

KINH PHÁP CÚ HÁN TẠNG

Thích Nhất Hạnh Việt dịch

Bài tựa Kinh Pháp Cú

Trong tạng kinh chữ Hán

Người viết: Cư sĩ Chi Khiêm (thế kỷ thứ III)

Người dịch: Thích Nhất Hạnh

Dhammapada là giáo nghĩa thiết yếu của các kinh. Dhamma là pháp, Pada là câu, là cú, là kệ. Pháp Cú có nhiều bộ khác nhau: có bộ có 900 câu kệ, có bộ 700 câu, và có bộ 500 câu. Kệ là những lời ngắn gọn, như bài thơ, bài tụng. Những câu ấy do Bụt nói ra, không phải một lần tất cả các câu, mà chỉ khi nào xúc sự thì mới nói lên một câu. Tất cả các câu ấy đều có gốc gác rải rác trong các kinh.

Bụt là bậc có Nhất Thiết Trí, bản chất của Người là đại nhân từ, vì thương xót nhân

gian cho nên mới xuất hiện trên cuộc đời này để mở bày đạo nghĩa, giải cứu cho con người. Mười hai thể tài kinh điển nói lên được một cách tổng quát những gì thiết yếu nhất của đạo nghĩa ấy để được phân thành một số kinh bộ. Bốn bộ kinh A Hàm được lưu truyền lại sau khi Bụt qua đời là do công phu của thầy A Nan tụng đọc lại. Các kinh dù lớn hay nhỏ đều bắt đầu bằng câu “Đây là những gì tôi đã được nghe khi Bụt đang cư trú ở miền...v.v.” Về sau các vị sa môn trong năm bộ phái Phật giáo đã nghiên cứu thông suốt về giáo nghĩa trong các bộ kinh ấy, sưu tầm và chép ra thành những bài kệ bốn câu hoặc sáu câu, xét theo ý nghĩa mà xếp riêng thành từng phẩm. Đối với mười hai thể tài giáo lý, không cần phải châm chước, không cần phải gọi bằng một cái tên riêng, cho nên mới gọi là

Pháp Cú. Các kinh điển đều là do sự tập hợp của các câu nói về chánh pháp mà có. Pháp Cú cũng là sự tập hợp của các câu nói về chánh pháp.

Cận đại có nhà họ Cát lưu truyền một bộ kinh Pháp Cú có 700 bài kệ. Nghĩa lý của các bài kệ rất sâu, những người dịch chưa thật sự lột được hết nghĩa lý ấy. Được gặp Bụt đó là một việc hiếm có, được nghe lời dạy của Bụt cũng là một chuyện hiếm có. Với lại các vị Bụt lại hay xuất hiện ở miền Tây Trúc. Mà ngôn ngữ Tây Trúc rất khác với văn Hán. Sách là sách Ấn Độ, chữ cũng là chữ Ấn Độ, tên người và tiếng gọi sự vật không giống nhau, cho nên phổ biến được kinh điển là chuyện khó.

Ngày xưa có các thầy An Thế Cao và Phật Điều đã từng dịch kinh tiếng Phạn ra tiếng Tàn, lột được ý, bây giờ ít ai nói tiếp được

công việc ấy. Những người dịch kinh sau đó tuy không làm được căn mật như thế nhưng ít nhất cũng đã truyền đạt được phần đại ý, tuy còn thô thiển nhưng cũng đã là quý hóa lắm rồi. Trước hết là thầy Duy Kỳ Nan, từ Ấn Độ tới Vũ Xương vào năm thứ ba của niên hiệu Hoàng Vũ. Chính tôi đã được thầy ấy trao cho bản Pháp Cú có 500 bài kệ. Tôi mới mời vị đồng đạo của thầy ấy là ông Trúc Tương Diễm dịch ra chữ Hán. Ông Diễm tuy giỏi tiếng Phạn nhưng vốn liếng chữ Hán vẫn chưa đủ. Những lời dịch của ông ta còn mang rất nhiều tiếng phiên âm và ngữ pháp phạm ngữ, còn có vẻ chất phác quá. Khi nghe Chi Khiêm tôi nói rằng lời dịch còn chưa được thuần nhã, thì thầy Duy Kỳ Nan nói rằng Bụt chỉ cần nương vào nghĩa chứ không cần để ý tới tô điểm văn hoa. Chỉ cần chủ yếu lấy được cái pháp thôi

chứ không cần đẹp. Những người truyền dịch kinh điển chỉ cần làm cho lời kinh dễ hiểu, đừng làm cho thất thoát cái nghĩa chính, đó là tốt rồi. Ngồi trong ban phiên dịch, có người nói: Ngày xưa Lão Tử đã từng nói, “Lời nói hay thì khó tin, lời nói tin thì khó hay.” Đức Khổng Tử cũng từng nói, “Sách không thể nói hết lời, lời không thể nói hết ý.” Những lời nói như thế cho ta thấy rõ rằng ý của các bậc thánh nhân rất sâu sắc vô cùng. Bây giờ dịch từ tiếng Phạn ra thì phải thật sự lột được ý kinh. Cho nên người dịch phải tự xem bài kệ bằng tiếng Phạn và đọc lên tiếng Hán bằng chính miệng của mình. Do đó phải cố gắng nói ra cho được cái ý chỉ trong bản gốc mà không cần phải thêm thắt văn hoa. Những chỗ nào người dịch không hiểu thì thà rằng đừng dịch. Cũng vì lẽ đó mà trong công việc dịch thuật thế

nào cũng đã có những thất thoát, và có nhiều cái bị bỏ lại.

Tuy nhiên, dù lời còn chất phác nhưng ý chỉ rất thâm uyên, câu văn còn giản ước nhưng nghĩa lý rộng sâu và các sự việc nhắc tới đều có liên hệ mật thiết với các kinh. Chương nào cũng có gốc rễ của chương ấy và bài kệ nào cũng có nghĩa lý của bài kệ ấy.

Bên Ấn Độ, những người mới tu mà không chịu học kinh Pháp Cú là những người được gọi là ưa học nhảy lớp, không theo trình tự. Kinh Pháp Cú là đối tượng nghiên cứu quan trọng của người mới học mà cũng là kho tàng uyên áo cho những người đã đi sâu vào Phật học. Kinh này có khả năng chỉ bày cho những kẻ mê mờ, làm sáng tỏ cho những người còn nhiều nghi hoặc và giúp cho người ta tự học

được một mình. Nhờ kinh này mà kẻ học giả tuy công phu bỏ ra còn ít nhưng kết quả thu hoạch được thì rất lớn. Cho nên ta có thể nói rằng kinh này là cốt tủy của giáo pháp vi diệu.

Lúc trước, khi tiếp nhận kinh này tôi thấy có nhiều chỗ tôi không hiểu được. Khi thầy Tăng Hội đem ông Diễm tới tôi lại có cơ hội chất vấn thêm. Nhân cơ hội ấy tôi lại nhận được thêm (từ các vị ấy) một số các bài kệ nữa, cho nên góp được thêm mười ba phẩm mới vào. Tham cứu các văn bản xưa và làm công việc hiệu đính thì kết quả là sau khi thêm mười ba phẩm mới vào, kinh này có được tất cả 39 phẩm và 752 bài kệ. Điều này đã đem lại nhiều bổ ích và giúp cho sự học vấn của chúng ta rộng rãi thêm nhiều.

(Nguồn: Làng Mai)

KINH PHÁP CÚ HÁN TẠNG

Thích Nhất Hạnh Việt dịch

Bài tựa Kết Một Tràng Hoa **Viết về Kinh Pháp Cú Hán tạng** thiền sư Thích Nhất Hạnh

Ở Ấn Độ, ngày xưa cũng như ngày nay, và ở nhiều nước khác nữa, có tục đi mua những tràng hoa kết sẵn để dâng cúng hay để hiến tặng.

Chúng ta hãy hình dung một người kết tràng hoa và bán tràng hoa chuyên nghiệp. Người ấy đi hái nhiều thứ hoa, đem về, để riêng từng loại hoa trước mặt. Người ấy nâng một vài đóa hoa hay chùm hoa lên, ví dụ hoa nhài, rũ một cái, cho những

cánh hoa này lộ ra tất cả cái tươi đẹp còn lại của chúng, trước khi xâu kết thành một tràng hoa. Công việc của người biên tập kinh Pháp Cú cũng giống như công việc của người chuyên môn xâu kết tràng hoa. Trước hết người ấy phải đi hái hoa, nghĩa là đọc hết các kinh điển, và chọn ra những ý kinh, những bài kệ mang tính chất cốt tủy của Phật pháp. Rồi người ấy tập hợp các bài kệ này dưới những chủ đề khác nhau, cũng như hoa nhài để riêng, hoa huệ để riêng, hoa vạn thọ để riêng. Người ấy bỏ những bài kệ mà nghĩa lý còn mù mờ, chỉ chọn những bài kệ nghĩa lý thật sáng tỏ, cũng như cầm hoa mà rũ, làm rơi rụng những cánh hoa không còn tươi thắm, để chỉ còn những đóa hoa thật tươi, trước khi xâu kết thành tràng hoa.

