bảy* là không tự cho mình hay và chê người dở. *Thứ tám* là không hèn hạ. *Thứ chín* là không sân hận. *Thứ mười* là không hủy báng Tam Bảo. Nói tóm lại, để giảm thiểu ác nghiệp cũng như chấm dứt khổ đau phiền não trong cuộc sống, Đức Phật khuyên tứ chúng nên: “Chư Ác Mạc Tác, Chúng Thiện Phụng Hành, Tự Tịnh Kỳ Ý”. Trong Kinh A Hàm, Phật dạy: “Không làm những việc ác, chỉ làm những việc lành, giữ tâm ý trong sạch, đó lời chư Phật dạy.” Biện pháp mệnh mông cũng từ bốn câu kệ này mà ra. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: Người trí hãy nên rời bỏ hắc pháp (ác pháp) mà tu tập bạch pháp (thiện pháp), xa gia đình nhỏ hẹp, xuất gia sống độc thân

theo pháp tắc Sa-môn (Pháp Cú 87). Người trí phải gột sạch những điều cấu uế trong tâm, hãy cầu cái vui Chánh pháp, xa lìa ngũ dục mà chứng Niết bàn (Pháp Cú 88). Người nào thường chính tâm tu tập các phép giác chi, xa lìa tánh cố chấp, rời bỏ tâm nhiễm ái, diệt hết mọi phiền não để trở nên sáng suốt, thì sẽ giải thoát và chứng đắc Niết bàn ngay trong đời hiện tại (Pháp Cú 89). Tuy nhiên, những lời Phật dạy thường là sẽ nói khó làm. Vâng! “Chớ làm các điều ác, nên làm những việc lành, giữ tâm ý trong sạch.” Đó là lời chư Phật dạy. Lời Phật dạy dễ đến độ đưa trẻ lên ba cũng nói được, nhưng khó đến độ cụ già 80 cũng không thực hành nổi.

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng lan tỏa khắp làm tăng hương thơm của Cái Thiện. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm I, Phẩm Phẩm Song Yếu, Đức Phật đã dạy: Ở chỗ này vui, tiếp ở chỗ khác cũng vui; kẻ làm điều thiện nghiệp, cả hai nơi đều an vui; vì thấy thiện nghiệp mình gây ra, người kia sanh ra an lạc và cực lạc (Pháp Cú 16). Ở chỗ này hoan hỷ, tiếp ở chỗ khác cũng hoan hỷ, kẻ tu hành phước nghiệp, cả hai nơi đều hoan hỷ; nghĩ rằng “tôi đã tạo phước” vì vậy nên nó hoan hỷ. Hơn nữa còn hoan hỷ vì được sanh vào cõi lành (Pháp Cú 18). ***Trong Phẩm IV, Phẩm Hoa, Đức Phật đã dạy:*** Như thứ hoa tươi đẹp chỉ phô trương màu sắc mà chẳng có hương thơm, những người chỉ biết nói điều lành mà không làm điều lành chẳng đem lại ích lợi (Pháp Cú 51). Như thứ hoa tươi đẹp, vừa có màu sắc, lại có hương thơm, những người nói điều lành và làm được điều lành sẽ đưa lại kết quả tốt (Pháp Cú 52). Như từ đồng hoa có thể làm nên nhiều tràng hoa, từ nơi thân người có thể tạo nên nhiều việc thiện (Pháp Cú 53). ***Trong Phẩm VI, Phẩm Trí Giả, Đức Phật đã dạy:*** Chớ thân với bạn ác, chớ thân với kẻ tiểu nhân. Hãy thân với bạn lành, hãy thân với bậc thượng nhân (Pháp Cú 78). ***Trong Phẩm IX, Phẩm Ác, Đức Phật đã dạy:*** Nếu đã làm việc lành hãy nên thường làm mãi, nên vui làm việc lành; hễ chứa lành nhứt định thọ lạc (Pháp Cú 118). Khi nghiệp lành chưa thành thực, người lành cho là khổ, đến khi nghiệp lành thành thực, người lành mới biết là lành (Pháp Cú 120). Chớ nên khinh điều lành nhỏ, cho rằng “chẳng đưa lại quả báo cho ta.” Phải biết giọt nước nhều lâu ngày cũng làm đầy bình. Kẻ trí sở dĩ toàn thiện bởi chứa dồn từng khi ít mà nên (Pháp Cú 122). ***Trong Phẩm X, Phẩm Đạo Trượng, Đức Phật đã dạy:*** Kẻ ngu phu tạo các ác nghiệp vẫn không tự biết có quả báo gì chẳng? Người ngu tự

tạo ra nghiệp để chịu khổ, chẳng khác nào tự lấy lửa đốt mình (Pháp Cú 136). *Trong Phẩm XI, Phẩm Lão, Đức Phật đã dạy:* Như xe vua lộng lẫy, cuối cùng cũng hư hoại, thân này rồi sẽ già. Chỉ có Pháp của bậc Thiện, khỏi bị nạn già nua. Như vậy bậc chí Thiện, nói lên cho bậc Thiện (Pháp Cú 151). *Trong Phẩm XIII, Phẩm Thế Gian, Đức Phật đã dạy:* Ai dùng các hạnh lành, làm xóa mờ nghiệp ác, sẽ chói sáng đời này, như trăng thoát mây che (Pháp Cú 173). *Trong Phẩm XVI, Phẩm Hỷ Ái, Đức Phật đã dạy:* Khách lâu ngày tha hương, an ổn từ xa về, bà con cùng thân hữu, hân hoan đón chào mừng. Cũng vậy các phước nghiệp, đón chào người làm lành, đời này đến đời kia, như thân nhân đón chào (Pháp Cú 219 & 220). *Trong Phẩm XXI, Phẩm Tạp, Đức Phật đã dạy:* Người lành dầu ở xa, sáng tỏ như núi Tuyết. Kẻ ác dầu ở đây, cũng không hề được thấy, như tên bắn đêm đen (Pháp Cú 304). *Trong Phẩm XXII, Phẩm Địa Ngục, Đức Phật đã dạy:* Ác hạnh không nên làm, làm xong chịu khổ lụy. Thiện hạnh ắt nên làm, làm xong không ăn năn (Pháp Cú 314).

Theo Phật giáo, ác có nghĩa là điều ác hay Bất Thiện. Điều không lành mạnh (là cội rễ bất thiện) theo sau bởi tham sân si và những hậu quả khổ đau về sau. Trên thế gian này có hai loại nhân: một là nhân thiện, hai là nhân ác. Khi mình trồng nhân thiện thì mình gặt quả thiện, khi mình trồng nhân ác thì đương nhiên mình phải gặt quả ác. Theo Thanh Tịnh Đạo, bất thiện nghiệp là những việc làm bất thiện và là con đường dẫn đến ác đạo. Tâm bất thiện tạo ra những tư tưởng bất thiện (hận, thù, tổn hại và tà kiến, vân vân), cũng như những hành động gây ra khổ đau loạn động. Tâm bất thiện sẽ hủy diệt sự an lạc và thanh tịnh bên trong. Theo Phật giáo, nếu chúng ta trồng nhân ác thì tương lai chúng ta sẽ gặt quả xấu. Những ai tạo ra oan nghiệt, phạm đủ thứ lỗi lầm thì tương lai sẽ thọ lãnh quả báo của địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, vân vân. Tóm lại, làm điều thiện thì được thăng hoa, còn làm điều ác sẽ bị đọa vào ác đạo. Mọi thứ đều do mình tự tạo, tự mình làm chủ lấy mình, chứ đừng y lại vào ai khác. Độc ác là tìm cách làm hại người khác. Độc ác bao gồm việc rắp tâm trả đũa người đã làm điều sai trái đối với chúng ta, tìm cách làm cho người khác bị dày vò trong đau khổ hay làm cho người khác bị rơi vào tình cảnh thẹn thù khó xử. Từ thời khởi thủy, tư tưởng Phật giáo đã tranh luận rằng những hành động vô luân là kết quả của vô minh, khiến cho chúng sanh tham dự vào các hành động dẫn đến những hậu quả xấu cho họ. Vì vậy điều ác

trong Phật giáo chỉ là vấn đề thứ yếu, sẽ bị triệt tiêu khi khắc phục được vô minh. Vì vậy định nghĩa của tội lỗi và xấu ác theo giáo điển: những hành động xấu ác là những hành động đưa đến khổ đau và hậu quả được nhận biết như là nỗi đau đớn cho chúng sanh kinh qua. Tất cả nghiệp được kiểm soát bởi ba thứ thân, khẩu, ý. Có ba nghiệp nơi thân, bốn nghiệp nơi miệng, và ba nghiệp nơi ý. Theo Phật giáo, những hiện tượng xấu ác được dùng để chỉ những hiện tượng siêu nhiên do kết quả của thiền tập, như thần thông, và những năng lực ảo thuật khác, cũng như những ảo giác. Chúng là những thứ làm cho hành giả mất tập trung, nên hành giả được dạy là nên càng phớt lờ chúng nhiều chừng nào càng tốt chừng ấy để chỉ lo tập trung vào thiền tập mà thôi. Theo Phật giáo, người ác là người chối bỏ luật Nhân quả (thà khởi lên ngã kiến như núi Tu Di, chứ đừng khởi lên ác thủ không, hay phủ nhận lý nhân quả, cho rằng cái này cái kia đều là không). Vì thế Đức Phật khuyên chúng ta không nên làm bạn với kẻ ác, mà chỉ thân thiện với bạn lành. Ngài nêu rõ rằng, nếu chúng ta muốn sống, chúng ta phải tránh ác như tránh thuốc độc, vì một bàn tay không thương tích có thể cầm thuốc độc mà không có hại gì. Pháp của bậc Thiện không mất, nhưng đi theo người làm lành đến chỗ các hạnh lành dẫn dắt đến. Các hạnh lành đón chào người làm lành khi đi về từ thế giới này qua thế giới khác, như bà con chào đón người thân yêu từ xa mới về. Như vậy, vấn đề đặt ra rất rõ ràng và dứt khoát. Ác và thiện đều do mình tạo ra. Ác đưa đến cãi nhau, gây hấn và chiến tranh. Còn thiện đưa đến hòa thuận, thân hữu và hòa bình. Ấn Quang Đại Sư khuyên người chuyên nhất niệm Phật cho tâm mình không còn tham luyến chi đến việc trần lao bên ngoài. Đừng quên cái chết đang rình rập bên mình chẳng biết xảy ra lúc nào. Nếu như không chuyên nhất niệm Phật cầu sanh về Tây Phương, thì khi cái chết đến thành linh, chắc chắn là phải bị đọa vào trong tam đồ ác đạo. Nơi đó phải chịu khổ có khi đến vô lượng chư Phật ra đời hết rồi mà vẫn còn bị xoay lăn trong ác đạo, không được thoát ly. Vì thế, hành giả lúc nào cũng phải nghĩ đến thân người mong manh, cái chết thành linh. Đời trước và đời này đã tạo ra vô lượng vô biên ác nghiệp, và luôn nghĩ đến sự khổ nơi tam đồ ác đạo đang đợi chúng ta, để luôn tỉnh ngộ mà tâm không còn tham luyến chi đến các cảnh ngũ dục, lục trần ở bên ngoài nữa. Nếu như bị đọa vào địa ngục thì bị cảnh non đao, rừng kiếm, lò lửa, vạc dầu; một ngày đêm sống chết đến vạn lần, sự đau khổ cùng cực không sao tả xiết. Nếu như bị

đọa vào ngã quỷ thì thân mình xấu xa hôi hám. Bụng lớn như cái trống, còn cổ họng thì nhỏ như cây kim; đói khát mà không ăn uống được. Khi thấy thức ăn nước uống thì các vật ấy đều hóa thành ra than lửa, chịu đói khát khổ sở, lăn lộn, khóc la trong muôn vạn kiếp. Nếu như bị đọa vào súc sanh thì bị nghiệp chửi, kéo, nặng nề, bị người giết mà ăn thịt, hoặc bị cảnh loài mạnh ăn loài yếu, hân tâm kinh sợ, khủng hoảng, không lúc nào yên. Cổ Đức dạy: “Làm ác ‘Thí như nhơn thóa thiên, hoàn tòng kỷ thân truy.’” Nghĩa là làm ác như người phun nước miếng lên trời, nước miếng rơi trở xuống ngay nơi mặt chính họ. Hoặc là “Ngâm máu phun người nhơ miệng mình.”

Theo Phật giáo, nếu chúng ta trồng nhân ác thì tương lai chúng ta sẽ gặt quả xấu. Những ai tạo ra oan nghiệt, phạm đủ thứ lỗi lầm thì tương lai sẽ thọ lãnh quả báo của địa ngục, ngã quỷ, súc sanh, vân vân. Tóm lại, làm điều thiện thì được thăng hoa, còn làm điều ác sẽ bị đọa vào ác đạo. Mọi thứ đều do mình tự tạo, tự mình làm chủ lấy mình, chứ đừng y lại vào ai khác. Theo Thanh Tịnh Đạo, bất thiện hạnh hay tà hạnh là làm những điều đáng lý không nên làm, và không làm cái nên làm, do tham sân si và sợ. Chúng được gọi là đường xấu vì đó là những con đường mà bậc Thánh không đi. Ác hạnh nơi ý, khẩu hay thân, đưa đến ác báo. Bất thiện ngôn hay lời nói độc ác hay miệng độc ác (gây phiền não cho người). Trong Phật giáo, bất thiện kiến hay ác kiến là kiến giải ác hay sự thấy hiểu xấu ác với những quan niệm sai lầm và cố chấp (sự suy lường điên đảo về tứ diệu đế làm ô nhiễm trí tuệ): thân kiến, biên kiến, tà kiến, kiến thủ, và giới cấm thủ.

Đồng thời, Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi khó ngửi của cái ác. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm I, Phẩm Phẩm Song Yếu, Đức Phật đã dạy: Ở chỗ này ăn năn, tiếp ở chỗ khác cũng ăn năn, kẻ làm điều ác nghiệp, cả hai nơi đều ăn năn; vì thấy ác nghiệp mình gây ra, kẻ kia sanh ra ăn năn và chết mòn (Pháp Cú 15). Ở chỗ này than buồn, tiếp ở chỗ khác cũng than buồn, kẻ gây điều ác nghiệp, cả hai nơi đều than buồn: nghĩ rằng “tôi đã tạo ác” vì vậy nên nó than buồn. Hơn nữa còn than buồn vì phải đọa vào cõi khổ (Pháp Cú 17). ***Trong Phẩm IX, Phẩm Ác, Đức Phật đã dạy:*** Hãy gấp rút làm lành, chế chỉ tâm tội ác. Hễ biếng nhác việc lành giờ phút nào thì tâm ưa chuyện ác giờ phút nấy (Pháp Cú 116). Nếu đã lỡ làm ác chớ nên thường làm hoài, chớ vui làm việc ác; hễ chứa ác nhứt định thọ khổ (Pháp Cú 117). Khi

nghiệp ác chưa thành thực, kẻ ác cho là vui, đến khi nghiệp ác thành thực kẻ ác mới hay là ác (Pháp Cú 119). Chớ khinh điều ác nhỏ, cho rằng “chẳng đưa lại quả báo cho ta.” Phải biết giọt nước nhều lâu ngày cũng làm đầy bình. Kẻ ngu phu sở dĩ đầy tội ác bởi chứa dồn từng khi ít mà nên (Pháp Cú 121). Người đi buôn mang nhiều của báu mà thiếu bạn đồng hành, tránh xa con đường nguy hiểm làm sao, như kẻ tham sống tránh xa thuốc độc thế nào, thì các người cũng phải tránh xa điều ác thế ấy (Pháp Cú 123). Với bàn tay không thương tích, có thể nắm thuốc độc mà không bị nhiễm độc, với người không làm ác thì không bao giờ bị ác (Pháp Cú 124). Đem ác ý xâm phạm đến người không tà vạy, thanh tịnh và vô nhiễm, tội ác sẽ trở lại kẻ làm ác như ngược gió tung bụi (Pháp Cú 125). Một số sinh ra từ bào thai, kẻ ác thì đọa vào địa ngục, người chính trực thì sinh lên chư thiên, nhưng cõi Niết bàn chỉ dành riêng cho những ai đã diệt sạch nghiệp sanh tử (Pháp Cú 126). Chẳng phải bay lên không trung, chẳng phải lặn xuống đáy bể, chẳng phải chui vào hang sâu núi thẳm, dù tìm khắp thế gian này, chẳng có nơi nào trốn khỏi ác nghiệp đã gây (Pháp Cú 127). *Trong Phẩm X, Phẩm Dao Trượng, Đức Phật đã dạy:* Chớ nên nói lời bất thiện thô ác. Khi người dùng lời thô ác nói với người khác. Người khác cũng dùng lời thô ác nói với người, thương thay những lời nóng giận thô ác chỉ làm cho các người đau đớn khó chịu như đao gây mà thôi (Pháp Cú 133). Nếu người mặc nhiên như cái đồng la bể trước những người đem lời thô ác cãi vã đến cho mình, tức là người đã tự tại đi trên đường Niết Bàn. Người kia chẳng làm sao tìm sự tranh cãi với người được nữa (Pháp Cú 134). *Trong Phẩm XII, Phẩm Tự Kỷ, Đức Phật đã dạy:* Ác nghiệp chính do mình tạo, từ mình sinh ra. Ác nghiệp làm hại kẻ ngu phu dễ dàng như kim cang phá hoại bảo thạch (Pháp Cú 161). Việc hung ác thì dễ làm nhưng chẳng lợi gì cho ta, trái lại việc từ thiện có lợi cho ta thì lại rất khó làm (Pháp Cú 163). Những người ác tuệ ngu si, vì tâm tà kiến mà vu miệt giáo pháp A-la-hán, vu miệt người lành Chánh đạo và giáo pháp đức Như Lai để tự mang lấy bại hoại, như giống cỏ cách-tha hễ sinh hoa quả xong liền tiêu diệt (Pháp Cú 164). Làm dữ bởi ta mà nhiễm ô cũng bởi ta, làm lành bởi ta mà thanh tịnh cũng bởi ta. Tịnh hay bất tịnh đều bởi ta, chứ không ai có thể làm cho ai thanh tịnh được (Pháp Cú 165). *Trong Phẩm XIV, Phẩm Phật Đà, Đức Phật đã dạy:* Chớ nên phỉ báng, đừng làm nào hại, giữ giới luật tinh nghiêm, uống ăn có chừng mực, riêng ở chỗ tịch tịnh, siêng tu tập

thiền định; ấy lời chư Phật dạy (Pháp Cú 185). *Trong Phẩm XVIII, Phẩm Cấu Uế, Đức Phật đã dạy:* Như sét do sắt sinh ra rồi trở lại ăn sắt, cũng như ác nghiệp do người ta gây ra rồi trở lại dắt người ta đi vào cõi ác (Pháp Cú 240).”

Chương Bốn Mười Tám

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Thiện Nghiệp Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Thiện Nghiệp Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Thiện nghiệp là nghiệp tạo ra bởi thiện đạo như ngũ giới thập thiện, sẽ đưa chúng sanh đến chỗ an lạc hạnh phúc. Thiện nghiệp là những nghiệp đưa đến vãng sanh Tịnh Độ. Theo Kinh Pháp Cú, câu 183, Đức Phật dạy: “Chớ làm các điều ác, gắng làm các việc lành, giữ tâm ý trong sạch. Ấy lời chư Phật dạy.” Thiện nghiệp sẽ giúp con người chế ngự được những phiền não khởi lên trong tâm. Ngược lại, nếu con người làm ác nghiệp sẽ phải nhận chịu các hậu quả khổ đau trong đời này hay đời kế tiếp. Bất thiện nghiệp sanh ra những hậu quả đau khổ: tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng. Theo Thanh Tịnh Đạo, được gọi là bất thiện nghiệp vì chúng vừa là bất thiện mà vừa là con đường dẫn đến ác đạo: sát sanh, trộm cắp, tà hạnh trong dục vọng, vọng ngữ, ác ngữ, thô ngữ, phù phiếm ngữ, tham, sân, và tà kiến. Thiền sư Philip Kapleau viết trong quyển 'Giác Ngộ Thiền': "Trong Phật giáo cổ điển, nghiệp không được đánh giá là tốt hay xấu, nhưng đúng hơn là 'thiện nghiệp' hay 'bất thiện nghiệp.' Thiện nghiệp là hành động xuất phát từ ý thức về tính nhất thể, không phân ly. Những hành động như thế không bị trói buộc với cái chấp ý tưởng về ta và người, những hành động này có tính tự phát, khôn ngoan và bi mẫn.

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Thiện Nghiệp Trong Kinh Pháp Cú:

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Thiện Nghiệp lúc nào cũng lan tỏa khắp trong vườn hoa Pháp Cú. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm I, Phẩm Phẩm Song Yếu, Đức Phật đã dạy: Ở chỗ này vui, tiếp ở chỗ khác cũng vui; kẻ làm điều thiện nghiệp, cả hai nơi đều an vui; vì thấy thiện nghiệp mình gây ra, người kia sanh ra an lạc và cực lạc (Pháp Cú 16). Ở chỗ này hoan hỷ, tiếp ở chỗ khác cũng

hoan hỷ, kẻ tu hành phước nghiệp, cả hai nơi đều hoan hỷ: nghĩ rằng “tôi đã tạo phước” vì vậy nên nó hoan hỷ. Hơn nữa còn hoan hỷ vì được sanh vào cõi lành (Pháp Cú 18). *Trong Phẩm V, Phẩm Ngu, Đức Phật đã dạy:* Những người tạo các thiện nghiệp, làm xong chẳng chút ăn năn, còn vui mừng hơn hở, vì biết mình sẽ thọ lấy quả báo tương lai (Pháp Cú 68). *Trong Phẩm IX, Phẩm Ác, Đức Phật đã dạy:* Nếu đã làm việc lành hãy nên thường làm mãi, nên vui làm việc lành; hễ chứa lành nhưt định thọ lạc (Pháp Cú 118). Khi nghiệp lành chưa thành thực, người lành cho là khổ, đến khi nghiệp lành thành thực, người lành mới biết là lành (Pháp Cú 120). Chớ khinh điều ác nhỏ, cho rằng “chẳng đưa lại quả báo cho ta.” Phải biết giọt nước nhều lâu ngày cũng làm đầy bình. Kẻ ngu phu sở dĩ đầy tội ác bởi chứa đồn từng khi ít mà nên (Pháp Cú 121). Chớ nên khinh điều lành nhỏ, cho rằng “chẳng đưa lại quả báo cho ta.” Phải biết giọt nước nhều lâu ngày cũng làm đầy bình. Kẻ trí sở dĩ toàn thiện bởi chứa đồn từng khi ít mà nên (Pháp Cú 122). Người đi buôn mang nhiều của báu mà thiếu bạn đồng hành, tránh xa con đường nguy hiểm làm sao, như kẻ tham sống tránh xa thuốc độc thế nào, thì các người cũng phải tránh xa điều ác thế ấy (Pháp Cú 123). Với bàn tay không thương tích, có thể nắm thuốc độc mà không bị nhiễm độc, với người không làm ác thì không bao giờ bị ác (Pháp Cú 124). Dem ác ý xâm phạm đến người không tà vạy, thanh tịnh và vô nhiễm, tội ác sẽ trở lại kẻ làm ác như ngược gió tung bụi (Pháp Cú 125). *Trong Phẩm XIII, Phẩm Thế Gian, Đức Phật đã dạy:* Hãy làm lành theo Chánh pháp, việc ác tránh không làm. Người thực hành đúng Chánh pháp, thì đời này vui đời sau cũng vui (Pháp Cú 169).

Chương Bốn Mười Chín

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Thiện Pháp & Bất Thiện Pháp Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Thiện Pháp & Bất Thiện Pháp Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Trong Phật giáo, điều thiện là hành động cố ý phù hợp với Bát Thánh Đạo. Như vậy điều thiện không những chỉ phù hợp với chánh nghiệp, mà còn phù hợp với chánh kiến, chánh tư duy, chánh chánh ngữ, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định nữa. Theo Kinh Pháp Cú, câu 183, Đức Phật dạy: “Chớ làm các điều ác, gắng làm các việc lành, giữ tâm ý trong sạch. Ấy lời chư Phật dạy.” Điều Thiện sẽ giúp con người chế ngự được những phiền não khởi lên trong tâm. Ngược lại, nếu con người làm điều ác sẽ phải nhận chịu các hậu quả khổ đau trong đời này hay đời kế tiếp. Như vậy, thiện nghiệp có công năng thanh lọc bốn tâm và mang lại hạnh phúc cho mình và tha nhân. Thiện là trái với ác, là những hành pháp hữu lậu và vô lậu thuận ích cho đời này và đời khác (trên thông với Bồ Tát và Phật, dưới thấu trời và người). Theo Phật giáo, thiện nghiệp là hành động cố ý phù hợp với Bát Thánh Đạo. Như vậy thiện nghiệp không những chỉ phù hợp với chánh nghiệp, mà còn phù hợp với chánh kiến, chánh tư duy, chánh chánh ngữ, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định nữa. Theo Kinh Pháp Cú, câu 183, Đức Phật dạy: “Chớ làm các điều ác, gắng làm các việc lành, giữ tâm ý trong sạch. Ấy lời chư Phật dạy.” Thiện nghiệp sẽ giúp con người chế ngự được những phiền não khởi lên trong tâm. Ngược lại, nếu con người làm ác nghiệp sẽ phải nhận chịu các hậu quả khổ đau trong đời này hay đời kế tiếp. Một người tốt, tin theo thuyết nhân quả của Phật Giáo và sống một đời thiện lành. Trên đời này có hai hạng người, hạng ưa tranh luận và gây sự và hạng ưa hòa thuận và hoan hỷ. Hạng người đầu có thể nói là hạng người độc ác ngu si và phóng đảng. Hạng thứ hai là loại hành thiện, có trí huệ và biết sống chế ngự điều phục. Đức Phật đã phân loại rõ ràng giữa thiện và ác và Ngài khuyên tất cả đệ tử của mình không nên làm ác, làm các hành lành và giữ cho tâm ý trong sạch. Ngài dạy rằng làm ác thì

đễ, làm lành khó hơn, nhưng các đệ tử của Ngài phải biết lựa chọn giữa ác và thiện, vì kẻ ác phải đi xuống địa ngục và chịu rất nhiều khổ đau, còn bậc Thiện sẽ được lên cõi trời và hưởng thọ hạnh phúc. Theo Tương Ưng Bộ Kinh, Phẩm Ambapali, có hai pháp cơ bản về các thiện pháp. Thứ nhất là giới khéo thanh tịnh bao gồm y cứ trên giới và an trú trên giới. Theo Kinh Trường Bộ, Phúng Tụng Kinh, có ba thiện căn. Đối với chư Tăng Ni có vô tham, vô sân, vô si; bố thí, từ bi, trí huệ; thân lành, khẩu lành, ý lành. Tam thiện căn dùng để phát triển giới hạnh: vô tham thiện căn, vô sân thiện căn, và vô si thiện căn. Đối với Phật tử tại gia, có ba thứ thiện căn: bố thí thiện căn; bi Mẫn thiện căn; và trí huệ thiện căn. Lại có Tam Thiện Đạo hay ba con đường hay ba trạng thái đi lên. Thứ nhất là thiên đạo, do nghiệp lành bậc trên mà bước tới. Thứ nhì là nhơn đạo, do nghiệp lành bậc giữa mà bước tới. Thứ ba là a-tu-la đạo, do nghiệp lành bậc dưới mà bước. Theo Trường Bộ, Kinh Phúng Tụng, có ba loại thiện giới. Thứ nhất là ly dục giới. Thứ nhì là vô sân giới. Thứ ba là vô hại giới. Theo Kinh Trường Bộ, Phúng Tụng Kinh, có ba thiện hạnh: thân thiện hạnh, khẩu thiện hạnh, và ý thiện hạnh. Tam Thiện Nghiệp bao gồm không tham, không sân và không si. Theo A Tỳ Đạt Ma Luận, có ba cửa thiện nghiệp thuộc về dục giới. Thứ nhất là thân nghiệp thuộc nơi Cửa Thân: không sát sanh, không trộm cắp và không tà dâm. Thứ nhì là khẩu nghiệp thuộc nơi Cửa Khẩu: không nói dối, không nói lời đâm thọc, không nói lời thô lỗ, và không nói lời nhảm nhí. Thứ ba là ý nghiệp thuộc nơi cửa Ý: không tham ái, không sân hận, và không tà kiến. Theo Trường Bộ, Kinh Phúng Tụng, có ba loại suy nghĩ thiện lành. Thứ nhất là Ly dục tầm. Thứ nhì là Vô sân tầm. Thứ ba là Vô hại tầm. Theo Trường Bộ, Kinh Phúng Tụng, có ba loại thiện tưởng. Thứ nhất là Ly dục tưởng. Thứ nhì là Vô sân tưởng. Thứ ba là Vô hại tưởng. Theo Đại Thừa, có bốn thứ thiện căn đưa đến những quả vị tốt đẹp: Thanh Văn, Duyên Giác, Bồ Tát, và Phật. Theo Câu Xá Tông, có bốn thứ thiện căn đưa đến những quả vị tốt đẹp: noãn pháp, đỉnh pháp, nhĩ pháp, và thế đệ nhất pháp. Theo Kinh Thủ Lăng Nghiêm, quyển Tám, có bốn thứ thiện căn đưa đến những quả vị tốt đẹp. Đức Phật đã nhắc ngài A Nan về tứ gia hạnh như sau: “Ông A Nan! Người thiện nam đó, thấy đều thanh tịnh, 41 tâm gần thành bốn thứ diệu viên gia hạnh.” Thứ nhất là Noãn Địa. Lấy Phật giác để dùng làm tâm mình, dường như hiểu rõ Phật giác mà kỳ thật chưa hiểu rõ. Ví dụ như khoang cây

lấy lửa, lửa sắp cháy lên, mà chưa thật sự cháy. Đây gọi là noãn địa. Thứ nhì là Đỉnh Địa. Lại lấy tâm mình thành đường lối đi của Phật, dường như nường mà chẳng phải nường. Như lên núi cao, thân vào hư không, dưới chân còn chút ngại. Gọi là Đỉnh Địa. Thứ ba là Nhẫn Địa. Tâm và Phật đồng nhau, thì khéo được trung đạo. Như người nhẫn việc, chẳng phải mang sự oán, mà cũng chẳng phải vượt hẳn sự ấy. Đó gọi là nhẫn địa. Thứ tư là Thế đệ nhất địa. Số lượng tiêu diệt, trung đạo giữa mê và giác, đều không còn tên gọi. Đây gọi là thế đệ nhất địa. Theo Trường Bộ, Kinh Phúng Tụng, có tám loại Thiện: Chánh Kiến, Chánh Tư Duy, Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp, Chánh Mạng, Chánh Tinh Tấn, Chánh Niệm, và Chánh Định. Trong Kinh Tứ Thập Nhị Chương, chương 14, Đức Phật dạy: “Có một vị Sa Môn hỏi Phật: “Điều gì là thiện? Điều gì là lớn nhất?” Đức Phật dạy: “Thực hành Chánh Đạo, giữ sự chân thật là thiện. Chí nguyện hợp với Đạo là lớn nhất.” Với hành giả tu tập tại gia, thiện pháp có thể là đi chùa làm công quả, nhưng thiện pháp cũng có thể là tất cả những gì mình làm cho người khác khiến họ được hạnh phúc hơn hay có được giới đức hơn để tiến gần đến giác ngộ và giải thoát. Hành giả tu thiền chân thuần nên luôn nhớ rằng trước khi bước vào tu tập thiền quán, chúng ta nên tu tập thật nhiều thiện nghiệp, vì mức độ tịnh lặng chẳng những tùy thuộc vào phương pháp thiền quán, mà còn tùy thuộc rất nhiều vào những thiện nghiệp đã được chúng ta hoàn thành. Nếu chưa được hoàn toàn giải thoát thì sự an lạc trong thiền định cũng đồng nghĩa với hạnh phúc mà chúng ta làm được cho người khác. Như vậy, hành giả tu thiền phải là người cả đời luôn luôn đem lại hạnh phúc, an lạc, và tỉnh thức cho người khác. Nói cách khác, bên cạnh những nỗ lực tu tập thiền định, hành giả tu thiền phải cố gắng thực hành thật nhiều thiện nghiệp, vì những thiện nghiệp ấy sẽ hỗ trợ đắc lực cho kết quả của thiền định.