Tôn giả Pháp Cứu (Dharmatrāta), một trong những vị luận sư nổi tiếng của bộ phái Thuyết Nhất Thiết Hữu Bộ ở Kashmir, được coi như là người đã biên tập thành kinh Pháp Cú mà chúng ta có một bản dịch ở Hán Tạng. Đó là kinh thứ 210 trong Đại Tạng Tân Tu. Đầu kinh có ghi là kinh do tôn giả Pháp Cứu tuyên chọn.

Nếu sự ghi chép đó đúng với sự thực, thì tôn giả Pháp Cứu là một trong những nhà tuyên chọn và biên tập các kinh Pháp Cú. Bởi vì không phải chỉ có một người làm việc ấy. Có những kinh Pháp Cú chỉ có 500 bài kệ tụng, có những kinh có 700 bài, có kinh có 900 bài, v.v...

Kinh Pháp Cú trong Hán Tạng có tới 39 phẩm với 39 đề tài. Phẩm đầu là phẩm Vô Thường, và cố nhiên chủ đề chung của tất

cả các bài kệ tụng trong ấy là tính vô thường của vạn vật. Phẩm này có hai mươi một bài kệ tụng.

Phẩm thứ 12 có đề tài là Hoa Hương. Ta hãy đọc hai bài kệ đầu của phẩm này, bởi vì hai bài ấy nói về chuyện xâu kết tràng hoa và biên tập Pháp Cú:

1. “Ai là người tuyển chọn được các cõi, bỏ đi các vùng tù ngục mà chỉ giữ lại các tầng trời? Ai là người có thể tuyển chọn được Pháp Cú như một kẻ chuyên nghiệp có tài chọn hoa và kết lại thành tràng hoa?”

2. “Một người đang thực tập tu học thì có thể tuyển chọn được các cõi, bỏ đi các vùng tù ngục mà chỉ giữ lại các tầng trời, có thể nói Pháp Cú, có thể hái được những đóa hoa đức hạnh.”

Đi vào kinh tạng cũng như đi thám hiểm các tầng trời: biết bao nhiêu đóa hoa tuyệt vời của diệu pháp mà ta có thể khám phá trong kho tàng của thế giới ấy. Phải có tu có học thật sự thì ta mới có khả năng khám phá và nhận diện được những châu báu ấy, để thu nhặt, đúc kết và hiến tặng cho thế gian. Ta không cần có phép thần thông mới đi vào được các cõi trời kia để làm công việc giám sát và chọn lọc. Ta chỉ cần là người có thật tu thật học. Tôn giả Pháp Cứu tin rằng mình làm được công việc tuyển chọn Pháp Cú tại vì mình có thật tu thật học. Và nếu ai có thật tu thật học cũng đều làm được việc ấy, nghĩa là có khả năng giảng dạy Pháp Cú và gặt hái được những đóa hoa tuệ giác và đúc hạnh để kết lại thành những tràng hoa.

Đọc hai bài kệ đầu này của phẩm Hoa Hương ta thấy được đức khiêm cung của tôn giả Pháp Cứu. Nhiều người nói là muốn đọc Đại Tạng Kinh, đang đọc Đại Tạng Kinh hay đã đọc Đại Tạng Kinh. Nhưng đã có mấy người đi vào trong Đại Tạng mà không lạc đường, mà không biết mình đang ở vị trí nào trong cái đại dương mông mênh ấy?

Kinh Pháp Cú được lưu hành rộng rãi ở Việt Nam ngày nay là kinh Pháp Cú của tạng Pali. Kinh này chỉ có 26 phẩm mang 26 đề tài, chứ không phải có tới 39 phẩm như kinh Pháp Cú trong tạng Hán. Nhưng nội dung của 26 phẩm gần giống nhau quá, kể cả tên các phẩm, cho đến nỗi có nhiều học giả cho rằng kinh Pháp Cú trong tạng Hán đã được dịch từ kinh Pháp Cú trong tạng Pali. Nhưng tìm hiểu chi

tiết, ta có thể nói rằng cả hai kinh đều có thể đã được phát xuất từ một nguyên bản Prakrit. Có thể là nguyên bản này thuộc về Hữu Bộ hay Ca Diếp Di Bộ, hoặc một bộ phái khác có mặt ở miền Bắc Ấn Độ.

Kinh Pháp Cú tạng Hán có một bài tựa có thể cung cấp cho chúng ta một ít thông tin rất quý báu. Nhờ bài tựa này mà ta biết người dịch kinh tên là Trúc Tương Diễm, tiếng Phạn thì rất giỏi nhưng vốn liếng tiếng Hán thì còn ít. Vị này đã cùng với một vị khác, tên là Duy Kỳ Nan, từ Ấn Độ qua tới Vũ Xương vào năm thứ ba của niên hiệu Hoàng Vũ, tức là năm 224 của kỷ nguyên Tây Lịch. Họ có đem theo một nguyên bản tiếng Phạn của kinh Pháp Cú có 500 bài kệ tụng.

Người viết bài tựa này là cư sĩ Chi Khiêm, vị đã từng là giáo sư dạy kèm cho

hoàng thái tử Tôn Lượng nước Đông Ngô cho đến năm 252, khi phụ hoàng là Ngô Tôn Quyền băng. Chi Khiêm trước đó đã dịch được rất nhiều kinh từ tiếng Phạn ra tiếng Hán. Sách Cao Tăng Truyện nói ông đã dịch được 49 bộ kinh, trong khi sách Lịch Đại Tam Bảo Ký nói ông đã dịch được tới 129 bộ. Công trình phiên dịch này chắc hẳn đã được ông thực hiện một phần nhỏ ở Vũ Xương và một phần lớn ở Kiến Nghiệp, thủ đô nước Đông Ngô, trong khi ông được vua Ngô Tôn Quyền mời dạy cho thái tử. Trước đó, nghĩa là khi nhà Hậu Hán chưa sụp đổ, ông cư trú ở Hà Nam. Ông là người nước Nhục Chi (Indo-Scythe) cùng với thân tộc di cư qua nước Hán hồi còn rất trẻ, có thể hồi mới mười tuổi, hiểu tới sáu thứ tiếng. Ông đã được theo học với thầy Chi Lương, thầy này là đệ tử của thầy Chi Lưu Ca Sâm

(Locasema), một dịch giả kinh Phật nổi tiếng ở đất Hán. Chi Lưu Ca Sâm, Chi Lương và Chi Khiêm đều là những nhà trí thức thượng thặng có gốc gác nước Nhục Chi, và được người đương thời ca ngợi là Tam Chi (ba vị học giả uyên thâm gốc nước Nhục Chi). Chi Khiêm còn được ca tụng là Trí Nang, có nghĩa là một cái túi kiến thức. Sau ngày sụp đổ của nhà Hán, Chi Khiêm đã chạy loạn về Vũ Xương, sau đó mới được vua Tôn Quyền mời dạy thái tử.

Bài tựa Kinh Pháp Cú do Chi Khiêm viết cho biết rằng hai vị Duy Kỳ Nan và Trúc Tương Diễm đã từ Ấn Độ tới Vũ Xương với nguyên bản kinh Pháp Cú bằng tiếng Phạn và ông được gặp hai vị này ở đây. Các vị này đã tới Lạc Dương trước, nhưng vì thời thế loạn lạc, nhà Hán sụp đổ cho

nên mới di tản vào Vũ Xương. Hồi đó Ngô Tôn Quyền chưa xưng đế, nhưng miền Giang Đông do ông kiểm soát tương đối có an ninh. Chi Khiêm cũng đang ty nạn ở đây và hai bên đã có cơ hội gặp nhau. Năm các vị gặp nhau là năm 224, hai năm sau ngày nhà Hán chính thức sụp đổ. Nhà Hán sụp đổ thì có ba nước được thành lập: Bắc Ngụy, Tây Thục và Đông Ngô. Bài tựa cho biết là chính cư sĩ Chi Khiêm đã đề nghị thầy Trúc Tương Diễm dịch kinh Pháp Cú từ tiếng Phạn ra tiếng Hán và thầy Tương Diễm đã nhận lời.

Bài tựa cho biết rằng tuy thầy Tương Diễm rất giỏi về tiếng Phạn nhưng tiếng Hán còn kém. Nếu Chi Khiêm lúc đó đã là một dịch giả xuất sắc từng dịch được nhiều kinh từ Phạn ra Hán thì tại sao không tự nguyện dịch lấy mà phải nhờ

thầy Trương Diễm dịch? Chỉ có một câu trả lời: hồi đó, tiếng Phạn của Chi Khiêm còn yếu, và Chi Khiêm chưa bắt đầu sự nghiệp dịch thuật của mình. Bài tựa còn cho biết có nhiều chỗ khó dịch, cho nên bản dịch không có được những đoạn khó dịch ấy, và do đó đã có những rơi rụng đáng tiếc.

Hồi ấy, cư sĩ Chi Khiêm suýt soát 30 tuổi, và đã nổi tiếng là văn hay chữ tốt. Ngồi trong hội đồng phiên dịch, ông có nói lên sự không hài lòng của ông, nhưng các vị trong ban phiên dịch, trong đó có Duy Kỳ Nan và Trúc Trương Diễm nói rằng không cần văn hay, chỉ cần lột được ý chính của Kinh là được rồi. Cư sĩ Chi Khiêm ngồi đó trong ban dịch thuật, ghi xuống những câu đã được thầy Trương Diễm đọc ra bằng tiếng Hán, và hứa sẽ đề nguyên như

vậy mà không trau chuốt. Duy Kỳ Nan cũng có ngôi đó, hạ lạp tuy lớn hơn thầy Trương Diễm, nhưng vốn liếng tiếng Hán còn quá ít nên cũng chỉ đóng góp bằng sự có mặt của mình.

Có thể vì lý do ấy mà cư sĩ Chi Khiêm từ đó đã bắt đầu nỗ lực học tiếng Phạn cho giỏi để tự mình trực tiếp dịch kinh. Ông là người thông minh và có khiếu văn chương ngôn ngữ, biết được tới sáu thứ tiếng, thành ra học rất nhanh. Sau đó ông mới bắt đầu sự nghiệp dịch kinh của mình. Trước khi vào Vũ Xương, ông cũng đã từng được học tiếng Phạn và kinh điển từ thầy Chi Lương, đệ tử của dịch giả lừng danh Chi Lưu Ca Sâm.

Theo bài tựa, Chi Khiêm đã có dịp gặp lại thầy Trương Diễm một lần thứ hai để chất vấn về những điểm chưa rõ ở trong bản

dịch Pháp Cú, và được thầy này trao thêm cho nhiều tài liệu tiếng Phạn, cũng cùng một đề tài Pháp Cú. Với những tài liệu này, Chi Khiêm đã dựng thêm được 13 chương mới nữa của Kinh Pháp Cú, và những chương này, một số được đặt trước các chương có sẵn, một số được đặt sau các chương có sẵn. Những chương đặt phía trước có tính chất của văn học Phật giáo Hữu Bộ miền Bắc, và những chương đặt phía sau lại có tính chất của văn học Phật giáo Thượng Tọa Bộ miền Nam.

Mười ba chương mới này không có mặt trong kinh bản Pháp Cú tiếng Pali. Chắc chắn rằng sau này khi vốn liếng tiếng Phạn đã vững chắc, cư sĩ Chi Khiêm đã trùng tu lại bản dịch của Tương Diễm, và vì vậy ta thấy văn chương của Kinh Pháp Cú tạng Hán khá điển nhã, không phải thứ

văn chương của người mới học tiếng Hán vài ba năm. Hai vị Duy Kỳ Nan và Tương Diễm tới Vũ Xương năm 224 và có lẽ ba bốn năm sau thầy Tương Diễm mới có tạm đủ tiếng Hán để nhận lời Chi Khiêm khởi sự dịch kinh Pháp Cú.

Kinh Pháp Cú trong Hán tạng có ghi dòng chữ: *Kinh này do các vị Duy Kỳ Nan v.v... phiên dịch*. Theo tinh thần của bài tựa thì chính Tương Diễm cầm bản tiếng Phạn đọc ra tiếng Hán và Chi Khiêm ghi chép xuống. Duy Kỳ Nan chỉ ngồi đó yểm trợ và chứng minh, bởi vì ông là bậc trưởng thượng. Chữ *vân vân* (*đẳng*) có nghĩa là cùng với Duy Kỳ Nan có những vị khác đóng góp vào việc phiên dịch, trong đó có Tương Diễm và có cư sĩ Chi Khiêm. Chắc chắn là cư sĩ Chi Khiêm, sau khi giỏi tiếng Phạn, đã dày công duyệt lại bản dịch

và cho nó trở thành một dịch bản có giá trị về cả hai mặt văn chương và nghĩa lý. Bài tựa này không được đặt ở đầu kinh mà được đặt ở giữa quyển thượng và quyển hạ, và không mang chữ ký của Chi Khiêm: sự kiện này cũng nói lên được đức khiêm cung của vị cư sĩ bác học này.

Loạn lạc gây nên do sự sụp đổ của nhà Hán xảy ra vào khoảng năm 220. Chi Khiêm cũng như nhiều nhà trí thức khác ở Lạc Dương đã chạy về miền Nam tỵ nạn. Có nhiều nhà trí thức chạy loạn và vào tận đất Giao Châu, trong đó có Mâu Tử, sau này là tác giả của Lý Hoặc Luận, tác phẩm về Phật giáo đầu tiên viết bằng tiếng Hán và sáng tác tại Giao Châu. Những cộng sự viên của thiền sư An Thế Cao như Bì Nghiệp và Trần Tuệ cũng đã chạy nạn về tận Giao Châu và đã tham dự

vào trong ban phiên dịch kinh điển của thầy Tăng Hội hồi đó đang chủ trì trung tâm Phật giáo Luy Lâu ở Giao Châu.

Cư sĩ Chi Khiêm đã chỉ chạy vào tới Vũ Xương. Và đã gặp hai vị Duy Kỳ Nan và Tương Diễm ở đây. Mãi tới năm 229 Ngô Tôn Quyền mới xưng đế, trước hết ở Vũ Xương, lấy quốc hiệu là Ngô, và mãi tới năm 238 mới dời về Kiến Nghiệp. Vũ Xương tức là thành Kinh Châu ở tỉnh Hồ Bắc, còn Kiến Nghiệp là tên mới của thành Mạt Lãng ở Dương Châu, tỉnh Giang Tô. Tên Kiến Nghiệp là do vua Tôn Quyền đặt. Có lẽ Chi Khiêm đã được vua Tôn Quyền mời dạy cho thái tử là Tôn Lượng ngay từ lúc kinh đô nước Ngô còn đặt ở Vũ Xương. Kèm cho hoàng thái tử học lại có nhiều nhà trí thức khác trong đó có học giả Vi Diệu, tên tự là Vi Chiêu. Vì

Chi Khiêm là người nước ngoài nên không được chính thức ghi tên trong Ngô Sử.

Trong số các kinh điển do Chi Khiêm phiên dịch có những kinh điển Đại Thừa như kinh Duy Ma Cật, kinh Đại Bát Niết Bàn, kinh Bát Nhã (Đại Minh Độ Kinh), cũng có những kinh nguyên thủy như kinh Pháp Cú và kinh Nghĩa Túc. Điều cần ghi nhớ là hội ấy tư liệu của cả hai truyền thống đều có mặt.

Sách Cao Tăng Truyện của thiền sư Huệ Hạo cho biết là thầy Tăng Hội đã từ Giao Châu tới kinh đô Kiến Nghiệp của nước Đông Ngô vào năm 247, năm thứ mười của niên hiệu Xích Ô. Lúc đó vua Tôn Quyền đã ở ngôi được 18 năm, và chắc rằng trong mười tám năm này cư sĩ Chi Khiêm đã có cơ hội dịch được nhiều kinh

điền tại Kiến Nghiệp. Sách Cao Tăng Truyện cũng cho biết là khi thiền sư Tăng Hội bước chân đến Đông Ngô (“miền Giang Tả”) thì đó là lần đầu tiên vương quốc Đông Ngô thấy được hình dáng một vị sa môn. Như vậy cũng có nghĩa là lúc bấy giờ các vị Duy Kỳ Nan và Tương Diễm chưa đến đó, hoặc chưa có mặt ở đó. Có thể hai vị này chỉ đến Vũ Châu và ở lại Vũ Châu. Cũng có thể hai vị này không phải là người xuất gia, mà chỉ là những vị cư sĩ như Chi Khiêm. Hai cái tên Duy Kỳ Nan (Vighna) và Tương Diễm (sách Cao Tăng Truyện nói Tương Diễm còn có tên khác là Luật Diễm) cũng không có dáng dấp của những pháp danh của người xuất gia.