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Thiện Pháp & Bất Thiện Pháp Trong Kinh Pháp Cú:

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng lan tỏa khắp trên đường hành giả tu tập Thiện Pháp. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm IV, Phẩm Hoa, Đức Phật đã dạy: Như thứ hoa tươi đẹp chỉ phô trương màu sắc mà chẳng có hương thơm, những người chỉ biết nói điều lành mà không làm điều lành chẳng đem lại ích lợi (Pháp Cú 51). Như thứ hoa tươi đẹp, vừa có màu sắc, lại có hương

thơm, những người nói điều lành và làm được điều lành sẽ đưa lại kết quả tốt (Pháp Cú 52). Như từ đồng hoa có thể làm nên nhiều tràng hoa, từ nơi thân người có thể tạo nên nhiều việc thiện (Pháp Cú 53). *Trong Kinh Phẩm IX, Phẩm Ác, Đức Phật đã dạy:* Nếu đã làm việc lành hãy nên thường làm mãi, nên vui làm việc lành; hãy chứa lành nhứt định thọ lạc (Pháp Cú 118). Khi nghiệp lành chưa thành thực, người lành cho là khổ, đến khi nghiệp lành thành thực, người lành mới biết là lành (Pháp Cú 120). Chớ nên khinh điều lành nhỏ, cho rằng “chẳng đưa lại quả báo cho ta.” Phải biết giọt nước nhỏ lâu ngày cũng làm đầy bình. Kẻ trí sở dĩ toàn thiện bởi chứa dồn từng khi ít mà nên (Pháp Cú 122).”

Bất thiện pháp là điều ác hay điều bất thiện, hay điều không lành mạnh (là cội rễ bất thiện) theo sau bởi tham sân si và những hậu quả khổ đau về sau. Trên thế gian này có hai loại nhân: một là nhân thiện, hai là nhân ác. Khi mình trồng nhân thiện thì mình gặt quả thiện, khi mình trồng nhân ác thì đương nhiên mình phải gặt quả ác. Theo Thanh Tịnh Đạo, bất thiện nghiệp là những việc làm bất thiện và là con đường dẫn đến ác đạo. Tâm bất thiện tạo ra những tư tưởng bất thiện (hận, thù, tổn hại và tà kiến, vân vân), cũng như những hành động gây ra khổ đau loạn động. Tâm bất thiện sẽ hủy diệt sự an lạc và thanh tịnh bên trong. Theo Phật giáo, nếu chúng ta trồng nhân ác thì tương lai chúng ta sẽ gặt quả xấu. Những ai tạo ra oan nghiệt, phạm đủ thứ lỗi lầm thì tương lai sẽ thọ lãnh quả báo của địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, vân vân. Tóm lại, làm điều thiện thì được thăng hoa, còn làm điều ác sẽ bị đọa vào ác đạo. Mọi thứ đều do mình tự tạo, tự mình làm chủ lấy mình, chứ đừng ỷ lại vào ai khác. Theo Thanh Tịnh Đạo, bất thiện hạnh hay tà hạnh là làm những điều đáng lý không nên làm, và không làm cái nên làm, do tham sân si và sợ. Chúng được gọi là đường xấu vì đó là những con đường mà bậc Thánh không đi. Ác hạnh nơi ý, khẩu hay thân, đưa đến ác báo. Bất thiện ngôn hay lời nói độc ác hay miệng độc ác (gây phiền não cho người). *Trong Kinh Pháp Cú, Phẩm X, Phẩm Đạo Trượng, Đức Phật đã dạy:* Chớ nên nói lời bất thiện thô ác. Khi người dùng lời thô ác nói với người khác. Người khác cũng dùng lời thô ác nói với người, thương thay những lời nóng giận thô ác chỉ làm cho các người đau đớn khó chịu như đao gây mà thôi (Pháp Cú 133). Nếu người mặc nhiên như cái đồng la bể trước những người đem lời thô ác cãi vã đến cho mình, tức là người đã tự tại đi trên đường Niết Bàn. Người kia chẳng làm sao tìm sự tranh cãi với người được nữa

(Pháp Cú 134).” Bất thiện kiến hay ác kiến là kiến giải ác hay sự thấy hiểu xấu ác với những quan niệm sai lầm và cố chấp (sự suy lường điên đảo về tứ diệu đế làm ô nhiễm trí tuệ): thân kiến, biên kiến, tà kiến, kiến thủ, và giới cấm thủ. Bất thiện là hành vi trái đạo lý (sẽ chuốc lấy khổ báo trong hiện tại và tương lai). Bất thiện pháp là điều độc ác, là tìm cách làm hại người khác. Độc ác bao gồm việc rắp tâm trả đũa người đã làm điều sai trái đối với chúng ta, tìm cách làm cho người khác bị dày vò trong đau khổ hay làm cho người khác bị rơi vào tình cảnh thẹn thùa khó xử. Từ thời khởi thủy, tư tưởng Phật giáo đã tranh luận rằng những hành động vô luân là kết quả của vô minh, khiến cho chúng sanh tham dự vào các hành động dẫn đến những hậu quả xấu cho họ. Vì vậy điều ác trong Phật giáo chỉ là vấn đề thứ yếu, sẽ bị triệt tiêu khi khắc phục được vô minh. Vì vậy định nghĩa của tội lỗi và xấu ác theo giáo điển: những hành động xấu ác là những hành động đưa đến khổ đau và hậu quả được nhận biết như là nỗi đau đớn cho chúng sanh kinh qua. Bất thiện nghiệp hay ác nghiệp Tham, Sân, Si do Thân, Khẩu, Ý gây. Bất thiện nghiệp là hành động của thân khẩu ý làm tổn hại cả mình lẫn người, sẽ đưa đến quả báo xấu. Bất thiện nghiệp gồm có những nghiệp sau đây: tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng. Theo Kinh Thi Ca La Việt, có bốn nguyên nhân gây nên bất thiện nghiệp: tham dục, sân hận, ngu si, và sợ hãi. Theo Kinh Thi Ca La Việt, Đức Phật dạy: “Này gia chủ tử, vì vị Thánh đệ tử không tham dục, không sân hận, không ngu si, không sợ hãi, nên vị ấy không làm ra bất thiện nghiệp theo bốn lý do kể trên.”

Bất thiện Đạo gồm có ba thứ, còn gọi là tam đồ ác đạo gồm địa ngục, ngạ quỷ và súc sanh. Đây là ba đường của trạng thái tâm, thí dụ như khi chúng ta có tâm tưởng muốn giết hại ai, thì ngay trong giây phút đó, chúng ta đã sanh vào địa ngục vậy. Chúng sanh trong ác đạo chẳng gặp được Phật pháp, chẳng bao giờ tu tập thiện nghiệp, và luôn làm hại người khác. Thỉnh thoảng A-Tu-La cũng được xem như bất thiện đạo vì dù có phước đức cõi trời nhưng lại thiếu công đức và có quá nhiều sân hận. Có bốn thứ dục bất thiện căn bản. Bốn thứ này được xem là những phiền não căn bản bắt nguồn từ kiến giải cho rằng thực sự có một bản thể được gọi là ngã-linh hồn thường hằng. Thứ nhất là tin vào sự hiện hữu của một ngã thể. Thứ nhì là sự mê muội về cái ngã. Thứ ba là sự kiêu mạn về cái ngã. Thứ tư là sự tự yêu thương mình. Tất cả nghiệp được kiểm soát bởi ba thứ thân, khẩu, ý. Có ba

nghiệp nơi thân, bốn nghiệp nơi miệng, và ba nghiệp nơi ý. Theo Phật giáo, những hiện tượng xấu ác được dùng để chỉ những hiện tượng siêu nhiên do kết quả của thiền tập, như thần thông, và những năng lực ảo thuật khác, cũng như những ảo giác. Chúng là những thứ làm cho hành giả mất tập trung, nên hành giả được dạy là nên càng phớt lờ chúng nhiều chừng nào càng tốt chừng ấy để chỉ lo tập trung vào thiền tập mà thôi.

Thuật ngữ Bắc Phạn “akusala” được dùng để chỉ “khuyh hướng xấu ác.” Đây là những trở ngại cho việc tu tập thân và tâm. Vài bình luận gia Phật giáo cũng thêm vào khuyh hướng thứ 3, đó là “khẩu.” Người ta nói những khuyh hướng xấu ác này được gây nên bởi nghiệp chướng hay những hành hoạt trong quá khứ, và những dấu tích vi tế vẫn còn tồn đọng sau khi phiền não đã được đoạn tận. Một thí dụ thường được đưa ra là một vị A La Hán, người đã đoạn tận phiền não, thấy được tâm vương ý mã đang chạy nhảy và làm ồn ào như một con khỉ, nhưng sâu trong tâm thức, những dấu vết vi tế vẫn còn tồn đọng. Theo Phật giáo, người bất thiện là người ác, là người chối bỏ luật Nhân quả (thà khởi lên ngã kiến như núi Tu Di, chứ đừng khởi lên ác thủ không, hay phủ nhận lý nhân quả, cho rằng cái này cái kia đều là không). Vì thế Đức Phật khuyên chúng ta không nên làm bạn với kẻ ác, mà chỉ thân thiện với bạn lành. Ngài nêu rõ rằng, nếu chúng ta muốn sống, chúng ta phải tránh ác như tránh thuốc độc, vì một bàn tay không thương tích có thể cầm thuốc độc mà không có hại gì. Pháp của bậc Thiện không mất, nhưng đi theo người làm lành đến chỗ các hạnh lành dẫn dắt đến. Các hạnh lành đón chào người làm lành khi đi về từ thế giới này qua thế giới khác, như bà con chào đón người thân yêu từ xa mới về. Như vậy, vấn đề đặt ra rất rõ ràng và dứt khoát. Ác và thiện đều do mình tạo ra. Ác đưa đến cãi nhau, gây hấn và chiến tranh. Còn thiện đưa đến hòa thuận, thân hữu và hòa bình. Cũng theo Phật giáo, kẻ bất thiện là kẻ phạm phải những tội lỗi ghê sợ và là những kẻ mà tâm trí đầy đầy tham, sân, si. Những kẻ phạm phải vọng ngữ, nhàn đàm hý luận, nói lời độc ác, nói lười hai chiều. Những kẻ lợi dụng lòng tốt của kẻ khác; những kẻ vì lợi lạc riêng tư mà lường gạt kẻ khác; những kẻ sát sanh, trộm cắp, tà dâm, mưu kế thâm độc, luôn nghĩ tới quỷ kế. Có ba bất thiện đạo hay tam ác đạo: địa ngục, ngạ quỷ, và súc sanh. Ấn Quang Đại Sư khuyên người chuyên nhất niệm Phật cho tâm mình không còn tham luyến chi đến việc trần lao bên ngoài. Đừng

quên cái chết đang rình rập bên mình chẳng biết xảy ra lúc nào. Nếu như không chuyên nhất niệm Phật cầu sanh về Tây Phương, thì khi cái chết đến thành linh, chắc chắn là phải bị đọa vào trong tam đồ ác đạo. Nơi đó phải chịu khổ có khi đến vô lượng chư Phật ra đời hết rồi mà vẫn còn bị xoay lăn trong ác đạo, không được thoát ly. Vì thế, hành giả lúc nào cũng phải nghĩ đến thân người mong manh, cái chết thành linh. Đời trước và đời này đã tạo ra vô lượng vô biên ác nghiệp, và luôn nghĩ đến sự khổ nơi tam đồ ác đạo đang đợi chúng ta, để luôn tỉnh ngộ mà tâm không còn tham luyến chi đến các cảnh ngũ dục, lục trần ở bên ngoài nữa. Nếu như bị đọa vào địa ngục thì bị cảnh non đao, rừng kiếm, lò lửa, vạc dầu; một ngày đêm sống chết đến vạn lần, sự đau khổ cùng cực không sao tả xiết. Nếu như bị đọa vào ngạ quỷ thì thân mình xấu xa hôi hám. Bụng lớn như cái trống, còn cổ họng thì nhỏ như cây kim; đói khát mà không ăn uống được. Khi thấy thức ăn nước uống thì các vật ấy đều hóa thành ra than lửa, chịu đói khát khổ sở, lăn lộn, khóc la trong muôn vạn kiếp. Nếu như bị đọa vào súc sanh thì bị nghiệp chửi, kéo, nặng nề, bị người giết mà ăn thịt, hoặc bị cảnh loài mạnh ăn loài yếu, hân tâm kinh sợ, khủng hoảng, không lúc nào yên. Có năm loại bất thiện hay ác loại ác trên thế gian này. Thứ nhất là tàn bạo. Mọi sinh vật, ngay cả các loài côn trùng, chiến đấu nhau. Mạnh hiếp yếu, yếu lừa mạnh; cứ thế mà đánh nhau và bạo tàn với nhau. Thứ nhì là lừa gạt và thiếu thành thật. Không còn lẫn mé (tôn ti trật tự) đúng đắn giữa cha con, anh em, chồng vợ, bà con lão ấu. Hễ có dịp là trục lợi và lừa gạt nhau, không còn ưu tư gì đến thành tín. Thứ ba là thái độ xấu ác dẫn đến bất công và xấu ác. Không còn lẫn mé về hạnh kiểm của nam nữ. Mọi người đều muốn có tư tưởng xấu ác của riêng mình, từ đó dẫn đến những tranh cãi, đánh nhau, bất công và xấu ác. Thứ tư là không tôn trọng quyền lợi của người khác. Người ta có khuynh hướng không tôn trọng quyền lợi của người khác, tự tăng bốc thổi phồng mình lên bằng công sức của người khác, làm gương xấu về hạnh kiểm, bất công trong lời nói, lừa gạt, phỉ báng và lợi dụng người khác. Thứ năm là xao lãng nhiệm vụ. Người ta có khuynh hướng xao lãng bốn phận của mình đối với người khác. Họ chỉ nghĩ đến sự thoải mái cho riêng mình, và quên mất đi những ân huệ mà họ đã nhận do đó gây ra sự khó chịu cho người khác cũng như đưa đến những bất công.

Theo Trường Bộ, Kinh Phúng Tụng, có tám loại bất thiện: tà kiến, tà tư duy, tà ngữ, tà nghiệp, tà mạng, tà tinh tấn, tà niệm, và tà định. Có tám loại bất thiện giác hay ác giác: dục giác, sân giác, não giác, thân lý giác (nhớ nhà), quốc độ giác (ái quốc hay nghĩ đến sự lợi ích của quốc gia), bất tử giác (không thích cái chết), tộc tính giác (vì cao vọng cho dòng họ), và khinh vụ giác (khi dễ hay thô lỗ với người khác). Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có chín sự bất thiện hay xung đột khởi lên bởi tư tưởng bằng cách nghĩ rằng: “Có lợi ích gì mà nghĩ rằng một người đã làm hại, đang làm hại, và sẽ làm hại mình, hại người mình thương, hoặc hại người mình ghét.” Thứ nhất là người ấy đã làm hại tôi. Thứ nhì là người ấy đang làm hại tôi. Thứ ba là người ấy sẽ làm hại tôi. Thứ tư là người ấy đã làm hại người tôi thương mến. Thứ năm là người ấy đang làm hại người tôi thương mến. Thứ sáu là người ấy sẽ làm hại người tôi thương mến. Thứ bảy là người ấy đã làm hại người tôi không thương không thích. Thứ tám là người ấy đang làm hại người tôi không thương không thích. Thứ chín là người ấy sẽ làm hại người tôi không thương mến.

Cổ Đức dạy: “Làm việc bất thiện ‘thí như nhơn thóa thiên, hoàn tùng kỷ thân trụ.’” Nghĩa là làm ác như người phun nước miếng lên trời, nước miếng rơi trở xuống ngay nơi mặt chính họ. Hoặc là “Ngậm máu phun người nư miệng mình.” Năm Đề Nghị của Đức Phật ích lợi thực tiễn cho hành giả nhằm tránh những tư tưởng bất thiện. Thứ nhất là cố tạo những tư tưởng tốt, trái nghịch với loại tư tưởng trở ngại, như khi bị lòng sân hận làm trở ngại thì nên tạo tâm từ. Thứ nhì là suy niệm về những hậu quả xấu có thể xảy ra, như nghĩ rằng sân hận có thể đưa đến tội lỗi, sát nhân, vãn vãn. Thứ ba là không để ý, cố quên lãng những tư tưởng xấu xa ấy. Thứ tư là đi ngược dòng tư tưởng, phăng lần lên, tìm hiểu do đâu tư tưởng ô nhiễm ấy phát sanh, và như vậy, trong tiến trình ngược chiều ấy, hành giả quên dần điều xấu. Thứ năm là gián tiếp vận dụng năng lực vật chất.

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi xú ố khó ngửi của Bất Thiện Pháp. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm IX, Phẩm Ác, Đức Phật đã dạy: Hãy gấp rút làm lành, chế chỉ tâm tội ác. Hễ biếng nhác việc lành giờ phút nào thì tâm ưa chuyện ác giờ phút nấy (Pháp Cú 116). Nếu đã lỡ làm ác chớ nên thường làm hoài, chớ vui làm việc ác; hễ chứa ác nhứt định thọ khổ (Pháp Cú 117). Khi nghiệp ác chưa thành thực, kẻ ác

cho là vui, đến khi nghiệp ác thành thực kẻ ác mới hay là ác (Pháp Cú 119). Chớ khinh điều ác nhỏ, cho rằng “chẳng đưa lại quả báo cho ta.” Phải biết giọt nước nhiều lâu ngày cũng làm đầy bình. Kẻ ngu phu sở dĩ đầy tội ác bởi chứa dồn từng khi ít mà nên (Pháp Cú 121). Người đi buôn mang nhiều của báu mà thiếu bạn đồng hành, tránh xa con đường nguy hiểm làm sao, như kẻ tham sống tránh xa thuốc độc thế nào, thì các người cũng phải tránh xa điều ác thế ấy (Pháp Cú 123). Với bàn tay không thương tích, có thể nắm thuốc độc mà không bị nhiễm độc, với người không làm ác thì không bao giờ bị ác (Pháp Cú 124). Đem ác ý xâm phạm đến người không tà vạy, thanh tịnh và vô nhiễm, tội ác sẽ trở lại kẻ làm ác như ngược gió tung bụi (Pháp Cú 125). Một số sinh ra từ bào thai, kẻ ác thì đọa vào địa ngục, người chính trực thì sinh lên chư thiên, nhưng cõi Niết bàn chỉ dành riêng cho những ai đã diệt sạch nghiệp sanh tử (Pháp Cú 126). Chẳng phải bay lên không trung, chẳng phải lặn xuống đáy bể, chẳng phải chui vào hang sâu núi thẳm, dù tìm khắp thế gian này, chẳng có nơi nào trốn khỏi ác nghiệp đã gây (Pháp Cú 127). *Trong Phẩm XII, Phẩm Tự Kỳ, Đức Phật đã dạy:* Ác nghiệp chính do mình tạo, từ mình sinh ra. Ác nghiệp làm hại kẻ ngu phu dễ dàng như kim cang phá hoại bảo thạch (Pháp Cú 161). Việc hung ác thì dễ làm nhưng chẳng lợi gì cho ta, trái lại việc từ thiện có lợi cho ta thì lại rất khó làm (Pháp Cú 163). Những người ác tuệ ngu si, vì tâm tà kiến mà vu miệt giáo pháp A-la-hán, vu miệt người lành Chánh đạo và giáo pháp đức Như Lai để tự mang lấy bại hoại, như giống cỏ cách-tha hễ sinh hoa quả xong liền tiêu diệt (Pháp Cú 164). Làm dữ bởi ta mà nhiễm ô cũng bởi ta, làm lành bởi ta mà thanh tịnh cũng bởi ta. Tịnh hay bất tịnh đều bởi ta, chứ không ai có thể làm cho ai thanh tịnh được (Pháp Cú 165). *Trong Phẩm XIV, Phẩm Phật Đà, Đức Phật đã dạy:* Chớ nên phỉ báng, đừng làm náo hại, giữ giới luật tinh nghiêm, uống ăn có chừng mực, riêng ở chỗ tịch tịnh, siêng tu tập thiền định; ấy lời chư Phật dạy (Pháp Cú 185). *Trong Phẩm XVIII, Phẩm Cấu Uế, Đức Phật đã dạy:* “Như sét do sắt sinh ra rồi trở lại ăn sắt, cũng như ác nghiệp do người ta gây ra rồi trở lại dắt người ta đi vào cõi ác (Pháp Cú 240).”

Chương Năm Mười

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Thiện Tri Thức Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Thiện Tri Thức Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Bất cứ ai (Phật, Bồ tát, người trí, người đạo đức, và ngay cả những người xấu ác) có thể giúp đỡ hành giả tiến tu giác ngộ. Thiện có nghĩa là hiền và đạo đức, Tri là sự hiểu biết chơn chánh, còn Thức là thức tỉnh, không mê muội và tham đắm nơi các duyên đời nữa. Thế nên, thiện tri thức là người hiền, hiểu đạo, và có khả năng làm lợi lạc cho mình và cho người. Thiện hữu tri thức là người bạn đạo hạnh, người thầy gương mẫu, sống đời đạo hạnh, cũng như giúp đỡ khuyến tấn người khác sống đời đạo hạnh. Người bạn đạo tốt, thực thà, chân thật, có kiến thức thâm hậu về Phật pháp và đang tu tập Phật pháp. Đức Phật đã nói về thiện hữu tri thức trong đạo Phật như sau: “Nói đến Thiện Hữu Tri Thức là nói đến Phật, Bồ Tát, Thanh Văn, Duyên Giác và Bích Chi Phật, cùng với những người kính tin giáo lý và kinh điển Phật giáo. Hàng thiện hữu tri thức là người có thể chỉ dạy cho chúng sanh xa lìa mười điều ác và tu tập mười điều lành. Lại nữa, hàng thiện hữu tri thức có lời nói đúng như pháp, thực hành đúng như lời nói, chính là tự mình chẳng sát sanh cùng bảo người khác chẳng sát sanh, nhần đến tự mình có sự thấy biết chơn thật (chánh kiến) và đem sự thấy biết đó ra mà chỉ dạy cho người. Hàng thiện hữu tri thức luôn có thiện pháp, tức là những việc của mình thực hành ra chẳng mong cầu tự vui cho mình, mà thương vì cầu vui cho tất cả chúng sanh, chẳng nói ra lỗi của người, mà luôn nói các việc thuần thiện. Gần gũi các bậc thiện hữu tri thức có nhiều điều lợi ích, ví như mặt trăng từ đêm mờ một đến rằm, ngày càng lớn, sáng và đầy đủ. Cũng vậy, thiện hữu tri thức làm cho những người học đạo lần lần xa lìa ác pháp, và thêm lớn pháp lành. Có ba bậc thiện tri thức: Giáo thọ thiện tri thức là vị thông hiểu Phật pháp và có kinh nghiệm về đường tu để thường chỉ dạy mình; hay mình đến để thỉnh giáo trước và sau khi kiết thất. Trong trường hợp nhiều người đồng đả thất, nên thỉnh vị giáo thọ này làm

chủ thất, mỗi ngày đều khai thị nửa giờ hoặc mười lăm phút. Ngoại Hộ Thiện Tri Thức là một hay nhiều vị ủng hộ bên ngoài, lo việc cơm nước, quét dọn, cho hành giả được yên vui tu tập. Thông thường, vị này thường được gọi là người hộ thất. Đồng Tu Thiện Tri Thức là những người đồng tu một môn với mình, để nhìn ngó sách tấn lẫn nhau. Vị đồng tu này có thể là người đồng kiết thất chung tu, hoặc có một ngôi tịnh am tu ở gần bên mình. Ngoài sự trông nhìn sách tấn, vị đồng tu còn trao đổi ý kiến hoặc kinh nghiệm, để cùng nhau tiến bước trên đường đạo. Lời tục thường nói: “Ăn cơm có canh, tu hành có bạn” là ý nghĩa này. Thời nay muốn tu hành đúng đắn phải nương nơi bậc thiện tri thức thông kinh điển, đã có kinh nghiệm tu thiền nhiều năm để nhờ sự hướng dẫn. Đây là một trong năm điều kiện cần thiết cho bất cứ hành giả tu thiền nào. Nếu vị tu thiền nào không hội đủ năm điều kiện trên rất dễ bị ma chướng làm tổn hại. Theo Kinh Kalyana-mitra, Đức Phật dạy, “Thời nay muốn tìm minh sư, hay thiện hữu tri thức để gần gũi theo học, còn có chẳng trong sách vở hay gương Thánh hiền, chứ còn trong vòng nhân tình đời nay, quả là hiếm có vô cùng.” Các ngài còn dạy thêm năm điều về thiện hữu tri thức như sau: Đời nay trong 1.000 người mới tìm ra được một người lành. Trong 1.000 người lành mới có một người biết đạo. Trong 1.000 người biết đạo, mới có được một người tin chịu tu hành. Trong 1.000 người tu hành mới có được một người tu hành chân chánh. Vậy thì trong 4.000 người mới tìm ra được bốn người tốt. Chính vì vậy mà Đức Phật thường khuyên chúng đệ tử của Ngài nên lắng nghe thiện hữu tri thức, không nên có lòng nghi ngờ. Đã gọi là thiện hữu tri thức thì khi họ khuyên mình tu hành cần phải có khổ công thì mình phải tin như vậy. Nếu mình có lòng tin một cách triệt để nhất định mình sẽ được minh tâm kiến tánh, phần bốn hoàn nguyên. Phật tử chân thuần phải thường nghe lời chỉ dạy của thiện hữu tri thức. Nếu vị ấy dạy mình niệm Phật thì mình phải tinh chuyên niệm Phật. Nếu vị ấy dạy mình đừng buông lung phóng dật thì mình không được buông lung phóng dật, đây chính là sự lợi lạc mà mình hưởng được nơi thiện hữu tri thức vậy.

Thân cận thiện tri thức không thôi vẫn chưa đủ, hành giả còn phải cố tránh xa ác tri thức. Ác tri thức là những người thô lỗ bị sân hận chế ngự, thiếu từ tâm, thiếu lòng tha thứ, thiếu cả tình thương; ngược lại với người tốt có đầy đủ đức từ bi. Trên thế gian này nhiều người tâm đầy sân hận, không thể phân biệt được các hành động thiện ác, không

khiêm nhường, không tôn kính các bậc đáng tôn kính, không học hỏi giáo pháp, cũng không tu tập. Họ dễ dàng nổi giận vì một chuyện bực mình nhỏ. Họ cấu kính với người khác và tự hành hạ chính mình bằng sự tự trách. Đời sống của họ tràn đầy thô bạo và không có ý nghĩa gì. Chúng ta thử tưởng tượng mà xem, làm bạn với những hạng nầy có lợi ích gì? Trái hẳn với hạng ác tri thức, những thiện tri thức là những người bạn tốt, những người có tâm đầy tình thương. Họ luôn nghĩ đến sự an lạc và lợi ích của tha nhân. Tình thương và sự nồng ấm của họ được biểu hiện qua lời nói và việc làm của họ. Họ giao tiếp với người khác bằng ái ngữ, bằng lợi hành và đồng sự. Họ luôn phát tâm bố thí những gì họ có thể bố thí nhằm lợi lạc tha nhân.

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Thiện Tri Thức Trong Kinh Pháp Cú:

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng lan tỏa khắp từng bước chân của Thiện tri Thức trên đường tu tập tiến đến giác ngộ và giải thoát. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm VI, Phẩm Trí Giả, từ kệ số 76 đến kệ số 89, Đức Phật đã dạy: Nếu gặp được người hiền trí thường chỉ bày lầm lỗi và khiển trách mình những chỗ bất toàn, hãy nên kết thân cùng họ và xem như bậc trí thức đã chỉ kho tàng bảo vật. Kết thân với người trí thì lành mà không dữ (Pháp Cú 76). Những người hay khuyên răn dạy dỗ, cảnh ngăn tội lỗi kẻ khác, được người lành kính yêu bao nhiêu thì bị người dữ ghét bỏ bấy nhiêu (Pháp Cú 77). Chớ nên làm bạn với người ác, chớ nên làm bạn với người kém hèn, hãy nên làm bạn với người lành, với người chí khí cao thượng (Pháp Cú 78). Được uống nước Chánh pháp thì tâm thanh tịnh an lạc, nên người trí thường vui mừng, ưa nghe Thánh như thuyết pháp (Pháp Cú 79). Người tưới nước lo dẫn nước, thợ làm cung tên lo uốn cung tên, thợ mộc lo nẩy mực đo cây, còn người trí thì lo tự điều phục lấy mình (Pháp Cú 80). Như ngọn núi kiên cố, chẳng bao giờ bị gió lay, cũng như thế, những lời hủy báng hoặc tán dương chẳng bao giờ làm lay động người đại trí (Pháp Cú 81). Như nước hồ sâu, vừa yên lặng trong sạch, những người có trí tuệ sau khi nghe pháp, tâm họ cũng thanh tịnh và yên lặng (Pháp Cú 82). Người lành thường xa lìa mà không bàn đến những điều tham dục. Kẻ trí đã xa lìa niệm lự mừng lo, nên chẳng còn bị lay động vì khổ lạc (Pháp Cú 83). Không vị tình thiên hạ, cũng không vị tình một người nào, người trí không làm bất cứ

điều gì sai quấy: không nên cầu con trai, sự giàu có, vương quốc bằng việc sai quấy; không nên cầu mong thành công của mình bằng những phương tiện bất chánh. Được vậy mới thật là người đạo đức, trí tuệ và ngay thẳng (Pháp Cú 84). Trong nhân loại chỉ có một ít người đạt đến bến bờ kia, còn bao nhiêu người khác thì đang bồi hồi vờ vẩn tại bờ này (Pháp Cú 85). Những người nào hay thuyết pháp, hay theo Chánh pháp tu hành, thì được đạt tới bờ kia, thoát khỏi cảnh giới tà ma khó thoát (Pháp Cú 86). Người trí hãy nên rời bỏ hắc pháp (ác pháp) mà tu tập bạch pháp (thiện pháp), xa gia đình nhỏ hẹp, xuất gia sống độc thân theo pháp tắc Sa-môn (Pháp Cú 87). Người trí phải gột sạch những điều cấu uế trong tâm, hãy cầu cái vui Chánh pháp, xa lìa ngũ dục mà chứng Niết bàn (Pháp Cú 88). Người nào thường chính tâm tu tập các phép giác chi, xa lìa tánh cố chấp, rời bỏ tâm nhiễm ái, diệt hết mọi phiền não để trở nên sáng suốt, thì sẽ giải thoát và chứng đắc Niết bàn ngay trong đời hiện tại (Pháp Cú 89). *Trong Phẩm XXIII, Phẩm Voi, Đức Phật đã dạy:* Nếu gặp bạn đồng hành hiền lương cẩn trọng, giàu trí lực, hàng phục được gian nguy, thì hãy vui mừng mà đi cùng họ (Pháp Cú 328). Nếu không gặp được bạn đồng hành hiền lương, giàu trí lực, thì hãy như vua tránh nước loạn như voi bỏ về rừng (Pháp Cú 329). Thà ở riêng một mình hơn cùng người ngu kết bạn. Ở một mình còn rảnh rang khỏi điều ác dục như voi một mình thênh thang giữa rừng sâu (Pháp Cú 330).

Chương Năm Mười Một

Tĩnh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Thu Thúc Lục Căn Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Thu Thúc Lục Căn Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Trong tu tập, thu thúc lục căn và theo dõi cảm giác của mình là một sự thực tập tốt đẹp. Lúc nào chúng ta cũng phải chú tâm tỉnh thức, ghi nhận mọi cảm giác đến với mình, nhưng đừng thái quá. Hãy đi, đứng, nằm, ngồi một cách tự nhiên. Đừng quá thúc ép việc hành thiền của mình, cũng đừng quá bó buộc chính mình vào trong một khuôn khổ định sẵn nào đó. Quá thúc ép cũng là một hình thức của tham ái. Hãy kiên nhẫn, kiên nhẫn chịu đựng là điều kiện cần thiết của hành giả. Nếu chúng ta hành động một cách tự nhiên và chú tâm tỉnh thức thì trí tuệ sẽ đến với chúng ta một cách tự nhiên. Trong giáo thuyết nhà Phật, phương cách hữu hiệu nhất để đối trị mười tên giặc tham-sân-si-mạn-nghi-tà kiến-sát-đạo-dâm-vọng là Thu Thúc Lục Căn trong cuộc sống hằng ngày. Thật vậy, muốn đạt được cứu cánh an lạc, tỉnh thức, hạnh phúc và cuối cùng đi đến giải thoát, trước tiên hành giả phải luôn cố gắng không để cho mười tên giặc vừa kể trên xâm nhập bằng cách đóng bốt các cửa lục căn. Trong giáo thuyết nhà Phật, đóng bốt các cửa lục căn cũng có nghĩa là hộ trì các căn này. Hành giả tu Phật nên luôn quán chiếu về lục căn là những lý do khiến con người đọa địa ngục, làm nga quý, hoặc súc sanh, vượn vượn, không ngoài sự chi phối của lục căn. Con người sở dĩ sanh làm a tu la, sanh lên cõi trời hay sanh vào cõi người cũng không ngoài tác dụng của sáu căn này. Đồng ý lục căn giúp chúng ta sinh hoạt trong cuộc sống hằng ngày, nhưng chúng lại là tác nhân chính rước khổ đau phiền não vào thân tâm của chúng ta. Chúng chính là những nhân tố chính khiến chúng ta gây tội tạo nghiệp, để rồi cuối cùng phải bị đọa vào các đường dữ cũng vì chúng. Chúng ta đừng cho rằng mắt là vật tốt, giúp mình nhìn thấy, bởi vì chính do sự giúp đỡ của mắt mà sanh ra đủ thứ phiền não, như khi mắt nhìn thấy sắc đẹp thì mình sanh lòng tham sắc đẹp, tham tới mức dầu đạt hay không đạt được cái sắc ấy mình vẫn bị phiền não chế ngự.

Ngay cả tai, mũi, lưỡi, thân, và ý cũng đều như vậy. Chúng khiến mình phát sanh đủ thứ phiền não. Chính vì thế mà Đức Phật khuyên chúng đệ tử của Ngài như thế này: “Các con phải tu làm sao cho trên không biết có trời, giữa không biết có người, dưới không biết có đất.” Tu như thế nào mà trời, đất và người không còn ảnh hưởng đến lục căn, đông tây nam bắc cũng không còn ảnh hưởng đến lục căn, ấy chính là lúc chúng ta giải thoát khỏi mọi chướng ngại. Lục Căn có thể là những cửa ngõ đi vào địa ngục, đồng thời chúng cũng là những cửa ngõ quan trọng đi vào đại giác, vì từ đó mà chúng ta gây tội tạo nghiệp, nhưng cũng nhờ đó mà chúng ta có thể hành trì chánh đạo. Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có năm căn: Mắt là một trong sáu giác quan hay sáu chỗ để nhận biết. Tai là một trong sáu sự hòa hợp giữa sáu căn với sáu trần, tai phải hòa hợp với âm thanh nghe. Mũi phải hòa hợp với mùi ngửi, một trong sáu sự hòa hợp giữa sáu căn với sáu trần. Lưỡi phải hòa hợp với vị được nếm, đây là một trong sáu sự hòa hợp giữa sáu căn với sáu trần. Thân phải hòa hợp với vật tiếp xúc, đây là một trong sáu sự hòa hợp giữa sáu căn với sáu trần. Và Ý phải hòa hợp với pháp được nghĩ đến. Đức Phật dạy: “Tự các ông tạo nghiệp thì cũng chính các ông chuyển hóa nếu các ông muốn nghiệp tiêu trừ. Không ai có thể khiến nghiệp tiêu trừ dùm các ông được. Ta có nhiều loại thuốc, nhưng Ta không thể uống dùm cho các ông được.” Như vậy, thu thúc lục căn và theo dõi cảm giác của mình là một sự thực tập tốt đẹp. Lúc nào chúng ta cũng phải chú tâm tỉnh thức, ghi nhận mọi cảm giác đến với mình, nhưng đừng thái quá. Hãy đi, đứng, nằm, ngồi một cách tự nhiên. Đừng quá thúc ép việc hành thiền của mình, cũng đừng quá bó buộc chính mình vào trong một khuôn khổ định sẵn nào đó. Quá thúc ép cũng là một hình thức của tham ái. Hãy kiên nhẫn, kiên nhẫn chịu đựng là điều kiện cần thiết của hành giả. Nếu chúng ta hành động một cách tự nhiên và chú tâm tỉnh thức thì trí tuệ sẽ đến với chúng ta một cách tự nhiên. Hiển nhiên là trong khi thiền tập, sáu căn luôn thanh tịnh, nghĩa là tiêu trừ tội cấu từ vô thủy để phát triển sức mạnh vô hạn (như trường hợp Đức Phật). Sự phát triển tròn đầy này làm cho mắt có thể thấy được vạn vật trong Tam thiên Đại thiên thế giới, từ cảnh trời cao nhất xuống cõi địa ngục thấp nhất, thấy tất cả chúng sanh trong đó từ quá khứ, hiện tại, vị lai, cũng như nghiệp lực của từng cá nhân. Trong Lục Căn thì Ý căn có sự nhận thức của tư duy hay tâm suy nghĩ (cảnh sở đối của mắt, tai, mũi, lưỡi, thân là do sắc

pháp tứ đại đất, nước, lửa, gió hình thành; trong khi cảnh sở đối với ý căn là tâm pháp nghĩa là đối với pháp cảnh thì nảy sinh ra ý thức). Theo Hòa Thượng Piyadassi trong quyển “Con Đường Cổ Xưa,” ý căn nhận thức các pháp trần, chúng ta biết không phải là thứ gì có thể sờ mó hay nhận thấy được như năm căn khác nhận thức năm trần, con mắt nhận thức thế giới của màu sắc, hay những sắc trần; lỗ tai có thể nghe được các âm thanh, vân vân. Tuy nhiên, tâm nhận thức thế giới của những ý niệm và tư tưởng. Căn (Indriya) theo nghĩa đen là “thủ lãnh” hay “Ông chủ”. Các sắc chỉ có thể được thấy bằng nhãn căn, chứ không phải bằng tai, nghe cũng vậy, phải có nhĩ căn, vân vân. Khi nói đến thế giới của những ý niệm và tư tưởng thì tâm căn là ông chủ cai quản lãnh vực tinh thần này. Con mắt không thể nghĩ ra các tư tưởng và tập trung các ý niệm lại, nhưng nó là công cụ để thấy các sắc, thế giới của màu sắc. Hành giả tu Phật luôn thu thúc các căn và theo dõi cảm giác của mình là một sự thực tập tốt đẹp. Lúc nào chúng ta cũng phải chú tâm tỉnh thức, ghi nhận mọi cảm giác đến với mình, nhưng đừng thái quá. Hãy đi, đứng, nằm, ngồi một cách tự nhiên. Đừng quá thúc ép việc hành thiền của mình, cũng đừng quá bó buộc chính mình vào trong một khuôn khổ định sẵn nào đó. Quá thúc ép cũng là một hình thức của tham ái. Hãy kiên nhẫn, kiên nhẫn chịu đựng là điều kiện cần thiết của hành giả. Nếu chúng ta hành động một cách tự nhiên và chú tâm tỉnh thức thì trí tuệ sẽ đến với chúng ta một cách tự nhiên. Bên cạnh đó, tu tập thiền định có mục đích hiểu tánh thuần khiết và khách quan trong khi quan sát và cố tránh những cảm giác vui, buồn, thương, ghét, thiện, ác, ham muốn, hận thù, v.v. Hành giả tu Phật luôn coi Lục Căn là những đối tượng của Thiền Tập. Theo Tỳ Kheo Piyandana trong Những Hạt Ngọc Trí Tuệ Phật Giáo, bạn phải luôn tỉnh thức về những cơ quan của giác quan như mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và sự tiếp xúc của chúng với thế giới bên ngoài. Bạn phải tỉnh thức về những cảm nghĩ phát sinh do kết quả của những sự tiếp xúc ấy. Mắt đang tiếp xúc với sắc. Tai đang tiếp xúc với thanh. Mũi đang tiếp xúc với mùi. Lưỡi đang tiếp xúc với vị. Thân đang tiếp xúc với sự xúc chạm. Ý đang tiếp xúc với vạn pháp. Theo Kinh Sa Môn Quả trong Trường Bộ Kinh, Đức Phật đã dạy về một vị Tỳ Kheo Hộ Trì Các Căn: “Thế nào là vị Tỳ Kheo hộ trì các căn? Khi mắt thấy sắc, Tỳ Kheo không nắm giữ tướng chung, không nắm giữ tướng riêng. Những nguyên nhân gì, khiến nhãn căn không được chế ngự, khiến tham ái,

ưu bi, các ác, bất thiện khởi lên, Tỳ Kheo tự chế ngự nguyên nhân ấy, hộ trì nhãn căn, thực hành sự hộ trì nhãn căn. Khi tai nghe tiếng, mũi ngửi hương, thân cảm xúc, ý nhận thức các pháp, vị ấy không nắm giữ tướng chung, không nắm giữ tướng riêng. Nguyên nhân gì khiến ý căn không được chế ngự, khiến tham ái, ưu bi, các ác, bất thiện pháp khởi lên, Tỳ Kheo chế ngự nguyên nhân ấy, hộ trì ý căn, thực hành sự hộ trì ý căn. Vị ấy nhờ sự hộ trì cao quý các căn ấy, nên hưởng lạc thọ nội tâm, không vẩn đục.

Theo Phật giáo, mười tên giặc tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng... là những bất thiện nghiệp. Bất thiện nghiệp hay ác nghiệp tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng do Thân, Khẩu, Ý gây. Bất thiện nghiệp là hành động của thân khẩu ý làm tổn hại cả mình lẫn người, sẽ đưa đến quả báo xấu. Nói cách khác, những hành động xấu ác là những hành động đưa đến khổ đau và hậu quả được nhận biết như là nỗi đau đớn cho chúng sanh kinh qua. Theo Kinh Thi Ca La Việt, có bốn nguyên nhân gây nên bất thiện nghiệp: tham dục, sân hận, ngu si, và sợ hãi. Theo Kinh Thi Ca La Việt, Đức Phật dạy: “Này gia chủ tử, vì vị Thánh đệ tử không tham dục, không sân hận, không ngu si, không sợ hãi, nên vị ấy không làm ra bất thiện nghiệp theo bốn lý do kể trên.” Từ thời khởi thủy, tư tưởng Phật giáo đã tranh luận rằng những tên giặc vừa kể trên có thể xâm nhập vào chúng sanh là do bởi kết quả của vô minh, khiến cho chúng sanh mở tung tất cả các cánh cửa lực căn cho giặc ác tự do ra vào. Điều này có nghĩa là những tên giặc này không thể tự do ra vào một khi khắc phục được vô minh.

Lối sống thế tục có tính cách hưởng ngoại, buông lung. Lối sống của một Phật tử thuần thành thì bình dị và tiết chế. Phật tử thuần thành có lối sống khác hẳn người thế tục, từ bỏ thói quen, ăn ngủ và nói ít lại. Nếu làm biếng, phải tỉnh tấn thêm; nếu cảm thấy khó kham nhẫn, chúng ta phải kiên nhẫn thêm; nếu cảm thấy yếu chuộng và dính mắc vào thân xác, phải nhìn những khía cạnh bất tịnh của cơ thể mình. Giới luật và thiền định hỗ trợ tích cực cho việc luyện tâm, giúp cho tâm an tịnh và thu thúc. Nhưng bề ngoài thu thúc chỉ là sự chế định, một dụng cụ giúp cho tâm an tịnh. Bởi vì dù chúng ta có cúi đầu nhìn xuống đất đi nữa, tâm chúng ta vẫn có thể bị chi phối bởi những vật ở trong tầm mắt chúng ta. Có thể chúng ta cảm thấy cuộc sống này đầy khó khăn và chúng ta không thể làm gì được. Nhưng càng hiểu rõ chân lý của sự

vật, chúng ta càng được khích lệ hơn. Phải giữ tâm chánh niệm thật sắc bén. Trong khi làm công việc phải làm với sự chú ý. Phải biết mình đang làm gì, đang có cảm giác gì trong khi làm. Phải biết rằng khi tâm quá dính mắc vào ý niệm thiện ác của nghiệp là tự mang vào mình gánh nặng nghi ngờ và bất an vì luôn lo sợ không biết mình hành động có sai lầm hay không, có tạo nên ác nghiệp hay không? Đó là sự dính mắc cần tránh. Chúng ta phải biết tri túc trong vật dụng như thức ăn, y phục, chỗ ở, và thuốc men. Chẳng cần phải mặc y thật tốt, y chỉ để đủ che thân. Chẳng cần phải có thức ăn ngon. Thực phẩm chỉ để nuôi mạng sống. Đi trên đường đạo là đối kháng lại với mọi phiền não và ham muốn thông thường.

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Thu Thúc Lục Căn Trong Kinh Pháp Cú:

Hành giả thu thúc các căn và theo dõi cảm giác của mình là một sự thực tập tốt đẹp. Lúc nào chúng ta cũng phải chú tâm tỉnh thức, ghi nhận mọi cảm giác đến với mình, nhưng đừng thái quá. Hãy đi, đứng, nằm, ngồi một cách tự nhiên. Đừng quá thúc ép việc hành thiền của mình, cũng đừng quá bó buộc chính mình vào trong một khuôn khổ định sẵn nào đó. Quá thúc ép cũng là một hình thức của tham ái. Hãy kiên nhẫn, kiên nhẫn chịu đựng là điều kiện cần thiết của hành giả. Nếu chúng ta hành động một cách tự nhiên và chú tâm tỉnh thức thì trí tuệ sẽ đến với chúng ta một cách tự nhiên. Bên cạnh đó, tu tập thiền định có mục đích hiểu tánh thuần khiết và khách quan trong khi quan sát và cố tránh những cảm giác vui, buồn, thương, ghét, thiện, ác, ham muốn, hận thù, v.v. Hành giả nên luôn quán chiếu về lục căn là những lý do khiến con người đọa địa ngục, làm ngã quỵ, hoặc súc sanh, vượn vượn, không ngoài sự chi phối của lục căn. Con người sở dĩ sanh làm a tu la, sanh lên cõi trời hay sanh vào cõi người cũng không ngoài tác dụng của sáu căn này. Đồng ý lục căn giúp chúng ta sinh hoạt trong cuộc sống hằng ngày, nhưng chúng lại là tác nhân chính rước khổ đau phiền não vào thân tâm của chúng ta. Chúng chính là những nhân tố chính khiến chúng ta gây tội tạo nghiệp, để rồi cuối cùng phải bị đọa vào các đường dữ cũng vì chúng. Chúng ta đừng cho rằng mắt là vật tốt, giúp mình nhìn thấy, bởi vì chính do sự giúp đỡ của mắt mà sanh ra đủ thứ phiền não, như khi mắt nhìn thấy sắc đẹp thì mình sanh lòng tham sắc đẹp, tham tới mức dầu đạt hay không đạt được cái sắc ấy

mình vẫn bị phiền não chế ngự. Ngay cả tai, mũi, lưỡi, thân, và ý cũng đều như vậy. Chúng khiến mình phát sanh đủ thứ phiền não. Chính vì thế mà Đức Phật khuyên chúng đệ tử của Ngài như thế này: “Các con phải tu làm sao cho trên không biết có trời, giữa không biết có người, dưới không biết có đất.” Tu như thế nào mà trời, đất và người không còn ảnh hưởng đến lục căn, đông tây nam bắc cũng không còn ảnh hưởng đến lục căn, ấy chính là lúc chúng ta giải thoát khỏi mọi chướng ngại.

Lục Căn có thể là những cửa ngõ đi vào địa ngục, đồng thời chúng cũng là những cửa ngõ quan trọng đi vào đại giác, vì từ đó mà chúng ta gây tội tạo nghiệp, nhưng cũng nhờ đó mà chúng ta có thể hành trì chánh đạo. Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có năm căn: Mắt là một trong sáu giác quan hay sáu chỗ để nhận biết. Tai là một trong sáu sự hòa hợp giữa sáu căn với sáu trần, tai phải hòa hợp với âm thanh nghe. Mũi phải hòa hợp với mùi ngửi, một trong sáu sự hòa hợp giữa sáu căn với sáu trần. Lưỡi phải hòa hợp với vị được nếm, đây là một trong sáu sự hòa hợp giữa sáu căn với sáu trần. Thân phải hòa hợp với vật tiếp xúc, đây là một trong sáu sự hòa hợp giữa sáu căn với sáu trần. Và Ý phải hòa hợp với pháp được nghĩ đến.

Đức Phật dạy: “Tự các ông tạo nghiệp thì cũng chính các ông chuyển hóa nếu các ông muốn nghiệp tiêu trừ. Không ai có thể khiến nghiệp tiêu trừ dùm các ông được. Ta có nhiều loại thuốc, nhưng Ta không thể uống dùm cho các ông được.” Như vậy, thu thúc lục căn và theo dõi cảm giác của mình là một sự thực tập tốt đẹp. Lúc nào chúng ta cũng phải chú tâm tỉnh thức, ghi nhận mọi cảm giác đến với mình, nhưng đừng thái quá. Hãy đi, đứng, nằm, ngồi một cách tự nhiên. Đừng quá thúc ép việc hành thiền của mình, cũng đừng quá bó buộc chính mình vào trong một khuôn khổ định sẵn nào đó. Quá thúc ép cũng là một hình thức của tham ái. Hãy kiên nhẫn, kiên nhẫn chịu đựng là điều kiện cần thiết của hành giả. Nếu chúng ta hành động một cách tự nhiên và chú tâm tỉnh thức thì trí tuệ sẽ đến với chúng ta một cách tự nhiên. Hiển nhiên là trong khi thiền tập, sáu căn luôn thanh tịnh, nghĩa là tiêu trừ tội cấu từ vô thủy để phát triển sức mạnh vô hạn (như trường hợp Đức Phật). Sự phát triển tròn đầy này làm cho mắt có thể thấy được vạn vật trong Tam thiên Đại thiên thế giới, từ cảnh trời cao nhất xuống cõi địa ngục thấp nhất, thấy tất cả chúng sanh trong đó từ quá khứ, hiện tại, vị lai, cũng như nghiệp lực của từng cá nhân.

Trong Lục Căn thì Ý căn có sự nhận thức của tư duy hay tâm suy nghĩ (cảnh sở đối của mắt, tai, mũi, lưỡi, thân là do sắc pháp tứ đại đất, nước, lửa, gió hình thành; trong khi cảnh sở đối với ý căn là tâm pháp nghĩa là đối với pháp cảnh thì nảy sinh ra ý thức). Theo Hòa Thượng Piyadassi trong quyển “Con Đường Cổ Xưa,” ý căn nhận thức các pháp trần, chúng ta biết không phải là thứ gì có thể sờ mó hay nhận thấy được như năm căn khác nhận thức năm trần, con mắt nhận thức thế giới của màu sắc, hay những sắc trần; lỗ tai có thể nghe được các âm thanh, vân vân. Tuy nhiên, tâm nhận thức thế giới của những ý niệm và tư tưởng. Căn (Indriya) theo nghĩa đen là “thủ lãnh” hay “Ông chủ”. Các sắc chỉ có thể được thấy bằng nhãn căn, chứ không phải bằng tai, nghe cũng vậy, phải có nhĩ căn, vân vân. Khi nói đến thế giới của những ý niệm và tư tưởng thì tâm căn là ông chủ cai quản lãnh vực tinh thần này. Con mắt không thể nghĩ ra các tư tưởng và tập trung các ý niệm lại, nhưng nó là công cụ để thấy các sắc, thế giới của màu sắc.

Hành giả luôn thu thúc các căn và theo dõi cảm giác của mình là một sự thực tập tốt đẹp. Lúc nào chúng ta cũng phải chú tâm tỉnh thức, ghi nhận mọi cảm giác đến với mình, nhưng đừng thái quá. Hãy đi, đứng, nằm, ngồi một cách tự nhiên. Đừng quá thúc ép việc hành thiền của mình, cũng đừng quá bó buộc chính mình vào trong một khuôn khổ định sẵn nào đó. Quá thúc ép cũng là một hình thức của tham ái. Hãy kiên nhẫn, kiên nhẫn chịu đựng là điều kiện cần thiết của hành giả. Nếu chúng ta hành động một cách tự nhiên và chú tâm tỉnh thức thì trí tuệ sẽ đến với chúng ta một cách tự nhiên. Bên cạnh đó, tu tập thiền định có mục đích hiểu tánh thuần khiết và khách quan trong khi quan sát và cố tránh những cảm giác vui, buồn, thương, ghét, thiện, ác, ham muốn, hận thù, v.v. Hành giả tu Thiền luôn coi Lục Căn là những đối tượng của Thiền Tập. Theo Tỳ Kheo Piyananda trong Những Hạt Ngọc Trí Tuệ Phật Giáo, bạn phải luôn tỉnh thức về những cơ quan của giác quan như mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và sự tiếp xúc của chúng với thế giới bên ngoài. Bạn phải tỉnh thức về những cảm nghĩ phát sinh do kết quả của những sự tiếp xúc ấy. Mắt đang tiếp xúc với sắc. Tai đang tiếp xúc với thanh. Mũi đang tiếp xúc với mùi. Lưỡi đang tiếp xúc với vị. Thân đang tiếp xúc với sự xúc chạm. Ý đang tiếp xúc với vạn pháp. Theo Kinh Sa Môn Quả trong Trường Bộ Kinh, Đức Phật đã dạy về một vị Tỳ Kheo Hộ Trì Các Căn: “Thế nào là vị Tỳ Kheo hộ trì các căn? Khi mắt thấy sắc, Tỳ Kheo không nắm giữ tướng chung, không nắm giữ

tướng riêng. Những nguyên nhân gì, khiến nhân căn không được chế ngự, khiến tham ái, ưu bi, các ác, bất thiện khởi lên, Tỳ Kheo chế ngự nguyên nhân ấy, hộ trì nhân căn, thực hành sự hộ trì nhân căn. Khi tai nghe tiếng, mũi ngửi hương, thân cảm xúc, ý nhận thức các pháp, vị ấy không nắm giữ tướng chung, không nắm giữ tướng riêng. Nguyên nhân gì khiến ý căn không được chế ngự, khiến tham ái, ưu bi, các ác, bất thiện pháp khởi lên, Tỳ Kheo chế ngự nguyên nhân ấy, hộ trì ý căn, thực hành sự hộ trì ý căn. Vị ấy nhờ sự hộ trì cao quý các căn ấy, nên hưởng lạc thọ nội tâm, không vẩn đục. Tóm lại, hành giả nào cố gắng thu thúc lục căn là chẳng những đang đi trên đường lên Phật, mà cuộc sống hằng ngày của họ cũng luôn được an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc.

Theo Phật giáo, những tên giặc như phiền não là những lo âu thế gian, dẫn đến luân hồi sanh tử, là những trở ngại như ham muốn, thù ghét, cao ngạo, nghi ngờ, tà kiến, vẩn vẩn, dẫn đến những hậu quả khổ đau trong tương lai tái sanh, vì chúng là những sứ giả bị nghiệp lực sai khiến. Phiền não còn có nghĩa là “những yếu tố làm ô nhiễm tâm,” khiến cho chúng sanh làm những việc vô đạo đức, tạo nên nghiệp quả. Phiền não chỉ tất cả những nhớ bần làm rối loạn tinh thần, cơ sở của bất thiện, cũng như gắn liền con người vào chu kỳ sanh tử. Người ta còn gọi chúng là khát vọng của Ma vương. Muốn giác ngộ trước tiên con người phải cố gắng thanh lọc tất cả những nhớ bần này bằng cách thường xuyên tu tập. Lối sống thế tục có tính cách mở rộng các cánh cửa lục căn và hướng ngoại, buông lung. Lối sống của một Phật tử thuần thành thì bình dị, đóng bớt các cánh cửa lục căn lại và biết tiết chế. Lời xưa nói: “Trong cửa có tiểu nhơn, ngoài cửa tiểu nhơn đến. Trong cửa có quân tử, ngoài cửa quân tử đến.” Lại như khi ăn trộm đào ngách muốn vào nhà, gia chủ hay được tỏ ra bình tĩnh răn trách, tất nó phải sợ hãi bỏ đi. Nếu chủ nhà kinh sợ rồi rít nắn nỉ, đó chính là thái độ khuyên rước trộm vào nhà vậy. Thông thường mà nói, hễ cửa để mở tung là khuyến khích giặc ra vào tự do, trong khi cửa đóng thì có thể trì hoãn hay làm chậm bớt sự xâm nhập của giặc.

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng lan tỏa khắp trên đường của hành giả tu tập Thu Thúc Lục Căn. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm VIII, Phẩm Ngàn, Đức Phật đã dạy: Thắng ngàn quân địch chưa thể gọi là thắng, tự thắng được mình mới là chiến công oanh liệt nhất (Pháp Cú 103). Tự thắng

mình còn vẻ vang hơn thắng kẻ khác. Muốn thắng mình phải luôn luôn chế ngự lòng tham dục (Pháp Cú 104). Dù là thiên thần, Càn thất bà, dù là Ma vương, hay Phạm thiên, không một ai chẳng thất bại trước người đã tự thắng (Pháp Cú 105).” *Trong Phẩm X, Phẩm Đạo Trưởng, Đức Phật đã dạy*: Người nào nghiêm giữ thân tâm, chế ngự khắc phục ráo riết, thường tu phạm hạnh, không dùng đao gậy gia hại sanh linh, thì chính người ấy là một Thánh Bà la môn, là Sa môn, là Tỳ khưu vậy (Pháp Cú 142). Biết lấy điều hổ thẹn để tự cấm ngăn mình, thế gian ít người làm được. Người đã làm được, họ khéo tránh hổ nhục như ngựa hay khéo tránh roi da (Pháp Cú 143). Các người hãy nỗ lực sám hối như ngựa đã hay còn thêm roi, hãy ghi nhớ lấy chánh tín, tịnh giới, tinh tiến, tam-ma-địa (thiền định) trí phân biệt Chánh pháp, và mình hành túc để tiêu diệt vô lượng thống khổ (Pháp Cú 144). Người tuổi nước lo dẫn nước, thợ làm tên lo uốn tên, thợ mộc lo nẩy mực cửa cây, người làm lành thì tự lo chế ngự (Pháp Cú 145). *Trong Phẩm XXI, Phẩm Tập, Đức Phật đã dạy*: Việc đáng làm không làm, việc không đáng lại làm, những người phóng túng ngạo mạn, lậu tập mãi tăng thêm (Pháp Cú 292). Thường quan sát tự thân, không làm việc không đáng, việc đáng gắng chuyên làm, thì khổ đau lậu tập dần tiêu tan (Pháp Cú 293). *Trong Phẩm XXII, Phẩm Địa Ngục, Đức Phật đã dạy*: Như thành quách được phòng hộ thế nào, tự thân các người cũng phải nên phòng hộ như thế. Một giây lát cũng chớ buông lung. Hễ một giây lát buông lung là một giây lát sa đọa địa ngục (315). *Trong Phẩm XXIII, Phẩm Voi, Đức Phật đã dạy*: Voi xuất trận nhẫn chịu cung tên như thế nào, ta đây thường nhẫn chịu mọi điều phỉ báng như thế ấy. Thật vậy, đời rất lắm người phá giới thường ghét kẻ tu hành (Pháp Cú 320). Luyện được voi để đem dự hội, luyện được voi để cho vua cỡi là giỏi, nhưng nếu luyện được lòng ẩn nhẫn trước sự chê bai, mới là người có tài điều luyện hơn cả mọi người (Pháp Cú 321). Con la thuần tánh là con vật lành tốt, con tuấn mã tin độ là con vật lành tốt, nhưng kẻ đã tự điều luyện được mình lại càng lành tốt hơn (Pháp Cú 322). Chẳng phải nhờ xe hay ngựa mà đến được cảnh giới Niết bàn, chỉ có người đã điều luyện lấy mình mới đến được Niết bàn (Pháp Cú 323). *Trong Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, Đức Phật đã dạy*: Chế phục được mắt, lành thay; chế phục được tai, lành thay; chế phục được mũi, lành thay; chế phục được lưỡi, lành thay (Pháp Cú 360). Chế phục được thân, lành thay; chế phục được lời nói, lành thay; chế phục được tâm ý, lành thay; chế phục được hết

thấy, lành thay. Tỳ kheo nào chế phục được hết thấy thì giải thoát hết thấy khổ (Pháp Cú 361). Gìn giữ tay chân và ngôn ngữ, gìn giữ cái đầu cao, tâm mến thích thiền định, riêng ở một mình, thanh tịnh và tự biết đầy đủ, ấy là bậc Tỳ kheo (Pháp Cú 362). Nếu là bậc Tỳ kheo sáng suốt, dù ở trong đời, trước tiên vẫn lo nhiếp hộ các căn và biết đủ, hộ trì giới luật (375). Các người hãy tự kính sách, các người hãy tự phản tỉnh! Tự hộ vệ và chánh niệm theo Chánh pháp mới là Tỳ kheo an trụ trong an lạc (Pháp Cú 379). Chính các nười là kẻ bảo hộ cho các người, chính các người là nơi nương náu cho các người. Các người hãy gắng điều phục lấy mình như thương khách lo điều phục con ngựa mình (Pháp Cú 380).