Cao Tăng Truyện cho biết rằng Chi Khiêm (hiệu Cung Minh) là người học

rộng, biết nhiều, nói được sáu thứ tiếng, người cao, gầy mà hơi đen. Trong hai mắt, tròng trắng thì lớn mà con ngươi thì màu vàng. Tuy người mảnh khảnh nhưng đó là một cái túi hiểu biết, người đương thời hay nói như thế. Vua Tôn Quyền nghe tiếng mới mời đến kèm dạy cho thái tử. Thái tử tên là Tôn Lượng.

Sách Cao Tăng Truyện nói rằng khi Tăng Hội tới Kiến Nghiệp, việc đầu tiên mà thiền sư làm là dựng một mái lá, đặt lên một tượng Bụt và bắt đầu thực tập thiền hành. “Đây là lần đầu tiên ở nước Ngô xuất hiện một vị sa môn”, sách Cao Tăng Truyện viết. Vua Tôn Quyền nghe nói, vội đến, đặt ra nhiều thử thách và cuối cùng tuân phục, giúp thầy Tăng Hội lập nên ngôi chùa đầu tiên ở nước Ngô, gọi là chùa Kiến Sơ, và cho xây bảo tháp bên

cạnh. Khu xây cất ấy được gọi là Trung Tâm Phật giáo (Phật Đà Lý).

Chắc chắn là cư sĩ Chi Khiêm đã đóng góp một phần quan trọng vào việc yểm trợ xây dựng Trung Tâm Phật Giáo này, bởi vì ông đang được vua Tôn Quyền tin tưởng, giao cho công việc dạy dỗ thái tử. Và từ năm 247 trở đi cho đến khi vua Tôn Quyền băng (252), thầy Tăng Hội và cư sĩ Chi Khiêm đã có cơ hội làm việc dịch thuật với nhau trong một khung cảnh rất thuận lợi là chùa Kiến Sơ, là Trung Tâm Phật Giáo Phật Đà Lý.

Các học giả ai cũng công nhận là văn phong của cả hai vị này đều rất điển nhã. Họ đã có can đảm sử dụng các danh từ Khổng giáo và Lão giáo có sẵn để dịch những danh từ Phật học, đã tìm cách dịch nghĩa chứ không chịu chỉ chấp nhận phiên

âm, trừ những danh từ khó dịch nhất. Nước Ngô chỉ cường thịnh trong thời gian vua Tôn Quyền trị vì. Sau khi vua băng (252) thì quyền thần chống đối lẫn nhau làm cho nội bộ suy yếu. Thái tử Tôn Lượng lên ngôi, không đủ sức trị vì. Cư sĩ Chi Khiêm bỏ vào núi Khung Ai (Long Sơn) để tĩnh tu. Tôn Hưu (Cảnh Đế) lên ngôi cho đến năm 264 thì băng và Tôn Hạo lên kế vị. Vua Tôn Hạo tính tình nóng nảy, bạo động, đã giết hại nhiều vị trung thần. Nghe lời dèm pha, Tôn Hạo muốn đàn áp Phật giáo và triệt tiêu chùa Kiến Sơ. Nhưng với đức độ và phong thái bất bạo động của mình, thầy Tăng Hội đã cảm hóa được vua Tôn Hạo và cuối cùng vua này chịu quy y và thọ trì năm giới. Trong khi cư sĩ Chi Khiêm bỏ vào núi ẩn tu thì thiền sư Tăng Hội vẫn tiếp tục chủ trì Trung tâm Phật giáo Kiến Sơ, tổ chức

đại giới đàn thu nhận đệ tử người Ngô xuất gia, và làm cho đạo Bụt trở nên hưng thịnh ở miền Giang Tả. Để tổ chức những giới đàn truyền giới như thế, chắc hẳn thiền sư đã cho mời các vị cao tăng ở Giao Châu tới để thành lập hội đồng truyền giới có đủ tam sư và thất chứng.

Cả hai vị Tăng Hội và Chi Khiêm đã đóng góp đáng kể về mặt nghi thức hành trì và tán tụng. Chi Khiêm đã soạn được *Phạm Bối Tam Khế* và *Tán Bồ Tát Liên Cú* căn cứ trên Vô Lượng Thọ Kinh và Thái Tử Thụy Ứng Bản Khởi Kinh. Tăng Hội cũng soạn được những điệu tán tụng rất trong sáng đẹp đẽ và cảm động được lòng người gọi là *Nê Hoàn Phạm Bối*.

Ta biết bài tựa kinh An Ban Thủ Ý đã được thiền sư Tăng Hội viết tại Luy Lâu, nhưng ta không biết Lục Độ Tập Kinh

được dịch ở Luy Lâu hay ở Kiến Nghiệp. Có một kinh do Chi Khiêm dịch đã được đưa vào phần cuối của Lục Độ Tập Kinh, đó là kinh Kính Diện Vương. Điều đó cho ta thấy cái giao tình mật thiết giữa hai vị học giả. Chắc chắn là thầy Tăng Hội đã sử dụng kinh Pháp Cú và các kinh khác do cư sĩ Chi Khiêm dịch để giảng dạy cho đồ chúng tại chùa Kiến Sơ.

Hồi đó bốn bộ kinh A Hàm còn chưa được dịch ra tiếng Hán. Những từ ngữ mà các vị Chi Khiêm và Tăng Hội sử dụng đã đóng góp rất nhiều cho công trình phiên dịch các kinh A Hàm trong những thế kỷ kế tiếp.

Năm 280, vào tháng tư, vua Tôn Hạo ra đầu hàng nhà Tấn. Tháng chín năm ấy thiền sư Tăng Hội viên tịch. Vậy là vị

thiền sư gốc Việt này đã hành hóa tất cả được 31 năm ở nước Đông Ngô.

Đầu năm nay khi phiên dịch xong kinh Nghĩa Túc, tôi bắt đầu dịch kinh Pháp Cú và khám phá ra rằng cư sĩ Chi Khiêm cũng đóng một vai trò quan trọng trong việc cầm bút và biên tập trong ấy. Như đã nói ở đầu bài này, kinh Pháp Cú chữ Hán có tới mười ba phẩm mà kinh Pháp Cú chữ Pali không có. Đó là do công trình của cư sĩ Chi Khiêm. Những phẩm như phẩm Vô Thường hay Niết Bàn đều không có trong kinh Pháp Cú tiếng Pali, trong khi các đề tài ấy rất quan trọng. Các phẩm không có trong bản Pali là: Vô Thường, Giáo Học, Đa Văn, Mã Tín, Phá Giới, Duy Niệm, Từ Nhân, Ngôn Ngữ, Lợi Dưỡng, Nê Hoàn, Sinh Tử, Đạo Lợi và Cát Tường. Cát Tường, phẩm chót, là

một kinh rất phổ biến ở các nước Phật giáo Nam phương, thường được các Phật tử tại gia học thuộc lòng. So với bản tiếng Pali, thì trong bản tiếng Hán, tám phẩm đầu trong số mười ba phẩm vừa nêu tên được đề lên đầu, và năm phẩm còn lại được đặt ở cuối. Những tư liệu mà cư sĩ Chi Khiêm sử dụng để làm ra mười ba phẩm ấy được thầy Tương Diễm cung cấp mà cũng có thể đã được thầy Tăng Hội cung cấp. Trong bài tựa kinh Pháp Cú Hán Tạng, tuy không có tên người đề tựa ở đầu bài hay cuối bài, nhưng căn cứ trên nội dung ta biết cư sĩ Chi Khiêm là tác giả. Đọc câu: *“Khi nghe Khiêm tôi nói rằng lời dịch còn chưa được thuần nhã thì thầy Duy Kỳ Nan nói rằng Bụt chỉ cần nương vào nghĩa chứ không cần để ý tới tô điểm văn hoa”* (Sơ Khiêm kỳ vi từ bất nhã Duy Kỳ Nan viết Phật ngôn y kỳ

nghĩa bất dụng tiết), ta biết người viết tựa là Chi Khiêm. Đoạn sau ông lại viết: “*Hội tương viêm lai, cánh tùng nặc vấn tạo thứ kê bồi, phục đắc thập tam phẩm.*” Chữ *Viêm* ở đây chắc là do chữ *Diễm* viết lầm, cho nên ai cũng đọc là *Diễm*, và ai cũng dịch là “gặp Tương Diễm tới” (Gặp Tương Diễm tới, tôi lại có dịp chắt vấn thêm. Nhân cơ hội ấy tôi lại nhận được thêm một số các bài kệ nữa cho nên góp được thêm mười ba phẩm mới vào). Tôi thấy dịch “hội tương diễm lai” là “gặp Tương Diễm tới” thì có cái gì không ổn. Trước đã nói khi Tương Diễm tới Vũ Xương, mình đã được gặp và đã yêu cầu Tương Diễm dịch Kinh Pháp Cú rồi mà. Nếu lần này gặp nữa thì không phải là lần gặp đầu. Cho nên chữ *lai* không thể dịch là *tới* mà phải dịch là *trở lại*. Theo tôi thì chữ Hội đây có nghĩa là Tăng Hội, cũng

như chữ Khiêm phía trên có nghĩa là Chi Khiêm. Và tôi nghĩ rằng mình có thể dịch ‘hội tương diễm lai’ là “khi thầy Tăng Hội đưa ông Diễm tới lại” (chữ *tương* cũng có nghĩa là *đem*). Điều này có nghĩa là thầy Tăng Hội đã có cơ hội gặp hai vị Duy Kỳ Nan và Tương Diễm ở Kiến Nghiệp trong thời gian sau khi chùa Kiến Sơ đã được kiến lập, và tư liệu đưa ra kỳ này là do cả hai thầy Tương Diễm và Tăng Hội cung cấp. Rất có thể thầy Tăng Hội đã mời hai vị tham dự vào hội đồng truyền giới đầu tiên tổ chức tại chùa Kiến Sơ cho người Ngô được xuất gia, bởi vì vào đời Hán, người Hán tộc chưa ai được phép cắt tóc làm sa môn.

Tôi có thật nhiều hạnh phúc trong khi dịch kinh Pháp Cú chữ Hán, tuy đôi khi cũng vấp phải một vài khó khăn. Dịch

kinh Pháp Cú cho tôi nhiều cảm hứng. Ví dụ khi dịch đến bài kệ thứ 17 trong phẩm Phóng Dật, tức là phẩm thứ 10:

“Xuất gia từ khi còn trẻ tuổi mà tu tập theo giáo pháp của Bụt một cách đầy đủ thì sẽ chiếu sáng được cho thế gian như một mặt trăng trong bầu trời không mây.”

Nguyên văn chữ Hán:

*Thiếu tráng xả gia
Thịnh tu Phật giáo
Thị chiếu thế gian
Như nguyệt vân tiêu*

Trong chương thứ 34, phẩm Sa Môn, ở bài kệ thứ 23 cũng có hình ảnh của một vầng mặt trời:

“Người xuất gia dù còn trẻ nhưng hết lòng thực tập Phật pháp thì cũng giống như

một vầng thái dương soi sáng thế gian trong khung trời không có mây ám.”

Nguyên văn chữ Hán:

*Thảng hữu thiếu hành
Ứng Phật giáo giới
Thử chiếu thế gian
Như nhật vô ế*

Phía bên kinh bản tiếng Pali, ta có một bài kệ, cũng trong phẩm Sa Môn, cũng bài thứ 23, mà thay vì mặt trời, ta lại thấy mặt trăng:

*Yo have daharo bhikkhu
yuñjati buddhasāsanā
So imam lokam pabhāseti
abbhā mutto' va candimā*

Tôi nhớ lại hồi Bụt mới thành đạo, đại đa số người xuất gia theo Ngài là người trẻ.

Lấy cảm hứng ở bài kệ trên, bắt đầu từ năm 2010 tôi đã đặt pháp tự cho những người xuất gia bằng chữ *trăng* và *trời*. Các sư cô trẻ có những tên như Chân Trăng Mười Sáu, Chân Trăng Phương Nam, Chân Trăng Chùa Xưa, v.v... và các sư chú trẻ có những tên như Chân Trời Phương Bồi, Chân Trời Thân Hữu, Chân Trời Huyền Thoại, v.v... để nhớ là dù mình còn trẻ tuổi, nếu mình tu học cho tinh chuyên thì cũng sẽ như mặt trời hay mặt trăng, chiếu sáng được cho thế gian.

Tôi đã cố ý dịch các bài kệ thành văn xuôi để cho dễ hiểu. Ngày xưa văn học Phật giáo, trong những thế kỷ đầu, là văn học truyền khẩu; thi kệ là phần dễ nhớ dễ thuộc cho nên trùng tụng (già đà, gathà, thi kệ) là thể tài được ưa chuộng nhất. Nó cũng như ca dao, dễ nhớ, dễ thuộc. Nhưng

bây giờ ta đã viết xuống được rồi thì ta cũng có thể cất giữ lâu dài mà không sợ quên, do đó ta không hẳn phải dịch thành thi kệ. Tuy nhiên, nếu có dịp, tôi cũng sẽ lấy ý của văn xuôi để dịch lại thành thi kệ.

Tôi viết bài tựa này cũng để ghi nhớ công ơn chư tổ đã làm mọi cách để cho Phật pháp được truyền bá rộng rãi và lâu dài về sau, và cũng để nhớ về thiền sư Tăng Hội và cư sĩ Chi Khiêm ...

Tôi đã có cơ hội giảng được ba phẩm trong kinh này, đó là phẩm Nê Hoàn (phẩm thứ 36), được tôi đặt tên là *Kinh Rong Chơi Trời Phương Ngoại*, phẩm Ái Dục (phẩm thứ 32), được tôi đặt tên là *Kinh Chiếc Lưới Ái Ân*, và phẩm Cát Tường (phẩm thứ 39) mà tôi đặt tên là *Kinh Điem Lành Lớn Nhất*. Có dịp tôi sẽ bình giải tiếp. Xin mời các vị đã từng đọc

và thực tập kinh Pháp Cú dịch từ tiếng Pali thượng thức kinh văn này dịch từ tiếng Hán. Sẽ có những cái bất ngờ ...

KINH PHÁP CÚ HÁN TẠNG

Thích Nhất Hạnh Việt dịch

Kinh Quán Chiếu Vô Thường (Thiền Sư Thích Nhất Hạnh dịch từ kinh Pháp Cú trong Hán Tạng) Kinh thứ 1

1. Ý thức là mình vừa ngủ dậy thì nên mở tâm vui mừng. Hãy lắng nghe những lời sau đây ghi chép lại giáo lý của Bụt.
2. Tất cả các *hành* đều vô thường, tất cả đều là những cái đã được hình thành và đều sẽ phải suy yếu. Hễ có sinh là phải có diệt. Vượt thoát được cái sinh cái diệt ấy là hạnh phúc lớn.
3. Như người thợ gốm sử dụng khuôn và đất sét để nặn ra các vật dụng, tất cả những gì được tạo tác ra cuối cùng cũng đều phải bị hư hoại. Mạng sống con người

cũng thế.

4. Như con sông chảy xiết, đi mà không trở lại, mạng sống con người cũng như thế, một khi đi qua thì không trở về, già đi thì không trẻ trở lại.

5. Như kẻ mục đồng cầm gậy lừa bò đi ăn cỏ, cái già và cái chết cũng lừa mạng sống của chúng ta đi về néo chết.

6. Bất cứ ai, bất cứ là nam hay là nữ, bất cứ thuộc dòng họ nào, trăm ngàn như một, dù có chất chứa tài sản nhiều cách mấy cũng không ai thoát khỏi sự suy tàn.

7. Mỗi ngày mỗi đêm, sinh mạng tự giảm xuống, tuổi thọ cứ tiêu hao dần dần cho đến hết, như nước cạn trong hồ.

8. Cái còn dù có dài lâu cách mấy cuối cùng cũng phải trở thành cái hết, cái cao trở thành cái thấp, cái phối hợp đi tới cái ly tan, cái sinh đưa tới cái tử.

9. Các loài chúng sanh thường xung đột

với nhau, do đó mà mạng sống bị tan vỡ, tùy theo hành động của mình mà bị sa đọa hoặc nhận chịu tai ương hoặc thừa hưởng phúc báo.

10. Tuổi già phải gánh chịu đau nhức, khi chết, trước khi tâm thức lìa bỏ thân xác thì lại bị sự tham tiếc gia đình ràng buộc như nơi chốn tù ngục, như vậy thì không thể chấm dứt được luân hồi trong thế gian.

11. Thương biết bao nhiêu! Khi tuổi già đến, nhan sắc biến đổi, suy tàn, ít có điều như ý, tuổi già chỉ thấy dậm chân tại chỗ.

12. Dù có sống tới một trăm tuổi rồi cũng phải chết, tuổi già hay trở nên ngán ngẫm, bệnh tật liên miên cho đến hết đời.

13. Ngày hôm nay đã qua, mạng sống theo đó mà rút ngắn lại, tình trạng giống tình trạng con cá thiếu nước, còn có cái vui gì?