Chương Năm Mười Hai

Tĩnh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Tiết Độ Trong Tu Tập Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Tiết Độ Trong Tu Tập Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Theo Thiền Sư Achaan Chah trong “Mặt Hồ Tĩnh Lặng,” có ba điểm căn bản để thực hành là thu thúc lục căn, nghĩa là không chìm đắm và dính mắc trong dục lạc ngũ trần, ăn uống tiết độ, và tỉnh thức. Thứ nhất là thu thúc lục căn. Chúng ta có thể dễ dàng nhận ra một cơ thể bất thường, đau, điếc, câm, què, vân vân, nhưng khó nhận ra một trạng thái tâm bất thường. Khi bắt đầu hành thiền, hành giả sẽ thấy mọi sự khác hẳn. Bạn sẽ nhìn thấy một trạng thái tâm méo mó, mà trước đây đối với bạn là bình thường. Bạn sẽ thấy nguy hiểm ở nơi mà trước đây bạn không thấy. Điều này giúp bạn thu thúc. Bạn sẽ trở nên nhạy cảm, như người đi vào rừng sâu ý thức được mối nguy hiểm của thú dữ, rắn độc, gai nhọn, vân vân. Một người có vết thương, rất thận trọng trước sự nguy hiểm của loài ruồi. Cũng như vậy, đối với người hành thiền, mối nguy hiểm phát xuất từ các đối tượng của giác quan, tức là lục trần. Bởi thế, thu thúc lục căn là đức hạnh cao nhất. *Thứ nhất là thu thúc lục căn:* Chúng ta có thể dễ dàng nhận ra một cơ thể bất thường, đau, điếc, câm, què, vân vân, nhưng khó nhận ra một trạng thái tâm bất thường. Khi bắt đầu hành thiền, hành giả sẽ thấy mọi sự khác hẳn. Bạn sẽ nhìn thấy một trạng thái tâm méo mó, mà trước đây đối với bạn là bình thường. Bạn sẽ thấy nguy hiểm ở nơi mà trước đây bạn không thấy. Điều này giúp bạn thu thúc. Bạn sẽ trở nên nhạy cảm, như người đi vào rừng sâu ý thức được mối nguy hiểm của thú dữ, rắn độc, gai nhọn, vân vân. Một người có vết thương, rất thận trọng trước sự nguy hiểm của loài ruồi. Cũng như vậy, đối với người hành thiền, mối nguy hiểm phát xuất từ các đối tượng của giác quan, tức là lục trần. Bởi thế, thu thúc lục căn là đức hạnh cao nhất. *Thứ nhì là Tiết Độ trong Ăn Uống:* Ăn ít và tiết độ đối với chúng ta quả thật là khó khăn. Hãy học cách ăn trong chánh niệm. Ý thức được nhu cầu thực sự của mình; học cách phân biệt giữa muốn và cần. Đào luyện cơ thể không

phải là hành xác. Không ngủ, không ăn, dù có giá trị của chúng, nhưng cũng chỉ là những cực đoan. Hành giả phải thực sự muốn chống lại sự biếng nhác và phiền não. Khuấy động chúng lên và quan sát chúng. Một khi hiểu được chúng thì những sự thực hành có vẻ cực đoan trên sẽ không cần thiết nữa. Đó là lý do tại sao chúng ta phải ăn, ngủ, và nói ít lại, nhằm đè nén tâm luyến ái và khiến chúng tự lộ diện. *Sự tiết độ thứ ba là tỉnh thức*: Muốn có chánh niệm thì phải có nỗ lực liên tục, chứ không phải chỉ siêng năng một lúc rồi thôi. Dầu chúng ta có hành thiền suốt đêm nhưng trong lúc khác chúng ta để cho sự lưỡi biếng chế ngự thì cũng không phải là hành thiền đúng cách. Chúng ta phải luôn quan sát, theo dõi tâm chúng ta như cha mẹ theo dõi con cái, bảo vệ không để chúng hư hỏng.

II. Tình Hoa Những Lời Phật Dạy Về Tiết Độ Trong Tu Tập Trong Kinh Pháp Cú:

Về tiết độ trong thu thúc lục căn, theo kinh Sa Môn Quả trong Trường Bộ Kinh, Đức Phật đã dạy về một vị Tỳ Kheo Hộ Trì Các Căn: “Thế nào là vị Tỳ Kheo hộ trì các căn? Khi mắt thấy sắc, Tỳ Kheo không nắm giữ tướng chung, không nắm giữ tướng riêng. Những nguyên nhân gì, khiến nhãn căn không được chế ngự, khiến tham ái, ưu bi, các ác, bất thiện khởi lên, Tỳ Kheo tự chế ngự nguyên nhân ấy, hộ trì nhãn căn, thực hành sự hộ trì nhãn căn. Khi tai nghe tiếng, mũi ngửi hương, thân cảm xúc, ý nhận thức các pháp, vị ấy không nắm giữ tướng chung, không nắm giữ tướng riêng. Nguyên nhân gì khiến ý căn không được chế ngự, khiến tham ái, ưu bi, các ác, bất thiện pháp khởi lên, Tỳ Kheo chế ngự nguyên nhân ấy, hộ trì ý căn, thực hành sự hộ trì ý căn. Vị ấy nhờ sự hộ trì cao quý các căn ấy, nên hưởng lạc thọ nội tâm, không vẩn đục.

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng lan tỏa khắp trên đường hành giả biết Tiết Độ trong thu thúc lục căn. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm III, Phẩm Tâm, Đức Phật đã dạy: Tâm kẻ phàm phu thường xao động biến hóa rất khó chế phục gìn giữ, nhưng kẻ trí lại chế phục tâm mình làm cho chánh trực một cách dễ dàng, như thợ khéo uốn nắn mũi tên (Pháp Cú 33). *Trong Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, Đức Phật đã dạy*: Chế phục được mắt, lành thay; chế phục được tai, lành thay; chế phục được mũi, lành thay; chế phục được lưỡi, lành thay (Pháp Cú 360). Chế phục được thân,

lành thay; chế phục được lời nói, lành thay; chế phục được tâm ý, lành thay; chế phục được hết thấy, lành thay. Tỳ kheo nào chế phục được hết thấy thì giải thoát hết thấy khổ (Pháp Cú 361). Gìn giữ tay chân và ngôn ngữ, gìn giữ cái đầu cao, tâm mến thích thiền định, riêng ở một mình, thanh tịnh và tự biết đầy đủ, ấy là bậc Tỳ kheo (Pháp Cú 362). Tỳ kheo nào điều nhiếp được ngôn ngữ, khôn khéo và tịch tịnh, thì khi diễn bày pháp nghĩa, lời lẽ rất hòa ái rõ ràng (Pháp Cú 363). Nếu là bậc Tỳ kheo sáng suốt, dù ở trong đời, trước tiên vẫn lo nhiếp hộ các căn và biết đủ, hộ trì giới luật (Pháp Cú 375). Chính các người là kẻ bảo hộ cho các người, chính các người là nơi nương náu cho các người. Các người hãy gắng điều phục lấy mình như thương khách lo điều phục con ngựa mình (Pháp Cú 380). *Trong Phẩm XXVI, Phẩm Bà La Môn, Đức Phật đã dạy:* Chế ngăn thân, ngữ, ý không cho làm các điều ác, chế ngăn được ba chỗ đó, Ta gọi họ là Bà-la-môn (Pháp Cú 391).

Về tiết độ trong Ăn Uống, theo Kinh Hữu Học trong Trung Bộ Kinh, Đức Phật đã dạy ‘Vị Thánh đệ tử biết tiết độ trong ăn uống. Thứ nhất quán sát một cách khôn ngoan khi thọ dụng các món ăn, không phải để vui đùa, không phải để đam mê, không phải để trang sức hay tự làm đẹp mình, chỉ để thân này được duy trì, được bảo dưỡng, khỏi bị gia hại, để chấp trì phạm hạnh. Vị ấy nên nghĩ rằng: “Như vậy ta diệt trừ các cảm thọ cũ và không cho khởi lên các cảm thọ mới; và ta sẽ không phạm lỗi lầm, sống được an ổn.”’ *Trong Kinh Pháp Cú, Phẩm I, Phẩm Phẩm Song Yếu, Đức Phật đã dạy:* Những người chỉ muốn sống trong khoái lạc, không chịu nhiếp hộ các căn, ăn uống vô độ, biếng nhác chẳng tinh cần, họ là người dễ bị ma nhiếp phục như cành mềm trước cơn gió (Pháp Cú 7). Những người nguyện ở trong cảnh chẳng khoái lạc, khôn khéo nhiếp hộ các căn, uống ăn tiết độ, vững tin và siêng năng, ma không dễ gì thắng họ, như gió thổi núi đá (Pháp Cú 8). *Trong Phẩm XXIII, Phẩm Voi, Đức Phật đã dạy:* Như heo kia ưa ngủ, lại tham ăn, kẻ phàm ngu vì tham ăn ưa ngủ, nên phải bị tiếp tục sanh mãi trong vòng luân hồi (Pháp Cú 325).

Về tiết độ trong sự tỉnh thức, tỉnh thức là đạt được sự nhận thức sâu xa về nghĩa của Phật và làm sao thành Phật. Hiểu biết chơn tánh của vạn hữu. Tuy nhiên, chỉ sau khi thành Phật mới thật sự đạt được Vô Thượng Chánh Giác. Tỉnh thức là ý thức về một cái gì hay là tiến trình nghĩ nhớ về cái gì. Chúng ta đã học chữ “Tỉnh thức” theo nghĩa nhận biết hay chỉ là chăm chú về cái gì, nhưng nghĩa của tỉnh thức

không dừng lại ở đó. Trong tỉnh thức cũng có những yếu tố của định và tuệ đi kèm. Định và tuệ đi với nhau là thiền quán trên sự thiếu vắng một thực thể riêng biệt. Theo Kinh Niệm Xứ, hành giả nên “quán niệm thân thể trong thân thể, quán niệm cảm thọ trong cảm thọ, quán niệm tâm thức nơi tâm thức, quán niệm đối tượng tâm thức nơi đối tượng tâm thức.” Nghĩa là hành giả phải sống chánh niệm với thân thể, chứ không phải là khảo cứu về thân thể như một đối tượng, sống chánh niệm với cảm giác, tâm thức và đối tượng tâm thức chứ không phải là khảo cứu về cảm giác, tâm thức và đối tượng tâm thức như những đối tượng. Khi chúng ta quán niệm về thân thể, chúng ta sống với thân thể của chúng ta như một thực tại với tất cả sự chăm chú và tỉnh táo của mình, mình và thân thể là một, cũng như khi ánh sáng chiếu vào một nụ hoa nó thâm nhập vào nụ hoa và làm cho nụ hoa hé nở. Công phu quán niệm làm phát hiện không phải là một ý niệm về thực tại mà là một cái thấy trực tiếp về thực tại. Cái thấy đó là tuệ, dựa trên niệm và định. Trong *Kinh Pháp Cú*, *Phẩm XXI*, *Phẩm Tạp*, *Đức Phật đã dạy*: Đệ tử Kiều Đáp Ma, phải luôn tự tỉnh giác, vô luận ngày hay đêm, thường niệm tưởng Phật Đà (Pháp Cú 296). Đệ tử Kiều Đáp Ma, phải luôn tự tỉnh giác, vô luận ngày hay đêm, thường niệm tưởng Đạt Ma (Pháp Cú 297). Đệ tử Kiều Đáp Ma, phải luôn tự tỉnh giác, vô luận ngày hay đêm, thường niệm tưởng Tăng già (Pháp Cú 298). Đệ tử Kiều Đáp Ma, phải luôn tự tỉnh giác, vô luận ngày hay đêm, thường niệm tưởng sắc thân (Pháp Cú 299). Đệ tử Kiều Đáp Ma, phải luôn tự tỉnh giác, vô luận ngày hay đêm, thường vui điều bất sát (Pháp Cú 300). Đệ tử Kiều Đáp Ma, phải luôn tự tỉnh giác, vô luận ngày hay đêm, thường ưa tu thiền quán (Pháp Cú 301).

Chương Năm Mười Ba

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Trí Huệ Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Trí Huệ Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Trong Phật giáo, Trí Tuệ được mô tả là sự hiểu biết về Tứ Diệu Đế, sự hiểu biết về lý nhân duyên, và những điều tương tự như vậy. Sự đặc thành trí huệ là sự đặc thành khả năng biến đổi học thuyết từ những đối tượng của trí tuệ thành kinh nghiệm thực tế cho cá nhân mình. Nói cách khác, trí tuệ theo Phật giáo là khả năng biến đổi những kiến thức về Tứ Diệu Đế và những điều tương tự học trong kinh điển thành chân lý hiện thực và sinh động. Muốn đạt được trí tuệ, trước nhất chúng ta phải trau dồi giới hạnh và phát triển sự định tĩnh nơi tinh thần. Nên nhớ rằng, đọc và hiểu kinh điển không phải là đạt được trí tuệ. Trí tuệ là đọc, hiểu và biến được những gì mình đã đọc hiểu thành kinh nghiệm hiện thực của cá nhân. Trí tuệ cho chúng ta khả năng “thấy được chân lý” hay “thấy sự thể đúng như sự thể” vì đạt được trí tuệ không phải là một bài tập về trí tuệ hay học thuật, mà là sự thấy biết chân lý một cách trực tiếp. Trí tuệ cơ bản vốn có nơi mỗi người chúng ta có thể lộ khi nào bức màn vô minh bị vệt bỏ qua tu tập. Theo Đức Phật, trí tuệ là một phẩm hạnh cực kỳ quan trọng vì nó tương đương với chính sự giác ngộ. Chính trí tuệ mở cửa cho sự tự do, và trí tuệ xóa bỏ vô minh, nguyên nhân căn bản của khổ đau phiền não. Người ta nói rằng chặt hết cành cây hay thậm chí chặt cả thân cây, nhưng không nhổ tận gốc rễ của nó, thì cây ấy vẫn mọc lại. Tương tự, dù ta có thể loại bỏ luyến chấp vắng cách từ bỏ trần tục và sân hận với tâm từ bi, nhưng chừng nào mà vô minh chưa bị trí tuệ loại bỏ, thì luyến chấp và sân hận vẫn có thể nảy sinh trở lại như thường. Về phần Đức Phật, ngay hôm Ngài chứng kiến cảnh bất hạnh xảy ra cho con tròng và con chim trong buổi lễ hạ điền, Ngài bèn ngồi quán tưởng dưới gốc cây hồng táo gần đó. Đây là kinh nghiệm thiền định sớm nhất của Đức Phật. Về sau này, khi Ngài đã từ bỏ thế tục để đi tìm chân lý tối thượng, một trong những giới luật đầu tiên mà Ngài phát triển cũng là

thiền định. Như vậy chúng ta thấy Đức Phật đã tự mình nhấn mạnh rằng trí tuệ chỉ có thể đạt được qua thiền định mà thôi. Tu tập trí tuệ là kết quả của giới và định. Dù trí huệ quan hệ tới nhân quả. Những ai đã từng tu tập và vun trồng thiện căn trong những đời quá khứ sẽ có được trí tuệ tốt hơn. Tuy nhiên, ngay trong kiếp này, nếu bạn muốn đoạn trừ tam độc tham lam, sân hận và si mê, bạn không có con đường nào khác hơn là phải tu giới và định hầu đạt được trí tuệ ba la mật. Với trí huệ ba la mật, bạn có thể tiêu diệt những tên trộm nầy và chấm dứt khổ đau phiền não. Trí tuệ là một trong ba pháp tu học quan trọng trong Phật giáo. Hai pháp kia là Giới và định. Theo Tỳ Kheo Piyadassi Mahathera trong Phật Giáo Nhìn Toàn Diện thì tâm định ở mức độ cao là phương tiện để thành đạt trí tuệ hay tuệ minh sát. Tuệ bao gồm chánh kiến và chánh tư duy, tức là hai chi đầu trong Bát Chánh Đạo. Trí tuệ giúp chúng ta phá tan lớp mây mờ si mê bao phủ sự vật và thực chứng thực tướng của vạn pháp, thấy đời sống đúng như thật sự, nghĩa là thấy rõ sự sanh diệt của vạn hữu. Trong Phật giáo, đối với đạo lý của hết thảy sự vật “Trí” có khả năng đoán định phải trái chánh tà. Hai chữ Buddhi và Jnana trong tiếng Phạn đều có nghĩa là “Trí”. Đôi khi khó mà vạch ra một cách rõ ràng sự khác biệt giữa Buddhi và Jnana, vì cả hai đều chỉ cái trí tương đối của thế tục cũng như trí siêu việt. Trong khi Prajna rõ ràng là cái trí siêu việt.

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Trí Huệ Trong Kinh Pháp Cú:

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Trí Huệ lúc nào cũng lan tỏa khắp trong vườn hoa Pháp Cú. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm V, Phẩm Ngu, Đức Phật đã dạy: Đêm rất dài với những kẻ mất ngủ, đường rất xa với kẻ lữ hành mỗi mệt. Cũng thế, vòng luân hồi sẽ tiếp nối vô tận với kẻ ngu si không mình đạt chánh pháp (Pháp Cú 60). Không được kết bạn với kẻ hơn mình, không được kết bạn với kẻ ngang mình, thà quyết chí ở một mình tốt hơn kết bạn với người ngu muội (Pháp Cú 61). Đây là con ta, đây là tài sản ta,” kẻ phàm phu thường lo nghĩ như thế, nhưng người trí biết chính ta còn không thiết có, huống là con ta hay tài sản ta? (Pháp Cú 62). Ngu mà tự biết ngu, tức là trí, ngu mà tự xưng rằng trí, chính đó mới thật là ngu (Pháp Cú 63). Người trí dù chỉ gần gũi người trí trong khoảnh khắc cũng hiểu ngay được Chánh pháp, chẳng khác gì cái lưỡi dù mới tiếp xúc với

canh trong khoảnh khắc, đã biết ngay được mùi vị của canh (Pháp Cú 65). Kẻ phàm phu, lòng thì muốn cầu được trí thức mà hành động lại dẫn tới diệt vong, nên hạnh phúc bị tổn hại mà trí tuệ cũng tiêu tan (Pháp Cú 72). *Trong Phẩm VI, Phẩm Trí Giả, từ kệ số 76 đến kệ số 89, Đức Phật đã dạy:* Nếu gặp được người hiền trí thường chỉ bày lầm lỗi và khiển trách mình những chỗ bất toàn, hãy nên kết thân cùng họ và xem như bậc trí thức đã chỉ kho tàng bảo vật. Kết thân với người trí thì lành mà không dữ (Pháp Cú 76). Những người hay khuyên răn dạy dỗ, cản ngăn tội lỗi kẻ khác, được người lành kính yêu bao nhiêu thì bị người dữ ghét bỏ bấy nhiêu (Pháp Cú 77). Chớ nên làm bạn với người ác, chớ nên làm bạn với người kém hèn, hãy nên làm bạn với người lành, với người chí khí cao thượng (Pháp Cú 78). Được uống nước Chánh pháp thì tâm thanh tịnh an lạc, nên người trí thường vui mừng, ưa nghe Thánh như thuyết pháp (Pháp Cú 79). Người tưới nước lo dẫn nước, thợ làm cung tên lo uốn cung tên, thợ mộc lo nẩy mực đo cây, còn người trí thì lo tự điều phục lấy mình (Pháp Cú 80). Như ngọn núi kiên cố, chẳng bao giờ bị gió lay, cũng như thế, những lời hủy báng hoặc tán dương chẳng bao giờ làm lay động người đại trí (Pháp Cú 81). Như nước hồ sâu, vừa yên lặng trong sạch, những người có trí tuệ sau khi nghe pháp, tâm họ cũng thanh tịnh và yên lặng (Pháp Cú 82). Người lành thường xa lìa mà không bàn đến những điều tham dục. Kẻ trí đã xa lìa niệm lự mừng lo, nên chẳng còn bị lay động vì khổ lạc (Pháp Cú 83). Không vị tình thiên hạ, cũng không vị tình một người nào, người trí không làm bất cứ điều gì sai quấy: không nên cầu con trai, sự giàu có, vương quốc bằng việc sai quấy; không nên cầu mong thành công của mình bằng những phương tiện bất chánh. Được vậy mới thật là người đạo đức, trí tuệ và ngay thẳng (Pháp Cú 84). Trong nhân loại chỉ có một ít người đạt đến bến bờ kia, còn bao nhiêu người khác thì đang bồi hồi vờ vẩn tại bờ này (Pháp Cú 85). Những người nào hay thuyết pháp, hay theo Chánh pháp tu hành, thì được đạt tới bờ kia, thoát khỏi cảnh giới tà ma khó thoát (Pháp Cú 86). Người trí hãy nên rời bỏ hắc pháp (ác pháp) mà tu tập bạch pháp (thiện pháp), xa gia đình nhỏ hẹp, xuất gia sống độc thân theo pháp tắc Sa-môn (Pháp Cú 87). Người trí phải gột sạch những điều cấu uế trong tâm, hãy cầu cái vui Chánh pháp, xa lìa ngũ dục mà chứng Niết bàn (Pháp Cú 88). Người nào thường chính tâm tu tập các phép giác chi, xa lìa tánh cố chấp, rời bỏ tâm nhiễm ái, diệt hết mọi phiền não để trở nên sáng

suốt, thì sẽ giải thoát và chứng đắc Niết bàn ngay trong đời hiện tại (Pháp Cú 89). *Trong Phẩm XIII, Phẩm Thế Gian, Đức Phật đã dạy:* Giả sử thế gian này có được trang hoàng long lẫy như chiếc xe của vua đi nữa, thì trong số người đến xem, chỉ người ngu mới tham đắm, chứ kẻ trí nào hề bận tâm (Pháp Cú 171). Con thiên nga chỉ bay được giữa không trung, người có thần thông chỉ bay được khỏi mặt đất, duy bậc đại trí, trừ hết ma quân mới bay được khỏi thế gian này (Pháp Cú 175). Người sân tham không thể sanh lên cõi trời, người ngu si không ưa tán dương việc bố thí, nhưng người trí thấy bố thí lại tùy hỷ công đức và tương lai họ sẽ dự hưởng phần an lạc (Pháp Cú 177). *Trong Phẩm XVIII, Phẩm Cấu Uế, Đức Phật đã dạy:* Người hãy tự tạo cho mình một hòn đảo an toàn, gấp rút tinh cần làm kẻ khôn ngoan, gột sạch bao nhiêu phiền não trần cấu, để bước lên Thánh cảnh hàng chư thiên (Pháp Cú 236). Người hãy tạo lấy cho mình một hòn đảo an toàn, gấp rút tinh cần làm kẻ khôn ngoan, gột sạch bao nhiêu phiền não trần cấu, chớ trở lui đường sanh lão nguy nan (Pháp Cú 238). Hết sát na này đến sát na khác, người trí lo gột trừ dần những cấu uế nơi mình như anh thợ vàng cần mẫn lọc trừ quặng bã khỏi chất vàng ròng (Pháp Cú 239). *Trong Phẩm XIX, Phẩm Pháp Trụ, Đức Phật đã dạy:* Chẳng phải cậy nhiều lời mà cho là người có trí, nhưng an tịnh không cửu oán, không sợ hãi mới là người có trí (Pháp Cú 258). *Trong Phẩm XX, Phẩm Đạo, Đức Phật đã dạy:* Các hành đều vô thường; khi đem trí tuệ soi xét được như thế thì sẽ nhàm lìa thống khổ để đi đến giải thoát. Đó là Đạo thanh tịnh (Pháp Cú 277). Các hành đều là khổ; khi đem trí tuệ soi xét được như thế thì sẽ nhàm lìa thống khổ để được giải thoát. Đó là Đạo thanh tịnh (Pháp Cú 278). Hết thấy pháp đều vô ngã; khi đem trí tuệ soi xét như thế thì sẽ nhàm lìa thống khổ để được giải thoát. Đó là Đạo thanh tịnh (Pháp Cú 279). Khi đáng nỗ lực, không nỗ lực, thiếu niên cường tráng đã lười biếng, ý chí tiêu trầm và nhu nhược: kẻ biếng nhác làm gì có trí để ngộ Đạo (Pháp Cú 280). Tu Du-già thì trí phát, bỏ Du-già thì tuệ tiêu. Biết rõ hay lẽ này thế nào là đắc thất, rồi nỗ lực thực hành, sẽ tăng trưởng thêm trí tuệ (Pháp Cú 282). “Mùa mưa ta ở đây, đông hạ ta cũng ở đây,” đấy là tâm tưởng của hạng người ngu si, không tự giác những gì nguy hiểm (Pháp Cú 286). Người đắm yêu con cái và súc vật thì tâm thường mê hoặc, nên bị tử thần bắt đi như xóm làng đang say ngủ bị cơn nước lũ lôi cuốn mà không hay (Pháp Cú 287). Một khi tử thần đã đến, chẳng có thân thuộc nào có thể thế thay,

dù cha con thân thích chẳng làm sao cứu hộ (Pháp Cú 288). Biết rõ lý lẽ trên, người trí hãy gắng trì giới, thấu hiểu đường Niết bàn, mau làm cho thanh tịnh (Pháp Cú 289). *Trong Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, Đức Phật đã dạy:* Không có trí huệ thì không có thiền định, không có thiền định thì không có trí tuệ. Người nào gồm đủ thiền định và trí tuệ thì gần đến Niết bàn (Pháp Cú 372).

Chương Năm Mươi Bốn

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Từ Bi Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Từ Bi Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Trong giáo thuyết Phật giáo, từ bi là lòng từ thiện và khoan dung, hai đức tính chủ yếu của Phật giáo, cơ sở trạng thái tinh thần của Bồ Tát. Từ thiện và khoan dung với mọi người. Từ thiện và khoan dung là kết quả của việc thông hiểu trong chư pháp không có cái tôi, như thái độ của chư Thanh văn, Duyên giác, Bồ Tát vào buổi đầu tiến tu. Từ thiện và thông cảm lớn, trong đó không có dấu vết của sự phân biệt và sự chi phối, đặc trưng của chư Phật. Từ bi là một trong những cửa ngõ quan trọng đi đến đại giác, vì nhờ đó mà thiện căn lướt thắng và cũng từ đó mà chúng ta không làm tổn hại chúng sanh. Từ bi là một trong những cửa ngõ quan trọng đi đến đại giác, vì nhờ đó mà thiện căn lướt thắng và cũng từ đó mà chúng ta không làm tổn hại chúng sanh. Trong Phật giáo, từ vô lượng tâm là một trong những đức tính chủ yếu của Phật giáo. Lòng từ thiện vô tư đối với tất cả mọi người. Thực tập lòng từ nhằm chiến thắng hận thù, trước là với người thân rồi sau với ngay cả người đứng, và sau cùng là hướng lòng từ đến với ngay cả kẻ thù, vì tâm từ là lòng ước muốn tất cả chúng sanh đều được an vui hạnh phúc. Bi vô lượng tâm là cái tâm hay tấm lòng bi mẫn thương xót cứu vớt người khác thoát khỏi khổ đau phiền não. Lòng bi là lòng vị tha, không vì bản ngã, mà dựa trên nguyên tắc bình đẳng. Khi thấy ai đau khổ bèn thương xót, ấy là bi tâm. Lòng bi mẫn có nghĩa là tư duy vô hại. “Karuna” được định nghĩa như “tính chất làm cho trái tim của người thiện lành rung động trước những bất hạnh của người khác” hay “tính chất làm khơi dậy những cảm xúc dịu dàng trong một người thiện lành, khi nhìn thấy những khổ đau của người khác.

II. Tình Hoa Những Lời Phật Dạy Về Từ Bi Trong Kinh Pháp Cú:

Trong Phật giáo, hận thù không chấm dứt được hận thù; chỉ có tình thương mới chấm dứt được hận thù mà thôi. *Trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XVII, Phẩm Phẫn Nộ, Đức Phật đã dạy: Lấy từ bi thắng nóng giận, lấy hiền lành thắng hung dữ, lấy bố thí thắng xan tham, lấy chơn thật thắng ngoa ngụy (Pháp Cú 223).* Thật vậy, lòng bi mẫn và lòng từ ái là những thứ cực kỳ quan trọng đối với con người, vì dẫu rằng có những cố gắng tự cung tự túc, nhưng con người vẫn cần có nhau. Không ai là một hòn đảo riêng biệt cả. Một hòn đảo biệt lập ngoài biển khơi có thể tự tồn một mình, nhưng con người không thể sống một mình. Chúng ta cần lẫn nhau, và chúng ta phải xem nhau như những người bạn hay những người giúp đỡ hỗ trợ lẫn nhau. Mọi người, theo thuyết luân hồi, thật ra đều là anh em với nhau, đúng nghĩa là những thành viên trong một đại gia đình, vì qua nhiều vòng liên hồi liên tục, không có một người nam hay một người nữ nào trong quá khứ đã không từng là cha mẹ hay anh chị em của chúng ta. Vì vậy, chúng ta phải tập thương yêu nhau, kính trọng nhau, che chở cho nhau, và chia sẻ với người khác những gì mình có. *Trong Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, Đức Phật đã dạy: An trú trong căn nhà Từ Bi ấy chính là một nơi kiên cố nhất, nơi bảo vệ cho thân tâm ta được an toàn trước mọi kẻ thù phiền não và sân hận. Nơi đó ta sẽ có sự an lạc. Hàng Tỳ kheo an trú trong tâm từ bi, vui thích giáo pháp Phật Đà, sẽ đạt đến cảnh giới tịch tịnh an lạc, giải thoát các hành (vô thường) (Pháp Cú 368).*” Thế nên, Phật tử chơn thuần nên luôn xem từ bi lớn làm nhà, nhu hòa nhẫn nhục làm y áo, và các pháp không làm tòa. Hành giả tu Phật nên luôn nhớ rằng ta cùng chúng sanh sanh đều sẵn đủ đức hạnh, tướng hảo trí huệ của Như Lai, mà vì mê chân tánh, khởi hoặc nghiệp nên phải bị luân hồi, chịu vô biên sự thống khổ. Nay đã rõ như thế, ta phải dứt tâm ghét thương phân biệt, khởi lòng cảm hối từ bi tìm phương tiện độ mình cứu người, để cùng nhau được an vui thoát khổ. Nên nhận rõ từ bi khác với ái kiến. Ái kiến là lòng thương yêu mà chấp luyến trên hình thức, nên kết quả bị sợi dây tình ái ràng buộc. Từ bi là lòng xót thương cứu độ, mà lìa tướng, không phân biệt chấp trước; tâm này thể hiện dưới đủ mọi mặt, nên kết quả được an vui giải thoát, phước huệ càng tăng. Muốn cho tâm từ bi được thêm rộng, ta nên từ nỗi khổ của mình, cảm thông đến các nỗi khổ khó nhằn thọ hơn của kẻ khác, tự nhiên sanh

lòng xót thương muốn cứu độ, niệm từ bi của Bồ Đề tâm chưa phát
bổng tự phát sanh.

Chương Năm Mười Lăm

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Sự Tự Chủ Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Sự Tự Chủ Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Theo Phật giáo, làm chủ lấy mình có nghĩa là tự chủ, tự làm chủ lấy mình, làm chủ những cảm kích, những xúc động, những ưa thích và ghét bỏ. Những điều này thật là khó thực hiện vô cùng. Theo Đức Phật, tu tập là con đường hay nhất dẫn đến tự chủ. Theo quan điểm Phật giáo, tâm hay thức là phần nòng cốt của sự hiện hữu của con người. Tất cả những kinh tâm lý như đau khổ và thích thú, buồn vui, thiện ác, sống chết... đều không đến với ta bằng tác nhân ngoại lai. Chúng chỉ là hậu quả của những tư tưởng và hành động của chúng ta. Chính hành động cũng xuất phát từ tư tưởng. Do đó trong guồng máy phức tạp của con người, tâm là yếu tố quan trọng vô cùng.

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Sự Tự Chủ Trong Kinh Pháp Cú:

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng lan tỏa và hòa quyện với hương thơm của Sự Tự Chủ. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm II, Phẩm Không Buông Lung, Đức Phật đã dạy: Bằng sự cố gắng, hăng hái không buông lung, tự khắc chế lấy mình, kẻ trí tự tạo cho mình một hòn đảo chẳng có ngọn thủy triều nào nhận chìm được (Pháp Cú 25). ***Trong Phẩm V, Phẩm Ngụ, Đức Phật đã dạy:*** Ngụ mà tự biết ngu, tức là trí, ngu mà tự xưng rằng trí, chính đó mới thật là ngu (Pháp Cú 63). ***Trong Phẩm VIII, Phẩm Ngàn, Đức Phật đã dạy:*** Tự thắng mình còn vẻ vang hơn thắng kẻ khác. Muốn thắng mình phải luôn luôn chế ngự lòng tham dục (Pháp Cú 104). Dù là thiên thần, Càn thất bà, dù là Ma vương, hay Phạm thiên, không một ai chẳng thất bại trước người đã tự thắng (Pháp Cú 105). ***Trong Phẩm X, Phẩm Dao Trượng, Đức Phật đã dạy:*** Biết lấy điều hổ thẹn để tự cấm ngăn mình, thế gian ít người làm được. Người đã làm được, họ khéo tránh hổ nhục như ngựa hay khéo tránh roi da (Pháp Cú 143). ***Trong***

Phẩm XX, Phẩm Đạo, Đức Phật đã dạy: Tự mình dứt hết ái tình, như lấy tay bẻ cành sen thu; siêng tu Đạo tịch tịnh. Đó là Niết bàn mà đức Thiện thế đã truyền dạy (Pháp Cú 285). *Trong Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, Đức Phật đã dạy:* Các người hãy tự kính sách, các người hãy tự phản tỉnh! Tự hộ vệ và chánh niệm theo Chánh pháp mới là Tỳ kheo an trụ trong an lạc (Pháp Cú 379). Chính các nười là kẻ bảo hộ cho các người, chính các người là nơi nương náu cho các người. Các người hãy gắng điều phục lấy mình như thương khách lo điều phục con ngựa mình (Pháp Cú 380). *Trong Phẩm VIII, Phẩm Ngàn, Đức Phật đã dạy:* Thắng ngàn quân địch chưa thể gọi là thắng, tự thắng được mình mới là chiến công oanh liệt nhất (Pháp Cú 103).” Thật vậy, dù có thể chinh phục cả triệu người ở chiến trường, tuy nhiên, chiến thắng vẻ vang nhất là tự chinh phục lấy mình. Tự chiến thắng lấy mình là chìa khóa để mở cửa vào hạnh phúc. Đó là năng lực của mọi thành tựu. Hành động mà thiếu tự chủ ắt không đưa đến mục tiêu nhất định nào mà cuối cùng là thất bại. Chỉ vì con người không tự chủ được tâm mình nên bị đủ thứ xung đột phát sanh trong tâm. Vì vậy mà tự chủ là tối quan trọng và thiết yếu cho bất cứ người tu Phật nào.

Chương Năm Mười Sáu

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Vọng Tâm Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Vọng Tâm Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Vọng tâm là cái tâm khởi niệm phân biệt sinh ra hết thảy mọi cảnh giới. Vọng tâm gây nên sự phức tạp và phiền não trên đời này. Theo Phật giáo, điều phục vọng tâm là gìn giữ tâm, không cho nó phóng túng kiêu ngạo. Theo dòng thiền Phật giáo, để điều phục vọng tâm, chúng ta phải không bỏ gì vào trong đó (vô tâm). Người không biết tự điều chỉnh tâm mình cho hòa hợp với từng hoàn cảnh cũng giống như một tử thi trong quan tài. Hãy quay trở lại hướng vào tâm mình, cố tìm niềm vui trong chính bản tâm, bạn sẽ luôn tìm thấy trong đó suối nguồn bất tận của sự an vui đang sẵn sàng chờ đón bạn thưởng thức. Chỉ khi nào tâm bạn được điều phục và đi trên con đường chân chính thì tâm ấy mới hữu dụng cho chính bạn và cho xã hội. Một cái tâm bất thiện chẳng những nguy hiểm cho chính bạn, mà còn nguy hiểm cho cả xã hội nữa. Nên nhớ rằng tất cả những tai ương gây nên bởi con người đều bắt nguồn từ từ những người không kiểm soát được tâm mình hay những người không biết cách điều phục tâm mình. Thật vậy, Ngoại trừ tâm ra, không còn thứ gì khác. Tâm, Phật, chúng sanh không sai khác. Hành giả tu Thiền nên luôn nhớ rằng nếu chúng ta cho phép tâm buông lung với những tư tưởng xấu xa, tâm có thể gây nên những tai họa, lắm khi tổn hại đến tánh mạng. Nhưng ngược lại, một cái tâm thấm nhuần tư tưởng thiện lành có thể chữa lành một thân xác bệnh hoạn. Khi tâm tập trung vào chánh tư duy và chánh tinh tấn cũng như chánh kiến (sự hiểu biết đúng đắn) thì ảnh hưởng của nó thật sâu rộng vô cùng. Vì vậy mà một cái tâm thanh tịnh và thiện lành sẽ làm cho cuộc sống mạnh khỏe và thư giãn hơn. Tâm là một hiện tượng vi tế và phức tạp đến nỗi không thể tìm ra hai người với cùng một tâm tánh giống nhau. Tư tưởng của con người diễn đạt ra lời nói và hành động. Sự lặp đi lặp lại của lời nói và hành động khởi lên thói quen và cuối cùng thói quen lâu ngày sẽ biến thành tâm tánh. Tâm tánh là kết quả

của những hành động được hướng bởi tâm, và như vậy tâm tánh của mỗi người khác nhau. Như vậy để thấu đạt bản chất thật sự của đời sống chúng ta cần phải khảo sát tường tận những hóc hiểm sâu tận trong tâm chỉ có thể hoàn tất được bằng cách duy nhất là phải nhìn trở lại sâu vào bên trong của chính mình dựa trên giới đức và đạo hạnh của thiền định. Theo quan điểm Phật giáo, tâm hay thức, là phần cốt lõi của kiếp nhân sinh. Tất cả những kinh nghiệm tâm lý, như đau đớn và sung sướng, phiền muộn và hạnh phúc, thiện ác, sống chết, đều không do một nguyên lý ngoại cảnh nào mang đến, mà chỉ là kết quả của những tư tưởng của chúng ta cũng như những hành động do chính những tư tưởng ấy mang đến. Điều phục tâm có nghĩa là hướng dẫn tâm chúng ta đi theo thiện đạo và tránh xa ác đạo. Theo giáo thuyết nhà Phật, luyện tâm không có nghĩa là hội nhập với thần linh, cũng không nhằm đạt tới những chứng nghiệm huyền bí, hay tự thời miên, mà nhằm thành tựu sự tĩnh lặng và trí tuệ của tâm mình cho mục tiêu duy nhất là thành đạt tâm giải thoát không lay chuyển. Trong một thời gian dài chúng ta luôn nói về sự ô nhiễm của không khí, đất đai và môi trường, còn sự ô nhiễm trong tâm chúng ta thì sao? Chúng ta có nên làm một cái gì đó để tránh cho tâm chúng ta đừng đi sâu hơn vào những con đường ô nhiễm hay không? Vâng, chúng ta nên làm như vậy. Chúng ta nên vừa bảo vệ vừa thanh lọc tâm mình. Bên cạnh đó, sự phạm giới của hành giả sẽ theo liền bất cứ vọng tâm hay vọng tưởng nào. Ba vọng tưởng lớn nhất là tham, sân, và si. Như vậy, muốn giữ giới, chúng ta phải đối trị những vọng tưởng trong dòng tâm thức của mình. Để đối trị vọng tưởng tham ái, hãy quán về bất tịnh của thân xác, xem nó như một túi đựng đầy đồ dơ, và nhìn nó dưới khía cạnh đầy máu, phình trương, bị dòi bọ ăn, nó sẽ thành một bộ xương, vân vân. Để đối trị vọng tưởng thù hận hãy thiền quán về từ bi. Để đối trị vọng tưởng kiêu mạn, hãy nghĩ về những nỗi khổ đau phiền não cõi ta bà như già, bệnh, chết, những bất trắc, sự liên tục lên voi xuống chó, vân vân. Để đối trị vọng tưởng si mê ám muội hãy thiền quán về duyên sanh. Tóm lại, thiền quán về tánh không là cách đối trị vọng tâm vọng tưởng hữu hiệu nhất. Đức Phật dạy: “Từ lâu rồi tâm chúng ta đã từng bị tham, sân, si làm ô nhiễm. Những nhơ bợn trong tâm làm cho chúng sanh ô nhiễm, và chỉ có phương cách gội rửa tâm mới làm cho chúng sanh thanh sạch mà thôi.” Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng lối sống hằng ngày của chúng ta phải là một tiến trình thanh lọc ô nhiễm

lời nói và hành động một cách tích cực. Và chúng ta chỉ có thể thực hiện loại thanh lọc này bằng thiền tập, chứ không phải bằng tranh luận triết lý hay lý luận trừu tượng. Đức Phật dạy: “Dầu ta có chinh phục cả ngàn lần, cả ngàn người nơi chiến trường, người chinh phục vĩ đại nhất vẫn là người chinh phục được chính mình.” Chinh phục chính mình không gì khác hơn là tự chủ, hay tự làm chủ lấy mình. Chinh phục chính mình là nắm vững phần tâm linh của mình, làm chủ những cảm kích, tình cảm, những ưa thích và ghét bỏ của chính mình. Vì vậy, chinh phục chính mình là một vương quốc vĩ đại mà mọi người đều mơ ước, và bị dục vọng điều khiển là sự nô lệ đau đớn nhất của đời người. Hành giả tu Thiền nên luôn nhớ rằng trên đời này không có cái gì hết ngoài ý thức, vì các hiện tượng chỉ là những phóng chiếu của ý thức mà thôi. Mục đích của thực tập Thiền là để điều tâm và có được sự tỉnh thức nơi tâm. Hành giả nếu biết rõ được tâm mình thì sẽ không lãng phí công không, ngược lại thì chỉ là uống công phí sức mà thôi. Muốn biết tâm mình, bạn phải luôn quán sát và nhận biết về nó. Việc này phải được thực tập bất cứ lúc nào, dù đi, đứng, nằm, ngồi, nói, nín. Điều quan trọng là cố gắng đừng bị chi phối bởi các cực đoan, tốt xấu, thiện ác, chánh tà. Khi một niệm thiện phát khởi, ta chỉ nên nhận diện: “Một niệm thiện vừa mới phát sanh.” Khi một niệm bất thiện phát khởi, ta cũng nhận diện: “Một niệm bất thiện vừa mới phát khởi.” Cố gắng đừng lôi kéo hoặc xua đuổi chúng. Nhận diện niệm đến niệm đi là đủ. Nếu chúng còn, biết chúng đang còn. Nếu chúng đã đi rồi thì biết chúng đã đi rồi. Như vậy là hành giả có khả năng điều tâm và đạt được sự tỉnh thức nơi tâm.

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Vọng Tâm Trong Kinh Pháp Cú:

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi xú uế khó ngửi của Vọng Tâm. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm III, Phẩm Tâm, từ kệ số 33 đến kệ số 43, Đức Phật đã dạy: Tâm kẻ phàm phu thường xao động biến hóa rất khó chế phục gìn giữ, nhưng kẻ trí lại chế phục tâm mình làm cho chánh trực một cách dễ dàng, như thợ khéo uốn nắn mũi tên (Pháp Cú 33). Như con cá bị quăng lên bờ sợ sệt và vùng vẫy thế nào, thì cũng như thế, các người hãy đem tâm lo sợ, phấn đấu để mau thoát khỏi cảnh giới ác ma (Pháp Cú 34). Tâm phàm phu cứ xoay vần theo

ngũ dục, xao động không dễ nắm bắt; chỉ những người nào đã điều phục được tâm mình mới được yên vui (Pháp Cú 35). Tâm phàm phu cứ xoay vần theo ngũ dục, biến hóa u-ẩn khó thấy, nhưng người trí lại thường phòng hộ tâm mình, và được yên vui nhờ tâm phòng hộ ấy (Pháp Cú 36). Tâm phàm phu cứ lén lút đi một mình, đi rất xa, vô hình vô dạng như ẩn nấu hang sâu, nếu người nào điều phục được tâm, thì giải thoát khỏi vòng ma trói buộc (Pháp Cú 37). Người tâm không an định, không hiểu biết chánh pháp, không tín tâm kiên cố, thì không thể thành tựu được trí tuệ cao (Pháp Cú 38). Người tâm đã thanh tịnh, không còn các điều hoặc loạn, vượt trên những nghiệp thiện ác thông thường, là người giác ngộ, chẳng sợ hãi (Pháp Cú 39). Hãy biết rằng thân này mong manh như đồ gốm và giam giữ tâm người như thành quách, người hãy đánh dẹp ma quân với thanh huệ kiếm sẵn có của mình và nắm giữ phần thắng lợi, chứ đừng sanh tâm đắm trước (Pháp Cú 40). Thân này thật là ngắn ngủi! Nó sẽ ngủ một giấc dài dưới ba thước đất, vô ý thức bị vất bỏ như khúc cây khô vô dụng (Pháp Cú 41). Cái hại của kẻ thù gây ra cho kẻ thù hay oan gia đối với oan gia, không bằng cái hại của tâm niệm hướng về hành vi tà ác gây ra cho mình (Pháp Cú 42). Chẳng phải cha mẹ hay bà con nào khác làm, nhưng chính tâm niệm hướng về hành vi chánh thiện làm cho mình cao thượng hơn (Pháp Cú 43).

Chương Năm Mười Bảy

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Vô Minh Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Vô Minh Theo Quan Điểm Phật Giáo:

“Vô Minh” theo thuật ngữ Bắc Phạn là ‘Avidya’ có nghĩa là mê mờ. Trong Phật giáo, vô minh là không biết hay mù quáng hay sự cuồng si của tâm thức, không có khả năng phân biệt về tính thường hằng và tính không thường hằng. Vô minh là sự ngu dốt về Tứ Diệu Đế, Tam bảo, Luật Nhân quả, v.v. Avidya là giai đoạn đầu tiên của Thập nhị nhân duyên dẫn đến mọi rắc rối trên đời và là gốc rễ của mọi độc hại trên đời. Đây là yếu tố chính làm vướng víu chúng sanh trong vòng luân hồi sanh tử. Theo nghĩa của Phật giáo, Avidya chỉ việc thiếu hiểu biết về tứ diệu đế, nghiệp báo, nhân duyên, và những giáo thuyết chủ yếu trong Phật giáo. Theo trường phái Trung Quán, “vô minh” chỉ trạng thái của một tinh thần bị những thiên kiến và những định kiến thống trị khiến cho mọi người tự mình dựng lên một thế giới lý tưởng lẫn lộn hình thức và tính đa dạng với hiện thực thường ngày, hạn chế cách nhìn đối với hiện thực. Vô minh là sự không am hiểu bản tính thật của thế giới là hư không và hiểu sai thực chất của các hiện tượng. Như vậy vô minh có hai chức năng: một là che dấu bản chất thật, và hai là dựng lên một hiện thực hư ảo. “Vô minh” được coi như là hiện thực ước lệ. Theo các phái Kinh Lượng Bộ và Tỳ Bà Sa Luận Bộ, “vô minh” là một cách nhìn thống nhất và thường hằng đối với thế giới, trong khi thật ra thế giới là đa dạng và không thường hằng. “Vô minh” là lẫn lộn bản chất của thế giới với những vẻ bên ngoài. Theo quan điểm của trường phái Du Già, “vô minh” coi đối tượng như một đơn vị độc lập với ý thức, nhưng trong hiện thực, nó giống như ý thức.

Vô minh là không giác ngộ, là mắc xích thứ nhất hay mắt xích cuối cùng trong Thập Nhị Nhân Duyên. Vô minh là cái tâm ám độn, không chiếu rọi được rõ ràng sự lý của các pháp. Vô minh không biết gì đến con đường thoát khổ là một trong ba lậu hoặc nuôi dưỡng dòng sanh tử luân hồi. Vô minh là nguyên nhân chính của sự không giác ngộ của

chúng ta. Vô minh chỉ là giả tướng nên nó chịu ảnh hưởng của sanh, diệt, tăng, giảm, uế, tịnh, vân vân. Có khi Vô minh có nghĩa là ảo tưởng. Nghĩa là bóng tối hoàn toàn không có ánh chiếu sáng. Vô minh là lầm cái dường như với cái thật là, hay hiện tượng ảo tưởng mà cho là thực tại. Vô minh chính là nguyên nhân của, sanh, lão, lo âu, sầu muộn, khổ sở, bệnh hoạn, và chết chóc. Vô minh là một trong ba ngọn lửa cần phải dập tắt trước khi bước chân vào Niết bàn. Đây là trạng thái sai lầm của tâm làm khởi dậy sự tin tưởng về bản ngã.

Trong nhà Thiền, vô minh là nhìn mọi sự mọi vật không đúng như thật. Không hiểu sự thật về cuộc đời. Chừng nào mà chúng ta không phát triển tâm mình để đạt được trí tuệ chừng đó chúng ta vẫn vô minh về bản chất đúng của sự vật. Theo Phật giáo, vô minh có nghĩa là coi cái ngã hay cái ta là thật. Vì si mê mà người ta không thấy được cái nhìn như thị, không thể phân biệt đúng sai. Ngu si làm cho người ta mù quáng về chấp ngã, chấp pháp là những thứ vô thường, luôn thay đổi và hoại diệt. Khi giận dữ đã khởi lên thì con người sẽ không còn gì ngoài “si mê.” Để triệt tiêu si mê bạn nên thiền quán “nhân duyên.” Tất cả những vấn đề khó khăn của chúng ta đều bắt nguồn từ vô minh và mê hoặc. Vô minh là bợn nhơ đứng hàng đầu. Tham lam, sân hận, ngã mạn và rất nhiều bợn nhơ khác cùng phát sanh chung với vô minh. Giải pháp phải nằm trong những vấn đề ấy, và do đó, chúng ta không nên tách rời, chạy đi tìm ở đâu ngoài vấn đề. Phân tách và nghiên cứu cho tận tường chúng ta sẽ thấy rằng tất cả những vấn đề ấy đều là những vấn đề của kiếp nhân sinh, của con người, vậy thì chúng ta không nên đổ trách nhiệm cho ai khác hơn là con người. Những vấn đề thật sự chủ chúng ta phải được và chỉ được giải quyết bằng cách dứt bỏ những ảo kiến và những khái niệm sai lầm, và thu xếp nếp sống của chúng ta vào khuôn khổ điều hòa đồng nhịp với thực tại. Và điều này chỉ có thể thực hiện được qua thiền hành mà thôi. Vô minh còn là những tư tưởng và tác ý nào ngăn trở không cho chúng ta giải thoát. Nếu chúng ta muốn giải thoát khỏi những phiền trước này, trước tiên chúng ta phải thấy được mặt mũi của chúng qua Thiền định. Tương tự như những lời Phật dạy trong kinh điển mỗi khi gặp ma vương, Ngài liền bảo: “Ma Vương! Ra đã thấy mặt mũi của ngươi rồi”. Người tu tập thiền quán nên nhớ rằng mục tiêu của sự tu tập thiền quán theo đúng phương pháp là để loại trừ vô minh, khai mở chân tâm và duy trì chánh niệm. Qua thiền tập, chúng ta chú trọng vào sự việc với một ý thức

không xao lãng. Chúng ta cũng không suy nghĩ về việc gì, không phân tách, cũng không trôi lạt theo chư pháp, mà lúc nào cũng nhìn thấy được tự tánh của bất cứ việc gì đang xảy ra trong tâm mình. Nhờ đó mà tâm của chúng ta dần dần được soi sáng, có nghĩa là vô minh bị loại dần ra khỏi tâm ý của người tu tập thiền quán. Nếu bạn nghĩ rằng tâm của bạn có thể được khai mở bởi một vị thầy nào đó ngoài kia, tức là bạn chẳng bao giờ tu tập theo giáo lý nhà Phật cả. Nếu bạn nghĩ ai đó có thể phá vỡ vô minh cho bạn, bạn cũng chẳng phải là người Phật tử thuần thành.

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Vô Minh Trong Kinh Pháp Cú:

Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi khó ngửi Của Vô Minh. Vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Phẩm V, Phẩm Ngu, từ kệ số 60 đến kệ số 75, Đức Phật đã dạy: Đêm rất dài với những kẻ mất ngủ, đường rất xa với kẻ lữ hành mỗi một. Cũng thế, vòng luân hồi sẽ tiếp nối vô tận với kẻ ngu si không mình đạt chánh pháp (Pháp Cú 60). Không được kết bạn với kẻ hơn mình, không được kết bạn với kẻ ngang mình, thà quyết chí ở một mình tốt hơn kết bạn với người ngu muội (Pháp Cú 61). “Đây là con ta, đây là tài sản ta,” kẻ phàm phu thường lo nghĩ như thế, nhưng chẳng biết chính ta còn không thiệt có, huống là con ta hay tài sản ta? (Pháp Cú 62). Ngu mà tự biết ngu, tức là trí, ngu mà tự xưng rằng trí, chính đó mới thật là ngu (Pháp Cú 63). Người ngu suốt đời gần gũi người trí vẫn chẳng hiểu gì Chánh pháp, ví như cái muỗng múc canh luôn mà chẳng bao giờ biết được mùi vị của canh (Pháp Cú 64). Người trí dù chỉ gần gũi người trí trong khoảnh khắc cũng hiểu ngay được Chánh pháp, chẳng khác gì cái lưỡi dù mới tiếp xúc với canh trong khoảnh khắc, đã biết ngay được mùi vị của canh (Pháp Cú 65). Kẻ phàm phu không giác ngộ nên đi chung với cừu địch một đường. Cũng thế, những người tạo ác nghiệp nhất định phải cùng ác nghiệp đi đến khổ báo (Pháp Cú 66). Những người gây điều bất thiện, làm xong ăn năn khóc lóc, nhỏ lệ dầm dề, vì biết mình sẽ phải thọ lấy quả báo tương lai (Pháp Cú 67). Những người tạo các thiện nghiệp, làm xong chẳng chút ăn năn, còn vui mừng hơn hởi, vì biết mình sẽ thọ lấy quả báo tương lai (Pháp Cú 68). Khi ác nghiệp chưa thành thực, người ngu tưởng như đường mật, nhưng khi ác nghiệp

đã thành thực, họ nhứt định phải chịu khổ đặng cay (Pháp Cú 69). Từ tháng này qua tháng khác, với món ăn bằng đầu ngọn cỏ Cô-sa (cỏ thơm), người ngu có thể lấy để nuôi sống, nhưng việc làm ấy không có giá trị bằng một phần mười sáu của người tư duy Chánh pháp (Pháp Cú 70). Người cất sửa bờ, không phải chỉ sáng chiều đã thành ra vị để hồ được. Cũng thế, kẻ phàm phu tạo ác nghiệp tuy chẳng cảm thụ quả ác liền, nhưng nghiệp lực vẫn âm thầm theo họ như lửa ngún giữa tro than (Pháp Cú 71). Kẻ phàm phu, lòng thì muốn cầu được trí thức mà hành động lại dẫn tới diệt vong, nên hạnh phúc bị tổn hại mà trí tuệ cũng tiêu tan (Pháp Cú 72). Kẻ ngu xuẩn thường hay muốn danh tiếng mà mình không xứng: chỗ ngồi cao trong Tăng chúng, oai quyền trong Tăng lữ, danh vọng giữa các gia tộc khác (Pháp Cú 73). Hãy để cho người Tăng kẻ tục nghĩ rằng “sự nầy do ta làm, trong mọi việc lớn hay nhỏ đều do nơi ta cả.” Kẻ phàm phu cứ tưởng lầm như thế, nên lòng tham lam ngạo mạn tăng hoài (Pháp Cú 74). Một đàng đưa tới thế gian, một đàng đưa tới Niết bàn, hàng Tỳ kheo đệ tử Phật, hãy biết rõ như thế, chớ nên tham đắm lợi lạc thế gian để chuyên chú vào đạo giải thoát (Pháp Cú 75).

Chương Năm Mười Tám

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Mười Thứ Độc Tham-Sân-Si-Mạn-Nghi-Tà Kiến-Sát-Đạo- Dâm-Vọng Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Mười Thứ Độc Tham-Sân-Si-Mạn-Nghi-Tà Kiến-Sát-Đạo-Dâm-Vọng Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Thông thường mà nói, tu tập đối với người xuất gia trong các chùa viện còn tương đối đơn giản và dễ dàng hơn so với những người tại gia, vì ngày ngày ngoài xã hội người tại gia luôn phải đương đầu với mười tên giặc, kể cả thù trong lẫn giặc ngoài: tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng, những thứ lúc nào cũng chực chờ hãm hại và phá nát đường tu của chúng ta. Tuy nhiên, theo giáo thuyết nhà Phật, có tám vị thầy giúp cho chúng ta quán sát những tội lỗi có thể tránh được và những điều không thể tránh khỏi trong cuộc sống hằng ngày của chúng ta: sát (kẻ sát nhân), đạo (kẻ cướp), dâm (kẻ tà dâm), vọng (kẻ láo khoét), ầm tửu (kẻ say sưa), lão (người già cả), bệnh (người ốm đau), và tử (người chết). Như vậy, trong mười tên giặc vừa kể, đã có tới bốn tên mà Phật giáo cho là những bậc thầy của hành giả rồi. Đối với người tu tập trí tuệ, nếu không đoạn trừ những tên giặc này, khó lòng mà có được một thứ trí tuệ chân chính. Phải thực tình mà nói, không riêng gì Phật tử, mà cả thế giới mang ơn đức Phật nơi việc Ngài là người đầu tiên chỉ ra con đường giải thoát cho con người, thoát khỏi những ma chướng trói buộc của tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng... Gọi chúng là giặc bởi chúng hay cướp của công đức, giết hại mạng sống trí huệ của người tu. Trong giáo thuyết nhà Phật, giặc cướp cũng chỉ cho những duyên phá hoại làm hành giả thối thất đạo tâm, cuồng loạn mất chánh niệm, hoặc sanh tà kiến làm điều ác, rồi kết cuộc bị sa đọa. Ngoài việc cố gắng ngăn ngừa những tên giặc tham, sân, si... Hành giả tu Phật nên luôn giữ gìn giới hạnh một cách nghiêm chỉnh, phải hiểu rõ đạo lý, khéo phân biệt tướng chánh tà, chân, vọng, ý chí mạnh mẽ vững bền, và phải biết nương nơi bậc thiện

tri thức thông kinh điển, đã có kinh nghiệm tu tập nhiều năm để nhờ sự hướng dẫn.