14. Tuổi già thì nhan sắc tàn phai, bệnh tật

hủy hoại cơ thể, hình hài suy yếu hư nát, tất nhiên phải chết.

15. Thân này cần được sử dụng như thế nào? Từ đó chảy ra những chất bất tịnh, bị bệnh tật đưa vào tình trạng khốn đốn. Cái nạn già và chết luôn luôn có đó.

16. Cứ mặc ý phóng túng trong vòng tham dục thì những điều trái với đạo lý càng ngày càng dồn chứa thêm. Chưa từng thấy cái nghe về sự vô thường biến thiên của vạn pháp cho nên người ta không biết là thọ mạng cũng vô thường.

17. Dù có con cháu, dù có cha anh ở đây đi nữa thì khi thân chết đến nơi, không người thân nào có thể nương tựa giúp giữ mình ở lại.

18. Đêm ngày kiêu mạn, lười biếng, cho đến già rồi vẫn còn giữ thói dâm dật, có của mà không chịu chia sẻ cho kẻ thiếu thốn, chẳng biết vâng làm theo lời Bụt

dạy, chính những cái thói xấu ác này sẽ làm hại chính mình.

19. Dù có đi trốn tới một địa phương nào đi nữa, trên không trung, dưới đáy biển hay trong hốc núi cũng không thể nào thoát được cái chết.

20. Sự việc xảy ra như đã xảy ra trong hiện tại, là do tự ta gây ra, sự việc sẽ xảy ra trong tương lai cũng thế, là do tự ta cả. Con người lâm vào tình trạng nhiễu loạn thảm thương như thế cho nên cứ phải mãi mãi đi tới với nỗi lo âu về cái già và cái chết.

21. Biết được như thế ta phải cương quyết tự thanh tịnh hóa thân tâm và làm khô cạn chất liệu luân hồi. Vị khát sĩ làm được như vậy mới mong thoát được vòng vây của binh đội ma vương và vượt thoát được lưới sinh tử.

Vô thường phẩm Pháp Cú kinh đệ nhất

無常品法句經第一

Bài kệ 1

Thùy miên giải ngụ 睡眠解寤
 Nghi hoan hỉ tư 宜歡喜思
 Thính ngã sở thuyết 聽我所說
 Soạn kí Phật ngôn 撰記佛言

Bài kệ 2

Sở hạnh phi thường 所行非常
 Vị hưng suy Pháp 謂興衰法
 Phu sanh triếp tử 夫生輒死
 Thử diệt vi lạc 此滅為樂

Bài kệ 3

Thí như đào gia 譬如陶家
 Duyên thực tác khí 埴埴作器

Nhất thiết yếu hoại 一切要壞
 Nhân mạng diệc nhiên 人命亦然

Bài kệ 4

Như hà sử lưu 如河駛流
 Vãng nhi bất phản 往而不返
 Nhân mạng như thị 人命如是
 Thệ giả bất hoàn 逝者不還

Bài kệ 5

Thí nhân thao trượng 譬人操杖
 Hành mục thực ngưu 行牧食牛
 Lão tử do nhiên 老死猶然
 Diệc dưỡng mạng khứ 亦養命去

Bài kệ 6

Thiên bách phi nhất 千百非一
 Tộc tính nam nữ 族姓男女

Trữ tụ tài sản 貯聚財產
 Vô bất suy tang 無不衰喪

Bài kệ 7

Sanh giả nhật dạ 生者日夜
 Mạng tự công tước 命自攻削
 Thọ chi tiêu tận 壽之消盡
 Như huỳnh xuyên thủy 如熒穿水

Bài kệ 8

Thường giả giai tận 常者皆盡
 Cao giả diệc đọa 高者亦墮
 Hợp hội hữu ly 合會有離
 Sanh giả hữu tử 生者有死

Bài kệ 9

Chúng sanh tương khắc 眾生相剋
 Dĩ tang kỳ mạng 以喪其命

Tùy hành sở đọa 隨行所墮
 Tự thọ ương phước 自受殃福

Bài kệ 10

Lão kiến khổ thông 老見苦痛
 Tử tức ý khứ 死則意去
 Lạc gia phước ngục 樂家縛獄
 Tham thế bất đoạn 貪世不斷

Bài kệ 11

Đốt ta lão chí 咄嗟老至
 Sắc biến tác mạo 色變作耄
 Thiểu thời như ý 少時如意
 Lão kiến đạo tạ 老見蹈藉

Bài kệ 12

Tuy thọ bách tuế 雖壽百歲
 Diệc tử quá khứ 亦死過去
 Vi lão sở yếm 為老所厭
 Bệnh điều chí té 病條至際

Bài kệ 13

Thị nhật dĩ quá 是日已過
 Mạng tức tùy giảm 命則隨減
 Như thiếu thủy ngư 如少水魚
 Tư hữu hà lạc 斯有何樂

Bài kệ 14

Lão tác sắc suy 老則色衰
 Sở bệnh tự hoại 所病自壞
 Hình bại hủ hủ 形敗腐朽
 Mạng chung tự nhiên 命終自然

Bài kệ 15

Thị thân hà dụng 是身何用
 Hằng lậu xú xú 恒漏臭處
 Vi bệnh sở khôn 為病所困
 Hữu lão tử hoạn 有老死患

Bài kệ 16

Thị dục tự tứ 嗜欲自恣

Phi pháp thị tăng 非法是增
 Bất kiến văn biến 不見聞變
 Thọ mạng vô thường 壽命無常

Bài kệ 17

Phi hữu tử thị 非有子恃
 Diệc phi phụ huynh 亦非父兄
 Vi tử sở bách 為死所迫
 Vô thân khả hĩ 無親可怙

Bài kệ 18

Trú dạ mạn nọa 晝夜慢惰
 Lão bất chỉ dâm 老不止姪
 Hữu tài bất thí 有財不施
 Bất thọ Phật ngôn 不受佛言
 Hữu thử tứ tệ 有此四弊
 Vi tự xâm khi 為自侵欺

Bài kệ 19

Phi không phi hải trung 非空非海中

Phi nhập sơn thạch gian 非入山石間
 Vô hữu địa phương sở 無有地方所
 Thoát chi bất thọ tử 脫之不受死

Bài kệ 20

Thị vụ thị ngô tác 是務是吾作
 Đương tác lệnh trí thị 當作令致是
 Nhân vi thử táo nhiều 人為此燥擾
 Lý tiên lão tử ưu 履踐老死憂

Bài kệ 21

Tri thử năng tự tịnh 知此能自淨
 Như thị kiến sanh tận 如是見生盡
 Tỳ-kheo yếm ma binh 比丘厭魔兵
 Tòng sanh tử đắc độ 從生死得度

KINH PHÁP CÚ HÁN TẠNG

Thích Nhất Hạnh Việt dịch

Kinh Rong Chơi Trời Phương Ngoại Dịch từ Phẩm Nê Hoàn thứ 36 trong Kinh Pháp Cú Hán tạng

Kinh Rong Chơi Trời Phương Ngoại là một phẩm của Kinh Pháp Cú Hán tạng có tên là Nê Hoàn Phẩm. Nê Hoàn là Niết Bàn (Nirvana, Nibbana). Trong bản dịch, có chữ trời phương ngoại. Trời phương ngoại là cái không gian vượt ra ngoài không gian, chữ Hán gọi là thiên ngoại thiên hay phương ngoại phương. Phương là không gian, phương ngoại là ngoài không gian, nghĩa là không gian nằm ngoài không gian. Rong chơi trời

phương ngoại là đi chơi trong thế giới không gian ngoài không gian. Trong không gian này không có sinh, không có diệt, không có tới, không có đi, không có còn, không có mất, không có ta, không có người, không có sự phân biệt kỳ thị. Không gian đó bao la vô cùng, gọi là Niết Bàn.

1.

Nhẫn là biện pháp hay nhất để tự bảo hộ
Niết bàn là cái mà Bụt khen ngợi là cao
đẹp nhất.

Buông bỏ nếp sống trần tục, sống đời
phạm hạnh, không phạm giới,
Làm lắng dịu được tâm ý, thì không có gì
có thể xâm phạm được đến mình.

2.

Không bệnh là cái lợi tức lớn nhất
Tri túc là cái giàu có to nhất

Trung thực là người bạn tốt nhất
Niết bàn là cái hạnh phúc cao nhất.

3.

Đói là cái bệnh khó chịu đựng nhất
Tâm hành là cái gây khổ đau nhiều nhất
Cứ nhìn vào sự thực mà tìm hiểu
Thì Niết bàn là cái lạc thú lớn nhất.

4.

Ở đời, ít người được đi trên nẻo thiện,
Trong khi ấy, kẻ đi trên đường ác thì
nhiều.

Cứ nhìn vào sự thực mà tìm hiểu
Thì Niết bàn là nơi an toàn nhất.

5.

Các cõi trời do tạo tác nhân lành mà mình
được sinh lên,
Các ác đạo cũng do ác nhân mà mình bị
đọa xuống

Niết bàn cũng như thế
Do nhân duyên tu tập mà có Niết bàn.

6.

Hươu nai nương đồng quê
Chim chóc nương trời mây
Sự vật nương phân biệt mà biểu hiện
Các bậc chân nhân nương vào Niết bàn để
sống thanh thoi.

7.

Thấy được cái không trước, không sau
Không là, không không là
Cái đó là vô đặc
Cũng là cái không thể tư duy được.

8.

Tâm khó thấy, nhưng thói quen có thể
nhận ra,
Kẻ nhận diện được dự ý thấy được đầy
đủ rằng

Không tìm thú vui trong dục lạc thì tránh
được mọi thứ khổ
Và ái dục luôn luôn làm tăng trưởng niềm
đau.

9.

Sáng suốt, không để cho tâm ý bị nhiễm ô
Một khi đã được thanh tịnh hóa thì chế
ngự được mọi dục ý.

Lúc ấy không còn phải tiếp cận với thế
giới đau khổ nữa

Tuy rằng thấy thì vẫn thấy, nghe thì vẫn
nghe,

Nhớ thì vẫn nhớ, và biết thì vẫn biết.

10.

Đạt được cái vô trước và vô phân biệt,

Một khi buông bỏ được mọi ý niệm rồi thì
sẽ vào được cõi ấy

Vượt thắng được ý niệm về ngã,

Điều phục được các tâm hành có tác dụng

gây đau nhức

Và dứt bỏ được hoàn toàn cái tập khí nhận thức phân biệt kỳ thị, thì khổ đau không còn.

11.

Ở trong hoàn cảnh động mà giữ được tâm thanh hư thì vẫn là tĩnh

Trong cái động, không tiếp cận được Niết bàn, cũng không có an lạc.

Ý niệm về cái vui và cái khổ đã vượt qua rồi thì mới thực sự có cái tịch tĩnh

Vượt qua được cái ý niệm tịch tĩnh thì sẽ không còn cái qua lại nữa.

12.

Cái qua lại đã hết, thì cái sinh tử cũng hết
Sinh tử hết thì làm gì còn phân biệt cái này cái kia ?

Cái này và cái kia, cả hai ý niệm đều chấm dứt

Cái tịch diệt tuyệt đối là cái vắng mặt của cảnh giới đau khổ.

13.

Vì tỳ khuru vì có ý niệm về hữu nên thấy có thời gian và không gian

Vì cái hữu ấy cho nên mới có hành động tạo tác

Cái ý niệm hữu vô sinh ra cái hữu vô

Nếu không có cái tác thì làm gì có cái sở tác ?

14.

Chỉ khi đạt được vô niệm

Mới có thể tới được Niết bàn

Nếu đã là vô sinh thì không còn hữu nữa

Lúc ấy không còn tác, cũng không còn hành.

15.

Thấy có sinh, có hữu, có tác, có hành

Là chưa đạt tới chỗ thiết yếu
Nếu hiểu được thế nào là bất sinh
Thì không thấy còn hữu cũng không còn
nhu yếu tác và hành.

16.

Vì hữu nên mới phải có sinh
Và vì sinh cho nên hữu lại tiếp tục
Có tác, có hành, thì tử rồi lại sinh
Đó là cánh cửa sinh tử mở ra, để đưa đến
sự phát khởi của các pháp.

17.

Cái gì cũng do thức ăn mà tồn tại
Ngay cả cái buồn, cái vui cũng phải cần
thức ăn mới có
Nếu cái chất liệu thiết yếu ấy không còn
Thì không còn dấu vết nào của hành mà
mình có thể nhận diện.

18.

Nếu khổ đau đã hết và các hành đã diệt
Thì hạnh phúc sẽ có mặt một cách lặng lẽ,
và sẽ có bình an

Vì tỳ kheo đã tự biết mình là ai
Thì không còn phải tìm đi vào một cõi
nào nữa.

19. Không đi vào cái hư không
Không có cái nơi đi vào để đi vào
Không đi vào tướng hay vô tướng
Không đi vào đời này hay đời sau.

20.

Cũng không có tri giác ý niệm về mặt trời
và mặt trăng đang có mặt
Không đi cũng không ở lại
Không có một cái ngã để đi và để về
Thì không có cái đi và cái về.

21.

Nơi không có cái mất đi cũng không có
cái còn sinh ra

Nơi ấy là Niết bàn.

Như thế thì có đối tượng tri giác hay
không có đối tượng tri giác

Bản chất của cái khổ và cái vui, mình đã
hiểu thấu.

22.

Cái mình thấy mình không còn sợ hãi nữa
Không còn nghi ngờ gì nữa về ngôn từ
hay không ngôn từ

Mũi tên bắn rơi được cái hữu rồi

Thì khi gặp kẻ ngu muội không cần diễn
bày gì nữa cả.

23.

Đó là cái lạc thú đệ nhất

Con đường tịch diệt này không có gì cao
hơn

Lúc bấy giờ mình có khả năng nhẫn chịu
được, tâm mình cũng như đất
Và cái hành nhẫn cũng như một thành
quách.

24.

Thanh tịnh như nước trong không còn
chút cẩu uế
Hết chất liệu luân hồi (sở sinh) thì không
tiếp nhận cái kia nữa
Cái thắng và cái lợi không còn làm tiêu
chuẩn để đi theo
Bởi vì dù có thắng có lợi nhưng cái khổ
vẫn còn đó.

25.

Chỉ nên tự cầu cái thắng lợi về Pháp
Đã có pháp thắng thì không còn sở sinh
Hết sở sinh rồi thì không tạo tác thêm nữa
Muốn không còn luân hồi thì đừng nên có
những hành động phóng dăng.

26.

Hạt giống một khi bị đốt cháy rồi thì
 không sinh lại
 Tâm ý đã dừng lại rồi thì cũng như lửa đã
 tắt
 Chôn dâm căn là một biển ô uế
 Tại sao lại đi tìm lạc thú ở nơi ấy?

27.

Tuy phía trên kia có những cõi trời
 Nhưng cũng không đâu bằng Niết bàn
 Đã có nhất thiết trí thì cắt bỏ được tất cả
 Ta không còn vướng mắc nữa vào thế
 gian.

28.

Buông bỏ hết, đã qua bờ diệt độ
 Trong các con đường, đây là con đường
 đẹp nhất
 Bụt đã diễn bày pháp chân đế
 Kẻ có trí và có dũng có thể làm theo.

29.

Sống phạm hạnh, không một vết nhơ
 Tự biết mình, vượt thời gian, đạt an ổn
 Trong nếp sống tu tập, trước hết là xa lánh
 ái dục

Phải tự trang bị mình bằng giới luật của
 Bụt ngay tự bây giờ.

30.

Diệt phiền não, thoát ra khỏi thế giới hệ
 lụy

Đễ như con chim cất cánh bay lên không
 trung

Nếu hiểu được pháp cú này

Thì hãy đem hết lòng mà đi tới trên con
 đường đạo.

31.

Đó là con đường vượt qua bờ sinh tử

Đưa tới chỗ chấm dứt khổ đau hoạn nạn

Trong đạo pháp, không còn sự phân biệt

thân sơ

Không còn hỏi ai có thể lực nhiều, ai
không có thể lực.

32.

Quan trọng nhất là đừng bám vào tri giác
Khi cả hai cái cột và mở đầu đã thanh tịnh
Thì bậc thượng trí không còn bị kẹt vào
cái hình hài dễ tan vỡ này
Và thấy nó là một cái gì không chắc thật.

33.

Hình hài này đem lại khổ lụy nhiều mà an
vui ít

Trong chín kẻ hở, không một kẻ hở nào
thanh khiết

Người có trí tuệ biết bỏ nguy, giữ an
Chấm dứt ba hoa, trút được mọi khổ nạn.

34.

Thân này một khi đã hủy hoại sẽ trở thành

tro bụi

Kẻ có tuệ biết buông bỏ không bám víu
 Quán chiếu thấy được thân này là một
 công cụ mang theo nhiều hệ lụy
 Thì sinh lão bệnh tử sẽ không còn là
 chuyện đau buồn.

35.