Giặc phiền não có rất nhiều, nói rộng thì đến 84 ngàn, nhưng nói hẹp thì có 10 loại giặc phiền não gốc. Theo Phật giáo, ngoài mười tên giặc Tham-Sân-Si-Mạn-Nghi-Tà Kiến-Sát-Đạo-Dâm-Vọng này ra, không có ai là kẻ thù của mình cả. Đây là mười kẻ thù độc hại nhất trong cuộc sống tu hành vì mười tên giặc này chẳng những gây phiền chuốc nã cho ta, mà còn ngăn chặn không cho chúng ta hưởng được hương vị thanh lương giải thoát. *Thứ nhất là “Tham Lam”*: Tham lam là sợi dây trói tham ái và chấp thủ buộc chúng ta vào ngục tù sanh tử. Nói cách khác, tham ái là gốc rễ ngăn cản chúng ta không phát sanh động lực từ bỏ sanh tử, mà còn là một trong những yếu tố chính trói buộc chúng ta vào sanh tử. Để đối trị tham ái, hãy thiền quán về sự bất tịnh của thân xác. Khi chúng ta bị ràng buộc vào một người nào chẳng hạn, hãy quán sát người ấy chỉ là một cái túi đựng những thứ ô uế. Khi ấy sự tham ái và chấp thủ của chúng ta sẽ giảm thiểu. *Thứ nhì là “Sân Hận”*: Sân hận hay giận dữ là tâm bị dao động mạnh khi thấy một cái gì khó chịu. Đối tượng của giận dữ có thể là những hữu tình hay vật vô tri; khi chúng ta vướng mắc vào chúng thì tâm chúng ta hoàn toàn bối rối, bị quấy rầy và chúng ta chỉ muốn làm hại chúng mà thôi. Tai hại của sự giận dữ thật lớn, vì nó có thể phá tan những công đức của chúng ta. Chính sự giận dữ làm cho người ta giết hại, đánh đập và đâm chém lẫn nhau. *Thứ ba là “Si Mê”*: Si Mê có nghĩa là vô minh hay bất giác là ngược lại với sự hiểu biết. Trong đạo Phật, vô minh là không biết, không thấy, không hiểu, không am tường chân lý, vân vân. Người nào bị vô minh che lấp thì dầu cho mắt sáng mà cũng như mù, vì người ấy không thấy bản chất thật của vạn hữu, không am tường chân lý nhân quả, vân vân. Vô minh là gốc rễ của mọi khổ đau phiền não. *Thứ tư là “Kiêu Mạn”*: Kiêu mạn là quan niệm tự thổi phồng mình lên. Khi chúng ta nhìn xuống từ một đỉnh núi thì mọi sự ở dưới thấp đều như nhỏ lại. Khi chúng ta tự cho mình cao hơn thiên hạ, và có một cái nhìn tự thổi phồng mình lên, tức là chúng ta tự khoác lên cho mình một sắc thái cao vượt. Thật khó cho một người mang tánh kiêu mạn tu tập, vì dù cho vị thầy có dạy gì cho người ấy cũng không lợi ích gì. Sự kiêu ngạo nghĩa là sự kiêu căng sai lầm, nghĩ rằng mình đúng dù mình sai trái, nghĩ rằng mình giỏi dù trên thực tế mình dở tệ. Kiêu mạn cũng có nghĩa là tự phụ do cái ảo tưởng cho rằng mình thông hiểu những gì

người khác khó mà hiểu được. Sự kiêu ngạo là một trong những chướng ngại chính trong việc tu tập của chúng ta. Trong khi tu đạo, chúng ta cần phải có đủ trí huệ chân chánh. Người có trí huệ chân chánh không bao giờ tự khen ngợi chính mình và hủy báng người khác. Những con người ấy không bao giờ nói mình thanh cao, còn người khác thì tệ hại, bần tiện. Trong đạo Phật, những kẻ ngã mạn, tự khen mình chê người không còn đường tiến tu, tuy họ sống mà như đã chết vì họ đã đi ngược lại với đạo đức của một người con Phật. *Thứ năm là “Hoài Nghi”*: Hoài nghi hay nghi hoặc. Nghi nghĩa là không tin hay không quyết định được. Hoài nghi có nghĩa là hoài nghi về mặt tinh thần. Theo quan điểm Phật giáo thì hoài nghi là thiếu khả năng tin tưởng nơi Phật, Pháp, Tăng. Hoài nghi là một trong những căn bản phiền não gây ra đau khổ. Một trong năm chướng ngại mà người ta phải trút bỏ trên đường nhập Thánh. Thuật ngữ “Vichikiccha” là từ Nam Phạn (Pali) là phối hợp của “Vi”, có nghĩa là không, và “cikiccha” có nghĩa là thuốc chữa. Thật vậy, một người ở ở trong tình trạng hoài nghi thật sự là một con người đang bị một chứng bệnh tàn khốc nhất, trừ khi anh ta buông bỏ mối hoài nghi của mình, bằng không anh ta vẫn phải tiếp tục lo âu và đau khổ về chứng bệnh tàn khốc này. Bao lâu con người còn phải chịu tình trạng khó chịu tinh thần này, tình trạng lưỡng lự không quyết đoán được này, con người ấy sẽ vẫn tiếp tục có thái độ hoài nghi về mọi việc mà điều này được xem là bất lợi nhất cho việc tu tập. Các nhà chú giải giải thích tâm triền cái này như là sự không có khả năng quyết định điều gì một cách rõ rệt, nó cũng bao gồm cả sự hoài nghi về khả năng có thể chứng đắc các thiền nữa. Nghi ngờ là chuyện tự nhiên. Mọi người đều bắt đầu với sự nghi ngờ. Chúng ta sẽ học được ở sự hoài nghi nhiều điều lợi lạc. Điều quan trọng là đừng đồng hóa mình với sự hoài nghi. Nghĩa là đừng chụp lấy nó, đừng bám víu vào nó. Dính mắc và hoài nghi sẽ khiến chúng ta rơi vào vòng lẩn quẩn. Thay vào đó, hãy theo dõi toàn thể tiến trình của hoài nghi, của sự biến hoại. Hãy nhìn xem ai đang hoài nghi. Hoài nghi đến và đi như thế nào. Làm được như vậy, chúng ta sẽ không còn là nạn nhân của sự hoài nghi nữa. Chúng ta sẽ vượt ra khỏi sự nghi ngờ và tâm chúng ta sẽ yên tĩnh. Lúc bấy giờ chúng ta sẽ thấy mọi chuyện đến và đi một cách rõ ràng. Tóm lại, hãy để cho mọi sự bám víu, dính mắc của chúng ta trôi đi; chú tâm quan sát sự nghi ngờ; đó là cách hiệu quả nhất để chấm dứt hoài nghi. Chỉ cần đơn thuần chú tâm quan sát hoài nghi,

hoài nghi sẽ biết mất. *Thứ sáu là “Tà Kiến”*: Theo Phật giáo, tà kiến là không thừa nhận nhân quả, không theo Phật pháp, một trong ngũ kiến và thập ác. Tà kiến này khởi lên từ quan niệm lầm lẫn về bản chất thật của sự hiện hữu. Trong thời Đức Phật còn tại thế, có ít nhất là 62 tà kiến ngoại đạo. Phật giáo nhấn mạnh trên thuyết nhân quả. Hiểu được thuyết nhân quả là đã giải được phần lớn câu hỏi về nguồn gốc của khổ đau phiền não. Không hiểu hay không chịu hiểu thuyết nhân quả là một loại tà kiến trong Phật giáo. Theo Đức Phật, chúng sanh phải chịu đựng khổ đau phiền não vì tham lam, sân hận và si mê, và nguyên nhân của những điều độc hại này chẳng những là vô minh mà còn do tà kiến nữa. Tà kiến cũng có nghĩa là phủ nhận sự hiện hữu của hiện tượng và bám vào chủ nghĩa hoàn toàn hủy diệt, nghĩa là khi chết là chấm dứt tất cả, đối lại với chủ trương cho rằng thân tâm là thường trụ bất diệt; cả hai đều là tà kiến. *Thứ bảy là “Sát sanh”*: Đây là một trong mười ác nghiệp, giết hại mạng sống của loài hữu tình. Theo Đức Phật và Phật Pháp của Hòa Thượng Narada, sát sanh là cố ý giết chết một chúng sanh. Trong Phạn ngữ, “Panatipata,” pana có nghĩa là đời sống tâm vật lý của một chúng sanh. Xem thường đời sống, tiêu diệt, cắt đứt, ngăn chặn sức tiến của năng lực một đời sống, không cho nó tiếp tục trôi chảy là panatipata. Pana còn có nghĩa là cái gì có hơi thở. Do đó tất cả những động vật, kể cả loài thú, đều được xem là sát sanh. Cây cỏ không được xem là “sinh vật” vì chúng không có phần tinh thần. Tuy nhiên, chư Tăng Ni cũng không được phép hủy hoại đời sống của cây cỏ. Giới này không áp dụng cho những cư sĩ tại gia. Theo giáo thuyết nhà Phật thì giết người là phạm trọng giới, giết bất cứ loài sinh vật nào cũng đều phạm khinh giới. Tự vẫn cũng đưa đến những hình phạt nặng nề trong kiếp lai sanh. *Thứ tám là “Trộm cắp”*: Trộm cắp là lấy bất cứ thứ gì mà không được cho bởi chủ nhân hay trộm cắp cũng sai ngay cả về mặt pháp lý. Đạo hay Trộm Cắp, một trong bốn trọng tội trong Phật giáo. Trộm cắp là lấy những gì mà người ta không cho, kể cả việc không đóng thuế hay tiền lệ phí mà mình phải trả, hay mượn đồ mà không trả, hay lấy những vật dụng từ sở làm để dùng cho cá nhân mình. Vị Tỳ Kheo hay Tỳ Kheo Ni nào trộm cắp hay xâm phạm tài sản của người khác, dù là của tư hay của công, đều phạm một trong bốn giới Rơi Rụng. Vị ấy không còn xứng đáng làm Tăng hay làm Ni trong giáo đoàn nữa. *Thứ chín là “Dâm Dục”*: Dâm là giới thứ ba trong ngũ giới cho hàng tại gia, cấm ham muốn nhiều về sắc dục

hay tà hạnh với người không phải là vợ chồng của mình. Giới thứ ba trong mười giới trọng cho hàng xuất gia trong Kinh Phạm Võng, cắt đứt mọi ham muốn về sắc dục. Người xuất gia phạm giới dâm dục tức là phạm một trong tứ đọa, phải bị trục xuất khỏi giáo đoàn vĩnh viễn. Vị Tỳ Kheo hay Tỳ Kheo Ni nào làm việc dâm dục, dù với người nữ hay người nam, dù có hay không có sự đồng ý của người này, vị ấy phạm vào giới thứ nhất của bốn giới Rơi Rụng. Vị này không còn xứng đáng làm một Tỳ Kheo hay Tỳ Kheo Ni trong Tăng đoàn hay Ni đoàn nữa. Vị Tỳ Kheo nào chủ ý dâm dục mà nói với người nữ hoặc người nam nên có quan hệ tình dục với mình, vị ấy phạm giới Tăng thân giải cứu. Vị Tỳ Kheo Ni nào có chủ ý dâm dục, với người nam hay người nữ, là phạm một trong tám giới Rơi Rụng. Vị ấy không còn xứng đáng làm Tỳ Kheo Ni và không thể tham dự vào những sinh hoạt của giáo đoàn nữa. Dùng lời nói hay cử chỉ có tác dụng kích động dâm tính, là phạm giới Rơi Rụng thứ bảy. Bảo rằng mình sẵn sàng trao hiến tình dục cho người kia, là phạm giới Rơi Rụng. *Thứ mười là “Nói dối”*: Nói dối có nghĩa là nói thành lời hay nói bằng cách gật đầu hay nhún vai để diễn đạt một điều gì mà chúng ta biết là không đúng sự thật. Tuy nhiên, khi nói thật cũng phải nói thật một cách sáng suốt kết hợp với tâm từ ái. Thật là thiếu lòng từ bi và u mê khi thật thà nói cho kẻ sát nhân biết về chỗ ở của nạn nhân mà hắn muốn tìm, vì nói thật như thế có thể đưa đến cái chết cho nạn nhân. Theo Kinh Pháp Cú, câu 306, Đức Phật dạy: “Thường nói lời vọng ngữ thì sa đọa; có làm mà nói không, người tạo hai nghiệp ấy, chết cũng đọa địa ngục.”

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Mười Thứ Độc Tham-Sân-Si-Mạn-Nghi-Tà Kiến-Sát-Đạo-Dâm-Vọng Trong Kinh Pháp Cú:

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Pháp Cú lúc nào cũng sẵn sàng triệt tiêu cái mùi khó ngửi của Mười Thứ Độc Tham-Sân-Si-Mạn-Nghi-Tà Kiến-Sát-Đạo-Dâm-Vọng. Vì vậy, về Tham Dục & Ái Dục, trong Kinh Pháp Cú, Phẩm V, Phẩm Ngu, Đức Phật đã dạy: Trong Kinh Pháp Cú, đức Phật dạy: Một đàng đưa tới thế gian, một đàng đưa tới Niết bàn, hàng Tỳ kheo đệ tử Phật, hãy biết rõ như thế, chớ nên tham đắm lợi lạc thế gian để chuyên chú vào đạo giải thoát (Pháp Cú 75). *Trong Phẩm XV, Phẩm Lạc, Đức Phật đã dạy:* Sung sướng thay chúng ta sống không tham dục giữa những người tham

dục; giữa những người tham dục, chúng ta sống không tham dục (Pháp Cú 199). *Trong Phẩm XVI, Phẩm Hỷ Ái, Đức Phật đã dạy:* Từ tham dục sinh lo, từ tham dục sinh sợ; xa lìa hết tham dục, chẳng còn lo sợ gì (Pháp Cú 214). Từ lạc dục sinh lo, từ lạc dục sinh sợ; xa lìa hết lạc dục, chẳng còn lo sợ gì (Pháp Cú 215). *Trong Phẩm XVIII, Phẩm Cấu Uế, Đức Phật đã dạy:* Không lửa nào dữ bằng lửa tham dục, không cố chấp nào bền bằng tâm sân giận, không lưới nào trói buộc bằng lưới ngu si, không giòng sông nào đắm chìm bằng sông ái dục (Pháp Cú 251). *Trong Phẩm XIX, Phẩm Pháp Trụ, Đức Phật đã dạy:* Người vọng ngữ về pháp giới, dù cạo tóc chưa phải là sa-môn; huống còn chất đầy tham dục, làm sao thành được bậc sa-môn? (Pháp Cú 264). *Trong Phẩm XXI, Phẩm Tạp, Đức Phật đã dạy:* Xuất gia dứt hết tham dục là khó, tại gia theo đường sinh hoạt là khó, không phải bận mà chung ở là khổ, qua lại trong vòng luân hồi là khổ. Vậy các người hãy giác ngộ để đứng qua lại trong vòng thống khổ ấy (Pháp Cú 302). *Trong Phẩm XXIV, Phẩm Ái Dục, Đức Phật đã dạy:* Nếu ở thế gian này mà bị ái dục buộc ràng, thì những điều sầu khổ càng tăng mãi như loài cỏ tỳ-la gặp mưa (Pháp Cú 335). Nếu ở thế gian này, mà hàng phục được những ái dục khó hàng phục, thì sầu khổ tự nhiên rụng tàn như nước ngọt lá sen (Pháp Cú 336). Đây là sự lành mà Ta bảo với các người: “Các người hãy dồn sức vào để nhổ sạch gốc ái dục, như người muốn trừ sạch giống cỏ tỳ-la phải nhổ hết gốc nó. Các người chớ lại để bị ma làm hại như loài cỏ lau gặp cơn hồng thủy!” (Pháp Cú 337). Đốn cây mà chưa đào hết gốc rễ thì tước vẫn ra hoài, đoạn trừ ái dục mà chưa sạch căn gốc thì khổ não vẫn nảy sinh trở lại mãi (Pháp Cú 338). Những người có đủ 36 dòng ái dục, họ mạnh mẽ dong ruổi theo dục cảnh chẳng chút ngại ngùng, bởi vậy người đã có tâm tà kiến, hằng bị những tư tưởng ái dục làm trôi dạt hoài (Pháp Cú 339). Lòng ái dục tuôn chảy khắp nơi như giống cỏ man-la mọc tràn lan mặt đất. Người hãy xen giống cỏ đó để dùng tuệ kiếm đoạn hết căn gốc ái dục đi (Pháp Cú 340). Người đời thường vui thích theo ái dục, ưa dong ruổi lục trần, tuy họ có hưởng cầu an lạc mà vẫn bị quanh quẩn trong chốn trầm luân (Pháp Cú 341). Những người trì trệ theo ái dục khác nào thả bị sa lưới. Càng buộc ràng với phiền não, càng chịu khổ lâu dài (Pháp Cú 342). Những người trì trệ theo ái dục, khác nào thả bị sa lưới. Hàng Tỳ kheo vì cầu vô dục nên phải trước tự gắt lìa dục (Pháp Cú 343). Người đã lìa dục xuất gia, lại tìm vui ở chốn sơn lâm, khác

nào trở lại nhà; người hãy xem hạng người đó, kẻ đã được mở ra rồi lại tự trói vào! (Pháp Cú 344). Đối với người trí, sự trói buộc bằng dây gai, bằng cây, bằng sắt chưa phải kiên cố, chỉ có lòng luyến ái vợ con tài sản mới thật sự là sự trói buộc chắc bền (Pháp Cú 345). Những kẻ dắt người vào sa đọa, là như sự trói buộc chắc bền, nó hình như khoan dung hòa hoãn mà thật khó lòng thoát ra. Hãy đoạn trừ đừng dính mắc, xa lìa ái dục mà xuất gia (Pháp Cú 346). Những người say đắm theo ái dục, tự lao mình trong lưới buộc như nhện giăng tơ. Ai dứt được sự ràng buộc không còn dính mắc nữa, thì sẽ xa mọi thống khổ để ngao du tự tại (Pháp Cú 347). Bước tới chỗ cứu cánh thì không còn sợ hãi; xa lìa ái dục thì không còn nhiễm ô: nhỏ lấy mũi tên sanh hữu thì chỉ còn một thân này là cuối cùng, không bị tiếp tục sanh nữa (Pháp Cú 351). Xa lìa ái dục không nhiễm trước, thông đạt từ vô ngại, thấu suốt nghĩa vô ngại, và thứ lớp của tự cú, đó thật là bậc đại trí đại trượng phu, chỉ còn một thân này là cuối cùng, không bị tiếp tục sinh nữa (Pháp Cú 352). *Trong Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, Đức Phật đã dạy:* Tỳ kheo nào đoạn được năm điều phiền não: tham, sân, si, mạn, nghi; bỏ được năm điều: tham ái sắc, tham ái vô sắc, lừa đảo, phóng dật, và si mê; siêng tu năm điều: tín, tấn, niệm, định, huệ; vượt khỏi năm điều say đắm: tham ái, sân hận, si mê, tà kiến. Ta gọi là người đã vượt qua dòng nước lũ (Pháp Cú 370). *Trong Phẩm XXVI, Phẩm Bà La Môn, Đức Phật đã dạy:* Dừng cảm đoạn trừ dòng ái dục, các người mới là Bà-la-môn! Nếu thấu rõ các uẩn diệt tận, các người liền thấy được vô tác hay Niết bàn (Pháp Cú 383).” Từ lòng tham dục, sân nhuế, kiêu mạn cho đến lòng hư nguy đều thoát bỏ cả như bột cải không dính đầu mũi kim, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 407).

Về Sân Hận, Đức Phật dạy: “Giặc cướp công đức, không gì hơn sân hận. Vì khi tâm sân hận nổi lên thì chúng sanh lập tức tạo nghiệp, và do đó mà muôn ngàn chương ngại lập tức hiện ra, ngăn che Thánh đạo, lấp mờ Phật tánh. Cho nên nói ‘Nhứt niệm sân tâm khởi, bá vạn chương môn khai,’ nghĩa là chỉ vì một niệm giận tức mà phải lãnh chịu bao nhiêu chương nạn.” *Trong Kinh Pháp Cú, Phẩm VII, Phẩm A La Hán, Đức Phật đã dạy:* Những vị A-la-hán đã bỏ hết lòng sân hận, tâm như cõi đất bằng, lại chỉ thành kiên cố như nhân đà yết la, như ao báu không bùn, nên chẳng còn bị luân hồi xoay chuyển (Pháp Cú 95). *Trong Phẩm XIII, Phẩm Thế Gian, Đức Phật đã dạy:* Người sân tham không thể sanh lên cõi trời, người ngu si không ưa tán dương việc bố

thí, nhưng người trí thấy bố thí lại tùy hỷ công đức và tương lai họ sẽ dự hưởng phần an lạc (Pháp Cú 177). *Trong Phẩm XV, Phẩm Lạc, Đức Phật đã dạy:* Không lửa nào bằng lửa tham dục, không ác nào bằng ác sân si, không khổ nào bằng khổ ngũ ấm, và không vui nào bằng vui Niết bàn (Pháp Cú 202). *Trong Phẩm XVII, Phẩm Phẫn Nộ, Đức Phật đã dạy:* Xa bỏ lòng giận dữ, trừ diệt tánh kiêu căng, giải thoát mọi ràng buộc, không chấp trước danh sắc; người không có một vật chi ấy, sự khổ chẳng còn theo dõi được (Pháp Cú 221). Người nào ngăn được cơn giận dữ nổi lên như dừng được chiếc xe đang chạy mạnh, mới là kẻ chế ngự giỏi, ngoài ra chỉ là kẻ cầm cương hờ mà thôi (Pháp Cú 222). Lấy từ bi thắng nóng giận, lấy hiền lành thắng hung dữ, lấy bố thí thắng xan tham, lấy chơn thật thắng ngoa ngụy (Pháp Cú 223). Nói chơn thật, không giận hờn, đích thân bố thí cho người đến xin. Đó là ba việc lành đưa người đến cõi chư Thiên (Pháp Cú 224). Gìn giữ thân đừng nóng giận, điều phục thân hành động, xa lìa thân làm ác, dùng thân tu hạnh lành (Pháp Cú 231). Gìn giữ lời nói đừng nóng giận, điều phục lời nói chánh chơn, xa lìa lời nói thô ác, dùng lời nói tu hành (Pháp Cú 232). Gìn giữ ý đừng nóng giận, điều phục ý tinh thuần, xa lìa ý hung ác, dùng ý để tu chân (Pháp Cú 233). *Trong Phẩm XIX, Phẩm Pháp Trụ, Đức Phật đã dạy:* Chỉ nhờ trừ diệt tận gốc lòng sân hận, mới là người lương thiện (Pháp Cú 263). *Trong Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, Đức Phật đã dạy:* Tỳ kheo nào đoạn được năm điều phiền não: tham, sân, si, mạn, nghi; bỏ được năm điều: tham ái sắc, tham ái vô sắc, lừa đảo, phóng dật, và si mê; siêng tu năm điều: tín, tấn, niệm, định, huệ; vượt khỏi năm điều say đắm: tham ái, sân hận, si mê, tà kiến. Ta gọi là người đã vượt qua dòng nước lũ (Pháp Cú 370)."

Về Si Mê, trong Kinh Pháp Cú, Phẩm V, Phẩm Ngu, từ kệ số 60 đến kệ số 75, Đức Phật đã dạy: Đêm rất dài với những kẻ mất ngủ, đường rất xa với kẻ lữ hành mỗi mệt. Cũng thế, vòng luân hồi sẽ tiếp nối vô tận với kẻ ngu si không mình đạt chánh pháp (Pháp Cú 60). Không được kết bạn với kẻ hơn mình, không được kết bạn với kẻ ngang mình, thà quyết chí ở một mình tốt hơn kết bạn với người ngu muội (Pháp Cú 61). Đây là con ta, đây là tài sản ta," kẻ phàm phu thường lo nghĩ như thế, nhưng chẳng biết chính ta còn không thiệt có, huống là con ta hay tài sản ta? (Pháp Cú 62). Ngu mà tự biết ngu, tức là trí, ngu mà tự xưng rằng trí, chính đó mới thật là ngu (Pháp Cú 63). Người ngu suốt đời gần gũi người trí vẫn chẳng hiểu gì Chánh pháp, ví

như cái muỗng múc canh luôn mà chẳng bao giờ biết được mùi vị của canh (Pháp Cú 64). Người trí dù chỉ gần gũi người trí trong khoảnh khắc cũng hiểu ngay được Chánh pháp, chẳng khác gì cái lưỡi dù mới tiếp xúc với canh trong khoảnh khắc, đã biết ngay được mùi vị của canh (Pháp Cú 65). Kẻ phàm phu không giác ngộ nên đi chung với cừu địch một đường. Cũng thế, những người tạo ác nghiệp nhất định phải cùng ác nghiệp đi đến khổ báo (Pháp Cú 66). Những người gây điều bất thiện, làm xong ăn năn khóc lóc, nhỏ lệ đầm đề, vì biết mình sẽ phải thọ lấy quả báo tương lai (Pháp Cú 67). Những người tạo các thiện nghiệp, làm xong chẳng chút ăn năn, còn vui mừng hơn hở, vì biết mình sẽ thọ lấy quả báo tương lai (Pháp Cú 68). Khi ác nghiệp chưa thành thực, người ngu tưởng như đường mật, nhưng khi ác nghiệp đã thành thực, họ nhứt định phải chịu khổ đắng cay (Pháp Cú 69). Từ tháng này qua tháng khác, với món ăn bằng đầu ngọn cỏ Cô-sa (cỏ thơm), người ngu có thể lấy để nuôi sống, nhưng việc làm ấy không có giá trị bằng một phần mười của người tư duy Chánh pháp (Pháp Cú 70). Người cất sữa bò, không phải chỉ sáng chiều đã thành ra vị để hồ được. Cũng thế, kẻ phàm phu tạo ác nghiệp tuy chẳng cảm thụ quả ác liền, nhưng nghiệp lực vẫn âm thầm theo họ như lửa ngùn giữa tro than (Pháp Cú 71). Kẻ phàm phu, lòng thì muốn cầu được trí thức mà hành động lại dẫn tới diệt vong, nên hạnh phúc bị tổn hại mà trí tuệ cũng tiêu tan (Pháp Cú 72). Kẻ ngu xuẩn thường hay muốn danh tiếng mà mình không xứng: chỗ ngồi cao trong Tăng chúng, oai quyền trong Tăng lữ, danh vọng giữa các gia tộc khác (Pháp Cú 73). Hãy để cho người Tăng kẻ tục nghĩ rằng “sự này do ta làm, trong mọi việc lớn hay nhỏ đều do nơi ta cả.” Kẻ phàm phu cứ tưởng lầm như thế, nên lòng tham lam ngạo mạn tăng hoài (Pháp Cú 74). Một đảng đưa tới thế gian, một đảng đưa tới Niết bàn, hàng Tỳ kheo đệ tử Phật, hãy biết rõ như thế, chớ nên tham đắm lợi lạc thế gian để chuyên chú vào đạo giải thoát (Pháp Cú 75). *Trong Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, Đức Phật đã dạy:* Tỳ kheo nào đoạn được năm điều phiền não: tham, sân, si, mạn, nghi; bỏ được năm điều: tham ái sắc, tham ái vô sắc, lừa đảo, phóng dật, và si mê; siêng tu năm điều: tín, tấn, niệm, định, huệ; vượt khỏi năm điều say đắm: tham ái, sân hận, si mê, tà kiến. Ta gọi là người đã vượt qua dòng nước lũ (Pháp Cú 370)."

Về Ngã Mạn Cống Cao, trong Kinh Pháp Cú, Phẩm V, Phẩm Ngu, Đức Phật đã dạy: Kẻ ngu xuẩn thường hay muốn danh tiếng mà

mình không xứng: chỗ ngồi cao trong Tăng chúng, oai quyền trong Tăng lữ, danh vọng giữa các gia tộc khác (Pháp Cú 73). Hãy để cho người Tăng kẻ tục nghĩ rằng “sự này do ta làm, trong mọi việc lớn hay nhỏ đều do nơi ta cả.” Kẻ phàm phu cứ tưởng lầm như thế, nên lòng tham lam ngạo mạn tăng hoài (Pháp Cú 74). *Trong Phẩm VII, Phẩm A La Hán, Đức Phật đã dạy:* Những vị A-la-hán đã tịch tịnh được các căn, như tên kỵ mã đã điều luyện được ngựa lành, nên không còn phiền não ngã mạn và được các hàng như thiên kính mộ (Pháp Cú 94). *Trong Phẩm XVIII, Phẩm Cấu Uế, Đức Phật đã dạy:* Sống không biết xấu hổ, sống lỗ mãng trơ trẽn như quạ điều, sống chê bai kẻ khác, sống đại đờm khoa trương, sống ngạo mạn tà ác, sống như thế ấy chẳng khó khăn gì (Pháp Cú 244). Sống biết hổ thẹn, thường cầu thanh tịnh, sống không đam mê dục lạc, sống khiêm tốn, sống trong sạch, sống dồi dào kiến thức, sống như thế mới thật khó làm (Pháp Cú 245). *Trong Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, Đức Phật đã dạy:* Tỳ kheo nào đoạn được năm điều phiền não: tham, sân, si, mạn, nghi; bỏ được năm điều: tham ái sắc, tham ái vô sắc, lừa đảo, phóng dật, và si mê; siêng tu năm điều: tín, tấn, niệm, định, huệ; vượt khỏi năm điều say đắm: tham ái, sân hận, si mê, tà kiến. Ta gọi là người đã vượt qua dòng nước lũ (Pháp Cú 370).”

Về Nghi: Trong các kinh điển Phật giáo, đức Phật thường dạy rằng nghi ngờ là chuyện tự nhiên. Mọi người đều bắt đầu với sự nghi ngờ. Chúng ta sẽ học được ở sự hoài nghi nhiều điều lợi lạc. Điều quan trọng là đừng đồng hóa mình với sự hoài nghi. Nghĩa là đừng chụp lấy nó, đừng bám víu vào nó. Dính mắc và hoài nghi sẽ khiến chúng ta rơi vào vòng lẩn quẩn. Thay vào đó, hãy theo dõi toàn thể tiến trình của hoài nghi, của sự băn khoăn. Hãy nhìn xem ai đang hoài nghi. Hoài nghi đến và đi như thế nào. Làm được như vậy, chúng ta sẽ không còn là nạn nhân của sự hoài nghi nữa. Chúng ta sẽ vượt ra khỏi sự nghi ngờ và tâm chúng ta sẽ yên tĩnh. Lúc bấy giờ chúng ta sẽ thấy mọi chuyện đến và đi một cách rõ ràng. Tóm lại, hãy để cho mọi sự bám víu, dính mắc của chúng ta trôi đi; chú tâm quan sát sự nghi ngờ; đó là cách hiệu quả nhất để thấy rõ bản chất thật của hoài nghi. Chỉ cần đơn thuần chú tâm quan sát hoài nghi, hoài nghi sẽ biến mất. Nói tóm lại, thấy được bản chất thật của hoài nghi sẽ đưa hành giả đến chỗ buông bỏ. Mà thật vậy, trừ phi hành giả tu Phật thấy được bản chất thật của hoài nghi, nếu không là không bao giờ buông bỏ được chúng. Hành giả phải luôn

cố gắng lắng nghe lời Phật dạy về hoài nghi để không bị vướng mắc những khổ đau và phiền não trên đường tu tập của mình. **Trong Kinh Pháp Cú, Phẩm III, Phẩm Tâm, Đức Phật đã dạy:** Người tâm không an định, không hiểu biết chánh pháp, không tín tâm kiên cố, thì không thể thành tựu được trí tuệ cao (Pháp Cú 38). **Trong Phẩm XXIII, Phẩm Voi, Đức Phật đã dạy:** Già vẫn sống đức hạnh là vui, thành tựu chánh tín là vui, đầy đủ trí tuệ là vui, không làm điều ác là vui (Pháp Cú 333). **Trong Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, Đức Phật đã dạy:** Tỳ kheo nào đoạn được năm điều phiền não: tham, sân, si, mạn, nghi; bỏ được năm điều: tham ái sắc, tham ái vô sắc, lừa đảo, phóng dật, và si mê; siêng tu năm điều: tín, tấn, niệm, định, huệ; vượt khỏi năm điều say đắm: tham ái, sân hận, si mê, tà kiến. Ta gọi là người đã vượt qua dòng nước lũ (Pháp Cú 370).

Về Tà Kiến: Theo Kinh Ví Dụ Con Rắn trong Trung Bộ Kinh, Đức Phật đã dạy: “Người nào nghe Như Lai hay đệ tử Như Lai thuyết pháp để bạt trừ tất cả kiến xứ, cố chấp, thiên chấp, thiên kiến, tùy miên, sự tịnh chỉ mọi hành động, sự từ bỏ mọi sanh y, sự diệt trừ khát ái để đưa đến ly tham, đoạn diệt, Niết Bàn. Vĩ ấy nghĩ rằng chắc chắn ta sẽ bị đoạn diệt, chắc chắn ta sẽ bị hoại diệt, chắc chắn ta sẽ không tồn tại. Vĩ ấy không sầu muộn, không than vãn, không khóc lóc; vĩ ấy không đắm ngực, không đi đến bất tỉnh.” **Trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XXII, Phẩm Địa Ngục, Đức Phật đã dạy:** Không đáng hổ lại hổ, việc đáng hổ lại không, cứ ôm tà kiến ấy, địa ngục khó lánh xa (Pháp Cú 316). Không đáng sợ lại sợ, việc đáng sợ lại không, cứ ôm tà kiến ấy, địa ngục khó lánh xa (Pháp Cú 317). Không lỗi tưởng là lỗi, có lỗi lại tưởng không, cứ ôm tà kiến ấy, địa ngục khó lánh xa (Pháp Cú 318). Lỗi biết rằng lỗi, không lỗi biết rằng không lỗi, giữ tâm chánh kiến ấy, đường lành thấy chẳng xa (Pháp Cú 319). **Trong Phẩm XXIV, Phẩm Ái Dục, Đức Phật đã dạy:** Những người có đủ 36 dòng ái dục, họ mạnh mẽ dong ruổi theo dục cảnh chẳng chút ngại ngùng, bởi vậy người đã có tâm tà kiến, hằng bị những tư tưởng ái dục làm trôi dạt hoài (Pháp Cú 339). **Trong Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, Đức Phật đã dạy:** Tỳ kheo nào đoạn được năm điều phiền não: tham, sân, si, mạn, nghi; bỏ được năm điều: tham ái sắc, tham ái vô sắc, lừa đảo, phóng dật, và si mê; siêng tu năm điều: tín, tấn, niệm, định, huệ; vượt khỏi năm điều say đắm: tham ái, sân hận, si mê, tà kiến. Ta gọi là người đã vượt qua dòng nước lũ (Pháp Cú 370).”

Về Sát Sanh, trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XVIII, Phẩm Cấu Uế, Đức Phật đã dạy: Trong thế gian này, ai hay sát sinh, hay nói dối, hay lấy cắp, hay phạm dâm, hay rượu chè say sưa (Pháp Cú 246). Ai có các hành vi đó, tức đã tự đào bỏ thiện căn của mình ngay ở cõi đời này (Pháp Cú 247). *Trong Phẩm XXVI, Phẩm Bà La Môn, Đức Phật đã dạy:* Thả bỏ con dao sát hại đối với bất luận loài nào, lớn hay nhỏ, mà đã người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 405)."

Về Trộm Đạo, trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XVIII, Phẩm Cấu Uế, Đức Phật đã dạy: Trong thế gian này, ai hay sát sinh, hay nói dối, hay lấy cắp, hay phạm dâm, hay rượu chè say sưa (Pháp Cú 246). *Trong Phẩm XXVI, Phẩm Bà La Môn, Đức Phật đã dạy:* Đối với bất luận vật gì xấu hay tốt, dài hay ngắn, thô hay tế mà người ta không cho thì không bao giờ lấy, người như thế, Ta gọi là Bà-la-môn (Pháp Cú 409)."

Về Dâm Dục, trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XIV, Phẩm Phật Đà, Đức Phật đã dạy: Giả sử mưa xuống bạc vàng cũng chẳng thỏa mãn được lòng tham dục. Người trí đã biết rõ sự dâm dật vui ít khổ nhiều (Pháp Cú 186). *Trong Phẩm XVIII, Phẩm Cấu Uế, Đức Phật đã dạy:* Tà hạnh là vết nhơ của người đàn bà, xan lẫn là vết nhơ của sự bố thí; đối với cõi này hay cõi khác, thì tội ác lại chính là vết nhơ (Pháp Cú 242). Trong thế gian này, ai hay sát sinh, hay nói dối, hay lấy cắp, hay phạm dâm, hay rượu chè say sưa (Pháp Cú 246). *Trong Phẩm XXII, Phẩm Địa Ngục, Đức Phật đã dạy:* Buông lung theo tà dục, sẽ chịu bốn việc bất an: mắc tội vô phước, ngủ không yên, bị chê là vô luân, dọa địa ngục (Pháp Cú 309). Vô phước dọa ác thú bị khủng bố, ít vui, quốc vương kết trọng tội: đó là kết quả của tà dâm. Vậy chớ nên phạm đến (Pháp Cú 310)."

Về Vọng: Vào thời Đức Phật còn tại thế, một ngày nọ, có một người giận dữ với sắc mặt hung tợn đến gặp Đức Phật. Người ấy nói những lời nói cộc cằn thô lỗ với Phật. Đức Phật lắng nghe một cách thản nhiên, và không nói một lời nào. Cuối cùng khi người ấy ngưng nói, Đức Phật bèn hỏi: "Nếu có ai đó đem một vật gì đến cho ông mà ông không nhận, thì vật ấy thuộc về ai?" Người ấy trả lời: "Dĩ nhiên là vật ấy vẫn thuộc về người hồi đầu muốn cho." Đức Phật bèn nói tiếp: "Cũng như vậy với những lời mà ông vừa nói ban nãy, ta không muốn nhận, vậy chúng vẫn thuộc về ông. Ông phải tự giữ lấy chúng. Ta e rằng cuối cùng rồi ông sẽ gánh lấy khổ đau phiền não, vì kẻ ác thóa

mạ người hiền chỉ mang lấy khổ đau cho chính mình mà thôi. Cũng như một người muốn làm ô nhiễm bầu trời bằng cách phun nước miếng lên trời. Nước miếng của người ấy chẳng bao giờ có thể làm ô nhiễm được bầu trời, mà ngược lại nó sẽ rơi xuống ngay trên mặt của chính người đó vậy.” Nghe lời Phật nói xong, người đó cảm thấy xấu hổ, bèn xin Phật tha thứ và nhận làm đệ tử. Đức Phật nói: “Chỉ có ái ngữ và sự lý luận hợp lý mới có thể làm ảnh hưởng và chuyển hóa được người khác mà thôi.” *Trong Kinh Pháp Cú, Phẩm X, Phẩm Đạo Trưởng, Đức Phật đã dạy:* Chớ nên nói lời thô ác. Khi người dùng lời thô ác nói với người khác. Người khác cũng dùng lời thô ác nói với người, thương thay những lời nóng giận thô ác chỉ làm cho các người đau đớn khó chịu như đao gây mà thôi (Pháp Cú 133). Nếu người mặc nhiên như cái đồng la bể trước những người đem lời thô ác cãi vã đến cho mình, tức là người đã tự tại đi trên đường Niết Bàn. Người kia chẳng làm sao tìm sự tranh cãi với người được nữa (Pháp Cú 134). *Trong Phẩm XIII, Phẩm Thế Gian, Đức Phật đã dạy:* Những ai vi phạm đạo Nhất thừa, những ai ưa nói lời vọng ngữ, những ai không tin tưởng đời sau, thì chẳng có điều ác nào mà họ không làm được (Pháp Cú 176). *Trong Phẩm XVIII, Phẩm Cấu Uế, Đức Phật đã dạy:* Trong thế gian này, ai hay sát sinh, hay nói dối, hay lấy cắp, hay phạm dâm, hay rượu chè say sưa (Pháp Cú 246). *Trong Phẩm XXII, Phẩm Địa Ngục, Đức Phật đã dạy:* Thường nói lời vọng ngữ thì sa đọa; có làm mà nói không, người tạo hai nghiệp ấy, chết cũng đọa địa ngục (Pháp Cú 306).”

Chương Năm Mười Chín

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Hạnh Phúc Của Sự Ít Tham Muốn Mong Cầu Mà Thường Hay Biết Đủ Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Sự Ít Tham Muốn Mong Cầu Mà Thường Hay Biết Đủ Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Dầu trong Kinh Tăng Nhứt A Hàm, Đức Phật đã giảng về bốn loại hạnh phúc của người cư sĩ. Thứ nhất là hạnh phúc có vật sở hữu: Hạnh phúc của người có vật sở hữu nhờ sự nỗ lực cố gắng, nhờ sức lực của chân tay và mồ hôi, sở hữu một cách hợp pháp. Khi nghĩ như vậy, người kia cảm thấy thỏa thích và mãn nguyện. Đó là hạnh phúc có được vật sở hữu. Thứ nhì là hạnh phúc được có tài sản: Người kia tạo nên tài sản do nơi cố gắng nỗ lực. Bây giờ chính mình thọ hưởng tài sản ấy, hoặc dùng nó để gieo duyên tạo phước. Khi nghĩ như vậy, người ấy cảm thấy thỏa thích và mãn nguyện. Đó là hạnh phúc có được tài sản. Thứ ba là hạnh phúc không nợ nần: Người kia không thiếu ai món nợ lớn nhỏ nào. Khi nghĩ như vậy người kia cảm thấy thỏa thích và mãn nguyện. Đó là hạnh phúc không mang nợ. Thứ tư là hạnh phúc không bị khiển trách: Bậc Thánh nhân không bị khiển trách về thân khẩu ý. Khi nghĩ như vậy, người ấy cảm thấy thỏa thích và mãn nguyện. Đó là hạnh phúc không bị khiển trách. Tuy nhiên, đức Phật cũng thường hay nhắc nhở tứ chúng về hạnh phúc của sự ít tham muốn mong cầu mà thường hay biết đủ. Phật giáo định nghĩa khổ đau và sung sướng hay hạnh phúc bằng một cách rất đơn giản: Cái gì mang lại khó khăn là đau khổ. Khổ đau hay phiền não đến trong nhiều lối vô khác nhau. Cần nên nhớ rằng khi Đức Phật bảo cuộc sống của chúng ta là khổ, ý Ngài muốn nói đến mọi trạng thái không thỏa mãn của chúng ta với một phạm vi rất rộng, từ những bức dọc nhỏ nhỏ đến những vấn đề khó khăn trong đời sống, từ những nỗi khổ đau nát lòng chí đến những tang thương của kiếp sống. Cái gì mang lại thoải mái là hạnh phúc. Trong khi đó, phiền não bao gồm những lo toan trần tục, nhục dục, đam mê, ước muốn xấu xa, khổ đau và đôn đau từ cái nhìn sai lầm về thế giới. Phiền não cũng có nghĩa là nỗi đau đôn, ưu phiền, khổ

sở hay tai ách. Con đường của cảm dỗ và dục vọng sanh ra ác nghiệp (đây chính là khổ đau và ảo tưởng của cuộc sống), là nhân cho chúng sanh lăn trôi trong luân hồi sanh tử, cũng như ngăn trở giác ngộ. Cần nên hiểu rằng khi Đức Phật bảo cuộc sống của chúng ta là khổ, ý Ngài muốn nói đến mọi trạng thái không thỏa mãn của chúng ta với một phạm vi rất rộng, từ những bức dọc nho nhỏ đến những vấn đề khó khăn trong đời sống, từ những nỗi khổ đau nát lòng chí đến những tang thương của kiếp sống. Vì vậy chữ “Dukkha” nên được dùng để diễn tả những việc không hoàn hảo xảy ra trong đời sống của chúng ta và chúng ta có thể cải hóa chúng cho tốt hơn. Trạng thái khổ não bức bách thân tâm (tâm duyên vào đối tượng vừa ý thì cảm thấy vui, duyên vào đối tượng không vừa ý thì cảm thấy khổ). Đây là đế thứ nhất trong Tứ Diệu Đế của Phật giáo, cho rằng vòng luân hồi sanh tử được đặt tính hóa bởi những bất toại và đau khổ. Điều này liên hệ tới ý tưởng cho rằng vạn hữu vô thường, chúng sanh không thể nào tránh được phân ly với cái mà họ mong mỏi và bắt buộc phải chịu đựng những thứ không vui. Mục đích chính được kể ra trong Phật giáo là khắc phục “khổ đau.” Thế giới Ta Bà, nơi đầy đầy những mâu thuẫn, hận thù và bạo động. Nơi mà chúng ta đang sống là một thế giới bất tịnh, và Phật Thích Ca đã bắt đầu thanh tịnh nó. Người Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng con người sống trong thế giới này chịu phải vô vàn khổ hải vì tam độc tham, sân, si cũng như những tham muốn và dục vọng trần tục. Trong Phật giáo, Niết Bàn là hạnh phúc tối thượng, là giai đoạn cuối cùng cho những ai đã dứt trừ khát ái và chấm dứt khổ đau. Nói tóm lại, đầu trong Kinh Tăng Nhứt A Hàm, Đức Phật đã giảng về bốn loại hạnh phúc của người cư sĩ. Thứ nhất là hạnh phúc có vật sở hữu: Hạnh phúc của người có vật sở hữu nhờ sự nỗ lực cố gắng, nhờ sức lực của chân tay và mồ hôi, sở hữu một cách hợp pháp. Khi nghĩ như vậy, người kia cảm thấy thỏa thích và mãn nguyện. Đó là hạnh phúc có được vật sở hữu. Thứ nhì là hạnh phúc được có tài sản: Người kia tạo nên tài sản do nơi cố gắng nỗ lực. Bây giờ chính mình thọ hưởng tài sản ấy, hoặc dùng nó để gieo duyên tạo phước. Khi nghĩ như vậy, người ấy cảm thấy thỏa thích và mãn nguyện. Đó là hạnh phúc có được tài sản. Thứ ba là hạnh phúc không nợ nần: Người kia không thiếu ai món nợ lớn nhỏ nào. Khi nghĩ như vậy người kia cảm thấy thỏa thích và mãn nguyện. Đó là hạnh phúc không mang nợ. Thứ tư là hạnh phúc không bị khiển trách: Bậc Thánh nhân không bị khiển trách

về thân khẩu ý. Khi nghĩ như vậy, người ấy cảm thấy thỏa thích và mãn nguyện. Đó là hạnh phúc không bị khiển trách. Nhưng hành giả tu tập Phật giáo cũng nên luôn vâng giữ lời Phật dạy và nên bắt đầu bằng cách giảm thiểu những tham muốn và dục vọng trần tục để ít nhất có được hạnh phúc của sự ít tham muốn mong cầu mà thường hay biết đủ.

Tham muốn mà chúng ta muốn nói ở đây là tham muốn của cái trần thế. Tham dục và yêu thích mọi thứ trên đời này. Hầu hết người đời thường định nghĩa hạnh phúc trần tục như là sự thỏa mãn của mọi tham dục. Tham dục trần thế là vô hạn, nhưng chúng ta lại không có khả năng nhận ra chúng và tham dục không được thỏa mãn thường gây ra khổ đau phiền não cho mình và cho người. Khi chúng ta chỉ phần nào thỏa mãn tham dục, chúng ta luôn có khuynh hướng tiếp tục theo đuổi chúng cho đến khi được thỏa mãn, chính vì vậy mà chúng ta càng gây nên khổ đau cho mình và cho người. Ngay cả khi đã thỏa mãn tham dục, chúng ta cũng khổ đau. Chúng ta chỉ nghiệm được chân hạnh phúc và an nhiên tự tại khi chúng ta có ít tham dục. Đây cũng là một trong những bước lớn đến bến bờ giải thoát của chúng ta. Đức Phật dạy: “Tham dục chính là nguồn gốc của khổ đau. Mọi vật rồi sẽ thay đổi, vì thế không nên luyến ái hay vướng víu vào một thứ gì. Nên nhiếp tâm thanh tịnh tìm chân lý và đạt đến hạnh phúc vĩnh hằng.” Biết tri túc thiểu dục là biết sẽ giúp chúng ta diệt trừ tham dục. Điều này có nghĩa là biết thỏa mãn với những điều kiện vật chất khả dĩ giúp cho chúng ta có đầy đủ sức khỏe để tu tập. Đây là phương cách hữu hiệu nhất để cắt đứt lưới tham dục, an ổn thân tâm và có nhiều thì giờ giúp đỡ tha nhân. Trong Kinh Trung Bộ, Đức Phật dạy: “Này các Tỷ kheo, do dục làm nhân, do dục làm duyên, do dục làm nguyên nhân, do chính dục làm nhân, vua tranh đoạt với vua, Sát Đế Lợi tranh đoạt với Sát Đế Lợi, Bà La Môn tranh đoạt với Bà La Môn, gia chủ tranh đoạt với gia chủ; mẹ tranh đoạt với con, con tranh đoạt với mẹ; cha tranh đoạt với con, con tranh đoạt với cha; anh em tranh đoạt với anh em; anh tranh đoạt với chị, chị tranh đoạt với anh; bạn bè tranh đoạt với bạn bè. Khi họ đã dấn thân vào tranh chấp, tranh luận, tranh đoạt thì họ tấn công nhau bằng tay, tấn công nhau bằng gạch, tấn công nhau bằng gậy, tấn công nhau bằng đao kiếm. Rồi thì đi đến tử vong hay chịu đựng khổ đau gần như tử vong. Này các Tỷ kheo, do dục làm nhân, do dục làm duyên, do dục làm nguyên nhân, do chính dục làm nhân, họ cầm mâu và thuẫn, họ đeo cung và tên, họ dàn trận hai mặt

và tên được nhắm bắn nhau, đao được quăng ném nhau, kiếm được vung chém nhau. Họ bắn và đâm nhau bằng tên, họ quăng và đâm nhau bằng đao, họ chặt đầu nhau bằng kiếm. Rồi thì đi đến tử vong hay chịu đựng khổ đau gần như tử vong.”

II. Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Hạnh Phúc Của Sự Ít Tham Muốn Mong Cầu Mà Thường Hay Biết Đủ Trong Kinh Pháp Cú:

Đối với đạo Phật, dục lạc ngũ trần thật là phù du và hư ảo, chợt đến rồi chợt đi. Phải chăng đó là hạnh phúc thật sự khi mình cứ mãi săn đuổi một cái gì mong manh, mau tàn và luôn thay đổi? Hãy nhìn xem biết bao nhiêu điều phiền toái khó khăn mà chúng ta gặp phải khi chúng ta cứ mãi đi tìm những cảm giác mà chúng ta cho là hạnh phúc. Nhiều người vì quá ham muốn hưởng thụ lạc thú nên họ đã có những hành vi phạm pháp, gây ra những tội ác tày trời khiến cho người khác phải khổ đau phiền não. Họ chỉ nghĩ đến lạc thú tạm bợ của giác quan mà quên đi sự khổ đau của người khác. Họ không hiểu được hậu quả tai hại, những kết quả thảm khốc họ phải gặt lấy sau này do những tội lỗi mà họ đã gây ra. Ngay cả hạng phàm phu tục tử vẫn có thể biết được những phút giây hạnh phúc ngắn ngủi và những khổ đau mà họ phải gánh lấy là không cân xứng, không đáng để họ đeo đuổi theo dục lạc trần thế. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng đau khổ đi liền theo ham muốn. Mọi vấn đề trên thế gian có gốc rễ từ những ham muốn dục lạc ngũ trần. Vì con người muốn tiếp tục hưởng thụ dục lạc ngũ trần mà có những bất hòa trong gia đình. Cũng vì nhu cầu hưởng thụ dục lạc mà bạn bè hàng xóm đôi khi không thể cư xử tốt đẹp với nhau. Cũng vì dục lạc ngũ trần mà người này chống lại người kia, nước này chống lại nước kia. Cũng chính vì dục lạc ngũ trần mà biết bao nhiêu điều khổ đau, phiền não, và mọi thứ phiền toái đã xảy ra trên khắp thế giới. Cũng chính do dục lạc ngũ trần mà con người trở nên dã man, độc ác, tàn bạo và mất hẳn nhân tính.

Ít tham muốn mong cầu và thường hay biết đủ còn được gọi là thiếu dục tri túc, có nghĩa là có ít dục lạc; tri túc là biết đủ. Thiếu dục tri túc là ít ham muốn mà thường hay biết đủ. Tri túc là bằng lòng với những điều kiện sinh hoạt vật chất tạm đủ để sống mạnh khỏe tiến tu. Tri túc là một phương pháp hữu hiệu nhất để phá lưới tham dục, để đạt được sự thanh thoi của thân tâm và hoàn thành mục tiêu tối hậu của sự

nghiệp tu tập. Thiếu dục là có ít dục lạc hay ít ham muốn. Ở đây “ham muốn” không chỉ gồm ham muốn tiền bạc và vật chất, mà còn mong ước địa vị và danh vọng. Ham muốn cũng chỉ về sự mong muốn được những người khác thương yêu và phục vụ. Trong đạo Phật, một người đã đạt đến mức độ tâm thức thâm sâu thì sẽ có rất ít các ham muốn mà có khi còn thờ ơ với chúng nữa là khác. Chúng ta cũng nên chú ý rằng một người như thế thờ ơ với những ham muốn thế tục, nhưng người ấy lại rất khao khát với chân lý, tức là người ấy có sự ham muốn lớn lao đối với chân lý, vì theo đạo Phật, thờ ơ với chân lý là biếng nhác trong đời sống. Thiếu dục cũng còn có nghĩa là thỏa mãn với những thân vật chất ít ỏi, tức là không cảm thấy buồn bực với số phận của mình và không lo lắng nhiều đến việc đời. Tuy nhiên, đây không có nghĩa là không quan tâm đến sự tự cải tiến của mình, mà là cố gắng tối đa với một thái độ không chán nản. Một người như thế chắc chắn sẽ được người chung quanh biết tới. Mà dù cho những người chung quanh có không biết tới đi nữa, thì người ấy cũng cảm thấy hoàn toàn hạnh phúc và theo quan điểm tâm linh thì người ấy đang sống như một vị vua vậy. Có hai thứ cần phải thiếu dục. Thứ nhất là thức ăn, thứ hai là sắc đẹp; một cái gọi là thực dục, một cái gọi là sắc dục. Hai thứ này giúp đỡ cho vô minh làm đủ thứ chuyện xấu, nên Đức Khổng Phu Tử có dạy: “Thực, sắc tánh dã.” Nghĩa là háo ăn, háo sắc đều là bản tánh của chúng sanh. Người tu Phật phải biết tại sao vô minh chẳng phá được? Tại sao phiền não cũng không đoạn được? Tại sao trí huệ chẳng hiển lộ? Chỉ do bởi mình không biết thiếu dục đó thôi. Phật tử chân thuần nên nhớ rằng ăn uống thì trợ giúp cho dục vọng, dục vọng lại làm tăng trưởng vô minh. Một khi đã có lòng tham ăn rồi thì sau đó sẽ là tham sắc. Con trai thì ham muốn nữ sắc, con gái thì ham muốn nam sắc, cứ thế mà quyến luyến không rời và không thể nào nhìn sự vật thấu suốt được. Ăn uống bao nhiêu thứ thành chất bổ dưỡng, hễ chất bổ dưỡng sung mãn thì sanh lòng ham mê sắc dục. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng đồ ăn càng ít ngon chừng nào càng tốt chừng ấy. Không nên coi quá trọng vấn đề ăn uống. Ăn là để duy trì mạng sống mà tu tập, vì thế nên tiết độ trong ăn uống; không cần phải ăn đồ ăn ngon, mà cũng không ăn những đồ đã bị hư hoại, vì cả hai đều có hại cho sức khỏe của mình. Tri túc là biết đủ và thỏa mãn với những gì mình có ngay trong lúc này. Tri túc là đặc điểm của hạnh phúc cá nhân. Phàm phu thường nghĩ rằng tri túc rất khó trau dồi và phát triển. Tuy nhiên, nếu

chúng ta kiên trì dũng mãnh, và quyết tâm kiểm soát những tư tưởng bất thiện cũng như hậu quả gây ra do bởi không biết tri túc, thì chúng ta sẽ cảm thấy luôn hạnh phúc với những gì mình đang có. Đối với những người có trí tuệ, biết quyền biến, tháo vát, khéo an nhĩ với cảnh đời, biết suy cùng nghĩ cạn, thì trong cảnh ngộ nào cũng vẫn an nhiên bình thản. Với hoàn cảnh giàu sang thì biết đủ theo cảnh giàu sang, với cảnh nghèo hèn thì biết đủ theo nghèo hèn. Thật vậy, trong đời sống hằng ngày, chúng ta làm đủ cả mọi việc, suy tính đủ mọi phương cách, chước mầu, thậm chí đến việc không từ nan bất cứ thủ đoạn nào, miễn sao cho mình được lợi thì thôi, còn thì tổn hại cho ai cũng không cần nghĩ đến. Thử hỏi chúng ta làm như vậy để chi? Chẳng qua là để có cuộc sống tốt đẹp hơn, ăn mặc, nhà cửa, cất chứa tiền bạc nhiều hơn. Nhưng suy nghĩ kỹ chúng ta sẽ thấy mặt trời mọc, đứng bóng, rồi lặn và biến mất về đêm; trăng đầy rồi khuyết, rồi mất hẳn ánh sáng; gò cao đổi thành vực thẳm, biển cả hóa nương dâu, vân vân. Cuộc đời xưa nay thịnh suy, đắc thất, vinh nhục, bổng trầm, còn mất, hợp tan, chỉ là lẽ thường chớ đâu có gì được tồn tại mãi, tất cả rồi cũng về với hư không. Thế nên người trí phải luôn biết tri túc với hoàn cảnh hiện tại. Đức Phật tán dương cuộc sống đơn giản, cuộc sống đơn giản dẫn đến việc mở mang tâm trí con người. Chính vì thế mà Đức Phật luôn thuyết giảng sự lợi ích cho các thầy Tỳ Kheo về tri túc trên những món như sau: Y áo mà các thầy nhận được, dù thô hay dù mịn; đồ cúng dường hay thực phẩm các thầy nhận được, dù ngon hay không ngon; nơi ở mà các thầy nhận được, dù đơn sơ hay sang trọng. Ai mà mãn ý với ba điều trên đây có thể giảm được lòng ham muốn và đồng thời in sâu vào tâm khảm những thói quen của một cuộc sống đơn giản.

Biết đủ và thỏa mãn với những gì mình có ngay trong lúc này. Tri túc là đặc điểm của hạnh phúc cá nhân. Phạm phu thường nghĩ rằng tri túc rất khó trau dồi và phát triển. Tuy nhiên, nếu chúng ta kiên trì dũng mãnh, và quyết tâm kiểm soát những tư tưởng bất thiện cũng như hậu quả gây ra do bởi không biết tri túc, thì chúng ta sẽ cảm thấy luôn hạnh phúc với những gì mình đang có. Đối với những người có trí tuệ, biết quyền biến, tháo vát, khéo an nhĩ với cảnh đời, biết suy cùng nghĩ cạn, thì trong cảnh ngộ nào cũng vẫn an nhiên bình thản. Với hoàn cảnh giàu sang thì biết đủ theo cảnh giàu sang, với cảnh nghèo hèn thì biết đủ theo nghèo hèn. Thật vậy, trong đời sống hằng ngày, chúng ta làm đủ cả mọi việc, suy tính đủ mọi phương cách, chước mầu,

thậm chí đến việc không từ nan bất cứ thủ đoạn nào, miễn sao cho mình được lợi thì thôi, còn thì tổn hại cho ai cũng không cần nghĩ đến. Thử hỏi chúng ta làm như vậy để chi? Chẳng qua là để có cuộc sống tốt đẹp hơn, ăn mặc, nhà cửa, cất chứa tiền bạc nhiều hơn. Nhưng suy nghĩ kỹ chúng ta sẽ thấy mặt trời mọc, đứng bóng, rồi lặn và biến mất về đêm; trăng đầy rồi khuyết, rồi mất hẳn ánh sáng; gò cao đổi thành vực thẳm, biển cả hóa nương dâu, vân vân. Cuộc đời xưa nay thịnh suy, đắc thất, vinh nhục, bổng trầm, còn mất, hợp tan, chỉ là lẽ thường chớ đâu có gì được tồn tại mãi, tất cả rồi cũng về với hư không. Thế nên người trí phải luôn biết tri túc với hoàn cảnh hiện tại. Đức Phật tán dương cuộc sống đơn giản, cuộc sống đơn giản dẫn đến việc mở mang tâm trí con người. Chính vì thế mà Đức Phật luôn thuyết giảng sự lợi ích cho các thầy Tỷ Kheo về tri túc trên những món như sau: Y áo mà các thầy nhận được, dù thô hay dù mịn; đồ cúng dường hay thực phẩm các thầy nhận được, dù ngon hay không ngon; nơi ở mà các thầy nhận được, dù đơn sơ hay sang trọng. Ai mà mãn ý với ba điều trên đây có thể giảm được lòng ham muốn và đồng thời in sâu vào tâm khảm những thói quen của một cuộc sống đơn giản.

Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng đối với đạo Phật, dục lạc ngũ trần thật là phù du và hư ảo, chợt đến rồi chợt đi. Phải chăng đó là hạnh phúc thật sự khi mình cứ mãi săn đuổi một cái gì mong manh, mau tàn và luôn thay đổi? Hãy nhìn xem biết bao nhiêu điều phiền toái khó khăn mà chúng ta gặp phải khi chúng ta cứ mãi đi tìm những cảm giác mà chúng ta cho là hạnh phúc. Nhiều người vì quá ham muốn hưởng thụ lạc thú nên họ đã có những hành vi phạm pháp, gây ra những tội ác tày trời khiến cho người khác phải khổ đau phiền não. Họ chỉ nghĩ đến lạc thú tạm bợ của giác quan mà quên đi sự khổ đau của người khác. Họ không hiểu được hậu quả tai hại, những kết quả thảm khốc họ phải gặt lấy sau này do những tội lỗi mà họ đã gây ra. Ngay cả hạng phàm phu tục tử vẫn có thể biết được những phút giây hạnh phúc ngắn ngủi và những khổ đau mà họ phải gánh lấy là không cân xứng, không đáng để họ đeo đuổi theo dục lạc ngũ trần thế. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng đau khổ đi liền theo ham muốn. Mọi vấn đề trên thế gian có gốc rễ từ những ham muốn dục lạc ngũ trần. Vì con người muốn tiếp tục hưởng thụ dục lạc ngũ trần mà có những bất hòa trong gia đình. Cũng vì nhu cầu hưởng thụ dục lạc mà bạn bè hàng xóm đôi khi không thể cư xử tốt đẹp với nhau. Cũng vì dục lạc ngũ

trần mà người này chống lại người kia, nước này chống lại nước kia. Cũng chính vì dục lạc ngũ trần mà biết bao nhiêu điều khổ đau, phiền não, và mọi thứ phiền toái đã xảy ra trên khắp thế giới. Cũng chính do dục lạc ngũ trần mà con người trở nên dã man, độc ác, tàn bạo và mất hẳn nhân tánh.

Theo Tổ Bồ Đề Đạt Ma, vị tổ thứ 28 dòng Thiền Ấn Độ và cũng là vị sơ tổ của dòng Thiền Trung Hoa, “Vô Sở Cầu” là một trong bốn hạnh của Thiền giả. Người đời mãi mãi đắm mê, việc gì cũng tham trước, thế gọi là cầu. Bậc trí ngộ lẽ chân, chuyển ngược thế tục, nên an tâm trụ nơi vô vi, thân hình tùy nghi mà vận chuyển. Muôn vật đều là không, có gì vui mà cầu được. Hễ có công đức thì liền có hắc ám đuổi theo. Ở lâu trong ba cõi khác nào như trong nhà lửa. Có thân có khổ, được gì mà vui? Thông suốt được vậy ắt buông hết sự vật, dứt tướng, chẳng cầu. Kinh nói: ‘Còn cầu còn khổ. Hết cầu mới được vui. Xét biết không cầu mới thực là đạo hạnh nên nói là hạnh không cầu mong. Sau cuộc nói chuyện với vua Hán Vũ Đế về tu hành tịnh hạnh vô cầu, Tổ Bồ Đề Đạt Ma đã dạy về “Tam Vô Sở Cầu” như sau: Không, vô tướng giải thoát hay đoạn trừ mọi hình tướng bên ngoài là giải thoát, và vô nguyện, hay đoạn trừ tất cả mọi mong cầu cho đến khi nào không còn một mảy may ham muốn hay cố gắng để đạt được bất cứ thứ gì là giải thoát, một trong ba loại giải thoát. Thật vậy, chư pháp hữu vi như ảo như mộng, sanh diệt, diệt sanh. Có cái gì thường hằng cho chúng ta theo đuổi? Hơn nữa, thế giới hiện tượng chỉ là tương đối, trong tai họa đôi khi có phước báo, trong phước báo có khi là tai họa. Thế nên người tu Phật nên luôn giữ tâm mình bình thản và không khuấy động trong mọi tình huống, lên xuống hay họa phước. Giả dụ như một vị Tăng tu tập hăm hiu nơi sơn lâm cùng cốc, ít người thăm viếng hoàn cảnh sống thật là khổ sở cô độc, nhưng cuộc tu giải thoát thật là tinh chuyên. Thế rồi ít lâu sau đó có vài người tới thăm cúng dường vì nghe tiếng phạm hạnh của người, túp lều năm xưa chẳng bao lâu biến thành một ngôi chùa đồ sộ, Tăng chúng đông đảo, chừng đó phước thịnh duyên hảo, nhưng thử hỏi có mấy vị còn có đủ thì giờ để tinh chuyên tu hành như thuở hàn vi? Lúc ấy cuộc tu chẳng những rõ ràng đi xuống, mà lắm lúc còn gây tội tạo nghiệp vì những lời cuốn bên ngoài. Thế nên người tu Phật nên luôn ghi tâm pháp “Tam vô sở cầu này.” Theo Kinh Tứ Thập Nhị Chương, “Có vị sa Môn hỏi Phật, ‘Bởi lý do gì mà biết được đời trước, mà hội nhập được đạo chí

thượng?’ Đức Phật dạy: ‘Tâm thanh tịnh, chí vững bền thì hội nhập đạo chí thượng, cũng như khi lau kính hết dơ thì trong sáng hiển lộ; đoạn tận ái dục và tâm vô sở cầu thì sẽ biết đời trước.’”

Chúng ta đang sống trong một thế giới vật chất, nơi mà hằng ngày chúng ta phải tiếp xúc với đủ thứ ngoại vật như hình ảnh, âm thanh, mùi vị, cảm giác, tư tưởng và ý kiến, vân vân. Từ sự tiếp xúc này mà ham muốn khởi lên. Người Phật tử nên luôn nhớ rằng lòng ham muốn không những làm mờ mịt đi sự sáng suốt của mình mà nó còn là nhân chính của sự luyến ái gây ra khổ đau phiền não và xô đẩy chúng ta tiếp tục lăn trôi trong luân hồi sinh tử. Ái dục là một trong mười hai mắc xích của Thập Nhị Nhân Duyên. Nó khởi nguồn từ sự mê mờ gây ra bởi luyến chấp vào lục nhập. Chính vì thế mà Đức Phật dạy trong kinh Pháp Cú:

Trong Kinh Pháp Cú, Phẩm XXI, Phẩm Tạp, Đức Phật đã dạy:

Xuất gia dứt hết ái dục là khó, tại gia theo đường sinh hoạt là khó, không phải bạn mà chung ở là khó, qua lại trong vòng luân hồi là khó. Vậy các người hãy giác ngộ để dừng qua lại trong vòng thống khổ ấy (302). *Trong Phẩm XXIV, Phẩm Ái Dục, Đức Phật đã dạy:* Nếu ở thế gian này mà bị ái dục buộc ràng, thì những điều sâu khổ càng tăng mãi như loài cỏ tỳ-la gặp mưa (335). Nếu ở thế gian này, mà hàng phục được những ái dục khó hàng phục, thì sâu khổ tự nhiên rụng tàn như nước ngọt lá sen (336). Đây là sự lành mà Ta bảo với các người: “Các người hãy dồn sức vào để nhổ sạch gốc ái dục, như người muốn trừ sạch giống cỏ tỳ-la phải nhổ hết gốc nó. Các người chớ lại để bị ma làm hại như loài cỏ lau gặp cơn hồng thủy!” (337). Đốn cây mà chưa đào hết gốc rễ thì tước vẫn ra hoài, đoạn trừ ái dục mà chưa sạch căn gốc thì khổ não vẫn nảy sinh trở lại mãi (338). Những người có đủ 36 dòng ái dục, họ mạnh mẽ dong ruổi theo dục cảnh chẳng chút ngại ngùng, bởi vậy người đã có tâm tà kiến, hằng bị những tư tưởng ái dục làm trôi dạt hoài (339). Lòng ái dục tuôn chảy khắp nơi như giống cỏ man-la mọc tràn lan mặt đất. Người hãy xen giống cỏ dó để dùng tuệ kiếm đoạn hết căn gốc ái dục đi (340). Người đời thường vui thích theo ái dục, ưa dong ruổi lục trần, tuy họ có hưởng cầu an lạc mà vẫn bị quanh quẩn trong chốn trầm luân (341). Những người trì trệ theo ái dục khác nào thả bị sa lưới. Càng buộc ràng với phiền não, càng chịu khổ lâu dài (342). Những người trì trệ theo ái dục, khác nào thả bị sa lưới. Hàng Tỷ kheo vì cầu vô dục nên phải trước tự gắng lìa dục (343).

Người đã lìa dục xuất gia, lại tìm vui ở chốn sơn lâm, khác nào trở lại nhà; người hãy xem hạng người đó, kẻ đã được mở ra rồi lại tự trói vào! (344). Đối với người trí, sự trói buộc bằng dây gai, bằng cây, bằng sắt chưa phải kiên cố, chỉ có lòng luyến ái vợ con tài sản mới thật sự là sự trói buộc chắc bền (345). Những kẻ dắt người vào sa đọa, là như sự trói buộc chắc bền, nó hình như khoan dung hòa huyễn mà thật khó lòng thoát ra. Hãy đoạn trừ đừng dính mắc, xa lìa ái dục mà xuất gia (346). Những người say đắm theo ái dục, tự lao mình trong lưới buộc như nhện giăng tơ. Ai dứt được sự ràng buộc không còn dính mắc nữa, thì sẽ xa mọi thống khổ để ngao du tự tại (347). Bước tới chỗ cứu cánh thì không còn sợ hãi; xa lìa ái dục thì không còn nhiễm ô: nhỏ lấy mũi tên sanh hữu thì chỉ còn một thân này là cuối cùng, không bị tiếp tục sanh nữa (351). Xa lìa ái dục không nhiễm trước, thông đạt từ vô ngại, thấu suốt nghĩa vô ngại, và thứ lớp của tự cú, đó thật là bậc đại trí đại trượng phu, chỉ còn một thân này là cuối cùng, không bị tiếp tục sinh nữa (352). *Trong Phẩm XXVI, Phẩm Bà La Môn, Đức Phật đã dạy: Dững cảm đoạn trừ dòng ái dục, các người mới là Bà-la-môn! Nếu thấu rõ các uẩn diệt tận, các người liền thấy được vô tác hay Niết bàn (383).*”

Chương Sáu Mười

Tinh Hoa Những Lời Phật Dạy Về Hạnh Phúc Trong Kinh Pháp Cú

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Hạnh Phúc Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Nhiều người cho rằng họ có thể giải quyết mọi vấn đề của mình khi họ có tiền, nên họ luôn bận rộn đem hết sức lực của mình ra để kiếm tiền. Càng kiếm được nhiều tiền họ càng muốn kiếm thêm nữa. Họ không nhận thức được rằng tiền không mua được hạnh phúc, hay sự giàu có thường không mang lại hạnh phúc. Kỳ thật, hạnh phúc thực sự chỉ tìm thấy trong nội tâm chứ không nơi của cải, quyền thế, danh vọng hay chiến thắng. Nếu chúng ta so sánh giữa hạnh phúc vật chất và tâm hồn thì chúng ta sẽ thấy rằng những hạnh phúc và khổ đau diễn ra trong tâm hồn chúng ta mãnh liệt hơn vật chất rất nhiều. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng tài sản sẽ ở lại khi bạn ra đi. Bạn bè người thân sẽ đưa tiễn bạn ra nghĩa trang. Chỉ có nghiệp lành nghiệp dữ mà bạn đã tạo ra sẽ phải đi theo với bạn vào chung huyệt mộ mà thôi. Vì thế, tài sản chỉ có thể được dùng để trang hoàng căn nhà, chứ không thể tô điểm được cho công đức của mình. Y phục có thể được dùng để trang hoàng thân thể của bạn, chứ không phải cho chính bạn. Hạnh phúc bình thường là thỏa mãn sự khao khát. Tuy nhiên, ngay khi điều mong muốn vừa được thực hiện thì chúng ta lại mong muốn một thứ hạnh phúc khác, vì lòng thêm muốn ích kỷ của chúng ta không cùng tận. Chúng ta thường cố gắng theo đuổi những cảm giác dễ chịu và hài lòng cũng như loại bỏ những khổ đau bất hạnh bằng những giác quan của mắt, tai, mũi, lưỡi và thân. Tuy nhiên, còn một mức độ cảm nhận khác hơn, đó là sự cảm nhận bằng tâm. Hạnh phúc thật sự cũng phải được theo đuổi bằng tâm nữa. Trong Kinh Tăng Nhứt A Hàm, Đức Phật đã giảng về bốn loại hạnh phúc của người cư sĩ như sau: hạnh phúc của người có vật sở hữu nhờ sự nỗ lực cố gắng, nhờ sức lực của chân tay và mồ hôi, sở hữu một cách hợp pháp. Khi nghĩ như vậy, người kia cảm thấy thỏa thích và mãn nguyện; hạnh phúc được có tài sản. Người kia tạo nên tài sản do nơi cố gắng nỗ lực. Bây giờ chính

mình thọ hưởng tài sản ấy, hoặc dùng nó để gieo duyên tạo phước. Khi nghĩ như vậy, người ấy cảm thấy thỏa thích và mãn nguyện; hạnh phúc không nỡ nần, người kia không thiếu ai món nợ lớn nhỏ nào. Khi nghĩ như vậy người kia cảm thấy thỏa thích và mãn nguyện; hạnh phúc không bị khiển trách, bậc Thánh nhân không bị khiển trách về thân khẩu ý. Khi nghĩ như vậy, người ấy cảm thấy thỏa thích và mãn nguyện.

Hành giả tu Phật nên luôn nhớ rằng hạnh phúc của người tu tập tỉnh thức là hành trì Phật Pháp hay vui mừng khi nghe hay nếm được vị pháp. Theo Kinh Duy Ma Cật, Phẩm Bồ Tát, Ma Vương giả làm Trời Đế Thích, đem hiến một muôn hai ngàn thiên nữ cho Bồ Tát Trì Thế. Ma vương nói với Trì Thế: “Thưa Chánh sĩ! Xin ngài nhận một muôn hai ngàn Thiên nữ này để dùng hầu hạ quét tước.” Trì Thế nói rằng: “Này Kiều Thi Ca! Ông đừng cho vật phi pháp này, tôi là kẻ Sa Môn Thích tử, việc ấy không phải việc của tôi.” Nói chưa dứt lời, bỗng ông Duy Ma Cật đến nói với Trì Thế: “Đây chẳng phải là Đế Thích, mà là Ma đến khuấy nhiễu ông đấy!” Ông lại bảo ma rằng: “Các vị Thiên nữ này nên đem cho ta, như ta đây mới nên thọ. Ma sợ hãi nghĩ rằng: “Có lẽ ông Duy Ma Cật đến khuấy rối ta chăng?” Ma muốn ẩn hình mà không thể ẩn, rần hết thần lực, cũng không đi được. Liền nghe giữa hư không có tiếng rằng: “Này Ba Tuần! Hãy đem Thiên nữ cho ông Duy Ma Cật thì mới đi được. Ma vì sợ hãi, nên miễn cưỡng cho. Khi ấy ông Duy Ma Cật bảo các Thiên nữ rằng: “Ma đã đem các người cho ta rồi, nay các người đều phải phát tâm Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác. Rồi ông theo căn cơ của Thiên nữ mà nói Pháp để cho phát ý đạo, và bảo rằng các người đã phát ý đạo, có Pháp hạnh phúc để tự hạnh phúc chớ nên hạnh phúc theo ngũ dục nữa.” Thiên nữ hỏi: “Thế nào là Pháp hạnh phúc?” Ông đáp: “Hạnh phúc thường tin Phật; hạnh phúc muốn nghe pháp; hạnh phúc cúng dường Tăng; hạnh phúc lìa ngũ dục; hạnh phúc quán ngũ ấm như oán tặc; hạnh phúc quán thân tứ đại như rắn độc; hạnh phúc quán nội nhập (sáu căn) như không; hạnh phúc gìn giữ đạo ý; hạnh phúc lợi ích chúng sanh; hạnh phúc cung kính cúng dường bậc sư trưởng; hạnh phúc nhẫn nhục nhu hòa; hạnh phúc siêng nhóm căn lành; hạnh phúc thiền định chẳng loạn; hạnh phúc rời cấu nhiễm đặng trí tuệ sáng suốt; hạnh phúc mở rộng tâm Bồ Đề; hạnh phúc hàng phục các ma; hạnh phúc đoạn phiền não; hạnh phúc thanh tịnh cõi nước Phật; hạnh phúc thành tựu các tướng tốt mà tu các công đức;

hạnh phúc trang nghiêm đạo tràng; hạnh phúc nghe pháp thâm diệu mà không sợ; hạnh phúc ba môn giải thoát mà không hạnh phúc phi thời; hạnh phúc gần bạn đồng học; hạnh phúc ở chung với người không phải đồng học mà lòng thương không chướng ngại; hạnh phúc giúp đỡ ác tri thức; hạnh phúc gần thiện tri thức; hạnh phúc tâm hoan hỷ thanh tịnh; hạnh phúc tu vô lượng Pháp đạo phẩm. Đó là Pháp hạnh phúc của Bồ Tát.”

II. Tình Hoa Những Lời Phật Dạy Về Hạnh Phúc Trong Kinh Pháp Cú:

Hành giả tu Phật cũng nên luôn nhớ rằng với người tu tập tỉnh thức, bí mật của hạnh phúc nằm ở chỗ chúng ta biết những gì cần làm ngay trong hiện tại, và không bận tâm đến quá khứ và tương lai. Chúng ta không thể nào trở về lại để thay đổi những việc đã xảy ra trong quá khứ, và chúng ta cũng chẳng thể nào biết trước những gì sẽ xảy ra trong tương lai. Chỉ có khoảnh khắc thời gian mà chúng ta tương đối kiểm soát được là hiện tại. Theo giáo thuyết nhà Phật, cuộc sống hạnh phúc có nghĩa là cuộc sống mà trong đó con người luôn duy trì cho mình cái tâm bình an và hạnh phúc. Còn chư Tăng Ni, họ nên luôn tri túc và tự nguyện tu tập. Chừng nào mà một người còn ôm ấp sự thù hận, chừng đó tâm thức người ấy chưa hàm chứa thể cách lý tưởng của một Phật tử thuần thành; dù bất cứ bất hạnh nào giáng xuống cho người ấy, người ấy vẫn phải giữ một cái tâm bình an tĩnh lặng. Còn an lạc là một cái gì có thể hiện hữu trong giờ phút hiện tại. Thật là kỳ cục khi nói, “Hãy đợi cho đến khi tôi làm xong cái này rồi thì tôi thoải mái để sống trong an lạc được.” Cái ấy là cái gì? Một mảnh bằng, một công việc, một cái nhà, một chiếc xe, hay trả một món nợ? Như vậy bạn sẽ không bao giờ có an lạc. Lúc nào cũng có một cái khác sau cái này. Theo đạo Phật, nếu bạn không sống trong an lạc ngay trong giây phút này, thì bạn sẽ không bao giờ có an lạc. Nếu bạn thực sự muốn an lạc, thì bạn có thể an lạc ngay trong giờ phút này. Nếu không thì bạn chỉ có thể sống trong hy vọng được an lạc trong tương lai mà thôi. Muốn đạt được một cuộc sống an bình và hạnh phúc trước tiên bạn phải có một cái tâm an tịnh và tập trung. Đây là một cái tâm luôn cần thiết cho người tu Phật. Phật tử thuần thành nên dùng tâm bình an, tĩnh lặng và tập trung này để xem xét thân tâm. Ngay cả những lúc tâm bất an chúng ta cũng phải để tâm theo dõi; sau đó chúng ta sẽ thấy tâm an

tĩnh, vì chúng ta sẽ thấy được sự vô thường. Ngay cả sự bình an, tĩnh lặng cũng phải được xem là vô thường. Nếu chúng ta bị dính mắc vào trạng thái an tĩnh, chúng ta sẽ đau khổ khi không đạt được trạng thái bình an tĩnh lặng. Hãy vứt bỏ tất cả, ngay cả sự bình an tĩnh lặng. Làm được như vậy là chúng ta đã có được cuộc sống an bình và hạnh phúc ngay trong đời kiếp này. Trong Phật giáo, Niết Bàn được gọi là hạnh phúc tối thượng (Paranam sukham) và hạnh phúc này phát sanh do sự lắng dịu hoàn toàn, sự diệt hoàn toàn của mọi cảm thọ. Đây chính là lời tuyên bố làm cho chúng ta hoàn toàn khó hiểu, vì chúng ta đã quen cảm thọ những lạc thọ này bằng các căn của chúng ta. Theo Kinh Tăng Chi Bộ, tôn giả Udayi, một vị đệ tử của Đức Phật cũng đã đối diện với vấn đề này. Một lần nọ, Tôn giả Xá Lợi Phất gọi các Tỳ Kheo và nói: “Niết Bàn, này chư hiền đức, là lạc, Niết Bàn chính là hạnh phúc.” Khi ấy Tôn giả Udayi bèn hỏi: “Nhưng hiền giả Xá Lợi Phất! Lạc thú ấy là thế nào, vì ở đây không có thọ?” Xá Lợi Phất trả lời: “Ngay đó chính là lạc, này hiền giả, vì ở đây không còn thọ.” Lời giải thích này của tôn giả Xá Lợi Phất đã được xác chứng bởi lời Phật dạy trong kinh Tương Ưng Bộ: “Bất cứ thứ gì được cảm thọ, được nhận thức, được cảm giác, tất cả những thứ đó đều là khổ.” Như vậy, hạnh phúc tối thượng là một trạng thái có thể chứng đắc ngay trong kiếp sống này. Người có suy tư, có đầu óc quan sát, hẳn sẽ không thấy khó hiểu trạng thái này.

Con người trong thời cận đại hình như đang tìm kiếm hạnh phúc từ bên ngoài thay vì từ bên trong mình. Tuy nhiên, hạnh phúc không tùy thuộc nơi thế giới bên ngoài. Khoa học và kỹ thuật hiện đại hình như hứa hẹn sẽ biến thế giới này thành một thiên đường. Chính vì thế mà người ta không ngừng làm việc mong biến cho thế gian này trở thành một nơi tốt đẹp hơn. Các nhà khoa học theo đuổi những phương thức cũng như thí nghiệm với nỗ lực và quyết tâm không ngừng nghỉ. Sự cố gắng của con người nhằm vén lên bức màn bí mật bao trùm thiên nhiên vẫn còn tiếp tục không khoan nhượng với thiên nhiên. Những khám phá và những phương tiện truyền thông hiện đại đã tạo nên những thành quả ly kỳ. Tất cả những cải thiện trên dù có mang lại thành quả lợi ích, đều hoàn toàn mang tính vật chất và thuộc về ngoại cảnh. Cho dù có những thành quả khoa học như vậy, con người vẫn chưa kiểm soát được tâm mình. Bên trong dòng chảy của thân và tâm, có những kỳ diệu mà có lẽ các nhà khoa học còn phải cần đến nhiều

năm nữa để khảo sát. Cái gì mang lại thoải mái là hạnh phúc. Tuy nhiên, hạnh phúc đạt được từ sự ổn định của tâm thức là quan trọng nhất vì mục đích tối thượng của đời người là hạnh phúc và an vui. Hạnh phúc bình thường là thỏa mãn sự khao khát. Tuy nhiên, ngay khi điều mong muốn vừa được thực hiện thì chúng ta lại mong muốn một thứ hạnh phúc khác, vì lòng thèm muốn ích kỷ của chúng ta không cùng tận. Chúng ta thường cố gắng theo đuổi những cảm giác dễ chịu và hài lòng cũng như loại bỏ những khổ đau bất hạnh bằng những giác quan của mắt, tai, mũi, lưỡi và thân. Tuy nhiên, còn một mức độ cảm nhận khác hơn, đó là sự cảm nhận bằng tâm. Hạnh phúc thật sự cũng phải được theo đuổi bằng tâm nữa. Như vậy, theo Phật giáo chúng ta không thể định nghĩa hạnh phúc đích thực bằng những thỏa mãn vật chất và nhục dục, mà chỉ bằng cách khai tâm mở trí sao cho lúc nào chúng ta cũng hướng đến tha nhân và những nhu cầu của họ. Phật tử chân thuần phải nên luôn nhớ rằng hạnh phúc thật sự chỉ bắt nguồn từ cuộc sống đạo đức. Tiền không mua được hạnh phúc, hay sự giàu có thường không mang lại hạnh phúc. Kỳ thật, hạnh phúc thực sự chỉ tìm thấy trong nội tâm chứ không nơi của cải, quyền thế, danh vọng hay chiến thắng. Hạnh phúc của người có vật sở hữu nhờ sự nỗ lực cố gắng, nhờ sức lực của chân tay và mồ hôi, sở hữu một cách hợp pháp. Chính mình thọ hưởng tài sản ấy, hoặc dùng nó để gieo duyên tạo phước. Đây mới đích thực là hạnh phúc. Trong các kinh điển, Đức Phật đã nêu lên các loại hạnh phúc cho người cư sĩ tại gia: “Hạnh phúc có sức khỏe, có của cải, sống lâu, đẹp đẽ, vui vẻ, sức mạnh, tài sản và con cái, vân vân. Đức Phật không khuyên chúng ta từ bỏ cuộc sống trần tục và rút lui về sống ẩn dật. Tuy nhiên, Ngài khuyên Phật tử tại gia, sự vui hưởng của cải không những nằm trong việc sử dụng cho riêng mình, mà nên đem phúc lợi cho người khác. Những cái mà chúng ta đang có chỉ là tạm bợ. Những cái mà chúng ta đang gìn giữ, rốt rồi chúng ta cũng bỏ chúng mà đi. Chỉ có những nghiệp sẽ phải theo chúng ta suốt nẻo luân hồi. Đức Phật dạy về hạnh phúc của người cư sĩ như sau: “Sống nghèo về vật chất mà tinh thần thoải mái là hạnh phúc. Sống đời không bị chê trách là hạnh phúc, vì người không bị chê trách là phúc lành cho chính mình và cho người khác. Người đó được mọi người ngưỡng mộ và cảm thấy sung sướng hơn khi truyền cảm được làn sóng hòa bình sang người khác. Tuy nhiên, rất khó mà không bị mọi người chê trách. Vì thế người trí cao thượng nên cố sống đĩnh

đứng với sự khen chê bên ngoài, cố đạt được hạnh phúc tinh thần bằng cách vượt qua lạc thú vật chất.” Sau đó Đức Phật tiếp tục nhắc nhở chư Tăng Ni: “Hạnh phúc Niết Bàn là dạng thức hạnh phúc giải thoát khổ đau cao thượng nhất.”

Đức Phật đã cho chúng ta thấy hương thơm Hạnh Phúc trong Vườn Hoa Pháp Cú. Vì vậy mà trong kinh Pháp Cú, Phẩm XIV, Phẩm Phật Đà, Đức Phật đã dạy: Hạnh phúc thay đức Phật ra đời! Hạnh phúc thay diễn nói Chánh pháp! Hạnh phúc thay Tăng già hòa hợp! Hạnh phúc thay đồng tiến đồng tu! (Pháp Cú 194). *Trong Phẩm XV, Phẩm Lạc, từ kệ số 197 đến kệ số 208, Đức Phật đã dạy:* Sung sướng thay chúng ta sống không thù oán giữa những người thù oán; giữa những người thù oán, ta sống không thù oán (Pháp Cú 197). Sung sướng thay chúng ta sống không tật bệnh giữa những người tật bệnh; giữa những người tật bệnh chúng ta sống không tật bệnh (Pháp Cú 198). Sung sướng thay chúng ta sống không tham dục giữa những người tham dục; giữa những người tham dục, chúng ta sống không tham dục (Pháp Cú 199). Sung sướng thay chúng ta sống không bị điều gì chướng ngại. Ta thường sống với những điều an lạc như các vị thần giữa cõi trời Quang-Âm (Pháp Cú 200). Thắng lợi thì bị thù oán, thất bại thì bị đau khổ; chẳng màng tới thắng bại, sẽ sống một đời hòa hiếu an vui và hạnh phúc (Pháp Cú 201). Không lửa nào bằng lửa tham dục, không ác nào bằng ác sân si, không khổ nào bằng khổ ngũ ấm, và không vui nào bằng vui Niết bàn (Pháp Cú 202). Đói là chứng bệnh lớn, vô thường là nỗi khổ lớn; biết được đúng đắn như thế, đạt đến Niết bàn là hạnh phúc tối thượng (Pháp Cú 203). Vô bệnh là điều rất lợi, biết đủ là kẻ rất giàu, thành tín là nơi chí thân, Niết bàn là niềm hạnh phúc tối thượng (Pháp Cú 204). Ai đã từng nếm được mùi độc cư, ai đã từng nếm được mùi tịch tịnh, người ấy càng ưa nếm pháp vị để xa lìa mọi tội ác, sợ hãi (Pháp Cú 205). Gặp được bậc Thánh nhân là rất quý, vì sẽ chung hưởng sự vui lành. Bởi không gặp kẻ ngu si nên người kia thường cảm thấy hạnh phúc (Pháp Cú 206). Đi chung với người ngu, chẳng lúc nào không lo buồn. Ở chung với kẻ ngu khác nào ở chung với quân địch. Ở chung với người trí khác nào hội ngộ với người thân (Pháp Cú 207). Đúng như vậy, người hiền trí, người đa văn, người nhẫn nhục, người trì giới chân thành và các bậc Thánh giả là chỗ nương dựa tốt nhất cho mọi người. Được đi theo những bậc thiện nhân hiền huệ ấy, khác nào mặt trăng đi theo đường tịnh đạo (Pháp Cú 208). *Trong*

Phẩm XXI, Phẩm Tạp, Đức Phật đã dạy: Nếu bỏ vui nhỏ mà được hưởng vui lớn, kẻ trí sẽ làm như thế (Pháp Cú 290). *Trong Phẩm XXIII, Phẩm Voi, Đức Phật đã dạy:* Gặp bạn xa lâu ngày là vui, sung túc phải lúc là vui, mệnh chung có được thiện nghiệp là vui, lìa hết thống khổ là vui (Pháp Cú 331). Được kính dưỡng mẹ hiền là vui, kính dưỡng thân phụ là vui, kính dưỡng sa-môn là vui, kính dưỡng Thánh nhơn là vui (Pháp Cú 332). Già vẫn sống đức hạnh là vui, thành tựu chánh tín là vui, đầy đủ trí tuệ là vui, không làm điều ác là vui (Pháp Cú 333). *Trong Phẩm XXV, Phẩm Tỳ Kheo, Đức Phật đã dạy:* Người nào thường nghĩ đến sự sanh diệt của các uẩn, thì sẽ được vui mừng hạnh phúc. Nên biết: người đó không bị chết (Pháp Cú 374).

Tài Liệu Tham Khảo

References

- 1) *The Buddha and His Teachings*, Narada: 1973.
- 2) *The Connected Discourses of the Buddha*, translated from Pali by Bhikkhu Bodhi, 2000.
1. *Đạo Phật An Lạc và Tĩnh Thức*, Thiện Phúc, USA, 1996.
2. *Đạo Phật Trong Đời Sống*, 10 volumes, Thiện Phúc, USA, 1994.
- 3) *The Dhammapada*, Narada, 1963.
3. *Hạnh Phúc Đến Từ Bạn—Happiness Comes from You*, Thiện Phúc, USA, 2021.
4. *Ma Chướng & Thử Thách Trong Đời Sống*, Thiện Phúc, USA, 2021—*Obstructive Ghosts & Challenges in Life*, Thiện Phúc, USA, 2021.
5. *Những Đóa Hoa Vô Ưu*, Thiện Phúc, USA, 2012, Tập I, II & III—*The Sorrowless Flowers*, Thiện Phúc, USA, 2012, Volumes I, II & III.
6. *Niệm Phật Căn Bản Cho Người Tại Gia*, Thiện Phúc, USA, 2018, Tập I & II—*Basic Buddha Recitations for Lay People*, Thiện Phúc, USA, 2018, Tập I & II.
- 8) *Phật Pháp Căn Bản (Việt-Anh)—Basic Buddhist Doctrines*, 08 volumes, Thiện Phúc, USA, 2009.
8. *Sống Tĩnh Thức, An Lạc Và Hạnh Phúc—Living in Mindfulness, Peace and Happiness*, Thiện Phúc, USA, 2021.
9. *Thiền Trong Đạo Phật*, 3 tập, Thiện Phúc, USA, 2012.
10. *Thiền Trong Đời Sống*, 1 tập, Thiện Phúc, USA, 2012.
11. *Thủ Lăng Nghiêm Kinh, Trí Độ và Tuệ Quang*, 1964.
12. *Trung A Hàm Kinh*, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1992.
13. *Trung Bộ Kinh*, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1992.
14. *Trường A Hàm Kinh*, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1991.
15. *Trường Bộ Kinh*, Hòa Thượng Thích Minh Châu: 1991.
16. *Trường Bộ Kinh*, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1991.
17. *Tương Ưng Bộ Kinh*, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1993.
18. *Từ Điển Phật Học Anh-Việt—English-Vietnamese Buddhist Dictionary*, 10 volumes, Thiện Phúc, USA, 2007.
19. *Từ Điển Phật Học Việt-Anh—Vietnamese-English Buddhist Dictionary*, 6 volumes, Thiện Phúc, USA, 2005.
20. *Từ Điển Phật Thiền & Thuật Ngữ Phật Giáo Việt-Anh Anh-Việt—Dictionary of Zen & Buddhist Terms Vietnamese-English English-Vietnamese*, 12 volumes, Thiện Phúc, USA, 2016.
22. *Walking with the Buddha*, India Dept. of Tourism, New Delhi, 2004.