Buông bỏ được cấu uế, đi trên đường
 thanh tịnh
 Thì có thể đạt tới cái an tĩnh lớn
 Nương tuệ giác, bỏ tà kiến
 Không tiếp nhận gì nữa thì đạt được tới
 lậu tận.

36.

Sống thanh tịnh, vượt thoát được thời
 gian,
 Thì cả hai giới thiên nhân đều nghiêng
 mình kính nể.

(Tạng chữ Hán: kinh Pháp Cú – ĐCCTT:
210 - phẩm 36: Nê hoàn - Thầy Làng Mai
dịch từ Hán tạng sang quốc ngữ)

泥洹品 法句經 第三十六三十有六章

**Nê hoàn phẩm, Pháp Cú Kinh, đệ tam
thập lục tam thập hữu lục chương**

**泥洹品者。敘道大歸。恬惔寂滅。
度生死畏。**

nê hoàn phẩm giả。tự đạo Đại
quy。điềm 惔 tịch diệt。độ sanh tử úy。

01

**忍 為 最 自 守
泥 洹 佛 稱 上**

捨家不犯戒

息心無所害

nhẫn vi tối tự thủ

nê hoàn Phật xưng thượng

xả gia bất phạm giới

tức tâm vô sở hại

02

無病最利

知足最富

厚為最友

泥洹最快

vô bệnh tối lợi

tri túc tối phú

hậu vi tối hữu

nê hoàn tối khoái

03

飢為大病

行為最苦

已諦知此
泥洹最樂

cơ vi đại bệnh
hạnh vi tối khổ
đĩ đế tri thử
nê hoàn tối lạc

04

少往善道
趣惡道多
如諦知此
泥洹最安

thiểu vãng thiện đạo
thú ác đạo đa
như đế tri thử
nê hoàn tối an

05

從因生善
從因墮惡

由因泥洹

所緣亦然

tùng nhân sanh thiện

tùng nhân đọa ác

do nhân nê hoàn

sở duyên diệc nhiên

06

麋鹿依野

鳥依虛空

法歸其報

真人歸滅

mi lộc y dã

điều y hư không

Pháp quy kỳ báo

chân nhân quy diệt

07

始無如不

始不如無

是為無得

亦無有思

thủy vô như bất

thủy bất như vô

thị vi vô đắc

diệc vô hữu tư

08

心難見習可觀

覺欲者乃具見

無所樂為苦際

在愛欲為增痛

tâm nan kiến tập khả đồ

giác dục giả nãi cụ kiến

vô sở lạc vi khổ tế

tại ái dục vi tăng thống

09

明不清淨能御

無所近為苦際

見有見聞有聞

念有念識有識

minh bất thanh tịnh năng ngự

vô sở cận vi khổ tế

kiến hữu kiến văn hữu văn

niệm hữu niệm thức hữu thức

10

覩無著亦無識

一切捨為得際

身想滅痛行

識已盡為苦竟

đồ Vô Trước diệt vô thức

nhất thiết xả vi đặc tế

trừ thân tướng diệt thông hành

thức dĩ tận vi khổ cánh

11

猗則動虛則淨

動非近非有樂

樂無近為得寂

寂已寂已往來

y tức động hư tức tịnh
động phi cận phi hữu lạc
lạc vô cận vi đặc tịch
tịch dĩ tịch dĩ vãng lai

12

來往絕無生死

生死斷無此彼

此彼斷為兩滅

滅無餘為苦除

lai vãng tuyệt vô sanh tử
sanh tử đoạn vô thử bỉ
thử bỉ đoạn vi lưỡng diệt
diệt vô dư vi khô trừ

13

比丘有世生

有有有作行

有無生無有

無作無所行

Tỳ-kheo hữu thể sanh

hữu hữu hữu tác hạnh

hữu vô sanh vô hữu

vô tác vô sở hành

14

夫唯無念者

為能得自致

無生無復有

無作無行處

phu duy vô niệm giả

vi năng đắc tự trí

vô sanh vô phục hữu

vô tác vô hành xử

15

生有作行者
 是為不得要
 若已解不生
 不有不作行

sinh hữu tác hành giả
 thị vi bất đắc yếu
 nhược dĩ giải bất sinh
 bất hữu bất tác hành

16

則生有得要
 從生有已起
 作行致死生
 為開為法果

tức sinh hữu đắc yếu
 tùng sinh hữu dĩ khởi
 tác hành trí tử sinh
 vi khai vi pháp quả

17

從食因緣有
 從食致憂樂
 而此要滅者
 無復念行迹

tùng thực nhân duyên hữu
 tùng thực trí ưu lạc
 nhi thử yếu diệt giả
 vô phục niệm hành tích

18

諸苦法已盡
 行滅湛然安
 比丘吾已知
 無復諸入地

chư khổ Pháp dĩ tận
 hành diệt tràm nhiên an
 Tỳ-kheo ngô dĩ tri
 vô phục chư nhập địa

19

無有虛空入

無諸入用入

無想不想入

無今世後世

vô hữu hư không nhập

vô chư nhập dụng nhập

vô tướng bất tướng nhập

vô kim thể hậu thể

20

亦無日月想

無往無所懸

我已無往反

不去而不來

diệc vô nhật nguyệt tướng

vô vãng vô sở huyền

ngã dĩ vô vãng phản

bất khứ nhi bất-lai

21

不沒不復生

是際為泥洹

如是像無像

苦樂為以解

bất một bất phục sanh

thị tế vi nê hoàn

như thị tượng vô tượng

khô lạc vi dĩ giải

22

所見不復恐

無言言無疑

斷有之射箭

溝愚無所猗

sở kiến bất phục khủng

vô ngôn ngôn vô nghi

đoạn hữu chi xạ tiên
câu ngu vô sở y

23

是為第一快
此道寂無上
受辱心如地
行忍如門闕
thị vi đê nhất khoái
thử đạo tịch vô thượng
thọ nhục tâm như địa
hạnh nhẫn như môn quắc

24

淨如水無垢
生盡無彼受
利勝不足恃
雖勝猶復苦

tịnh như thủy vô cầu
 sanh tận vô bỉ thọ
 lợi thắng bất túc thị
 tuy thắng do phục khổ

25

當自求去勝
 已勝無所生
 畢故不造新
 厭胎無婬行
 đương tự cầu khứ thắng
 dĩ thắng vô sở sanh
 tất cố bất tạo tân
 yếm thai vô dâm hành

26.

種燹不復生
 意盡如火滅
 胞胎為穢海

何為樂姪行

chúng tiêu bất phục sanh

ý tận như hỏa diệt

bào thai vi uế hải

hà vi lạc dâm hành

27

雖上有善處

皆莫如泥洹

悉知一切斷

不復著世間

tuy thượng hữu thiện xứ

giai mạc như nê hoàn

tất tri nhất thiết đoạn

bất phục trước thế gian

28

都棄如滅度

眾道中斯勝

佛以現諦法

智勇能奉持

đô khí như diệt độ

chúng đạo trung tư thẳng

Phật dĩ hiện đế Pháp

trí dũng năng phụng trì

29

行淨無瑕穢

自知度世安

道務先遠欲

早服佛教戒

hạnh tịnh vô hà uế

tự tri độ thế an

đạo vụ tiên viễn dục

tảo phục Phật giáo giới

30

滅惡極惡際

易如鳥逝空

若已解法句

至心體道行

diệt ác cực ác tế

dịch như điều thệ không

nhược dĩ giải Pháp cú

chí tâm thể đạo hành

31

是度生死岸

苦盡而無患

道法無親疎

正不問羸強

thị độ sanh tử ngạn

khô tận nhi vô hoạn

đạo pháp vô thân sơ

chánh bất vấn luy cường

32

要在無識想
 結解為清淨
 上智饜腐身
 危脆非實真

yếu tại vô thức tưởng
 kết giải vi thanh tịnh
 thượng trí yếm hủ thân
 nguy thúy phi thật chân

33

苦多而樂少
 九孔無一淨
 慧以危貿安
 棄猗脫眾難

khổ đa nhi lạc thiểu
 cửu khổng vô nhất tịnh
 tuệ dĩ nguy mạo an
 khí y thoát chúng nạn

34

形腐銷為沫

慧見捨不貪

觀身為苦器

生老病無痛

hình hủ tiêu vi mạt

tuệ kiến xả bất tham

quán thân vi khổ khí

sinh lão bệnh vô thống

35

棄垢行清淨

可以獲大安

依慧以却邪

不受漏得盡

khí cấu hành thanh tịnh

khả dĩ hoạch Đại An

y tuệ dĩ khước tà

bất thọ lậu đắc tận

36

行淨致度世

天人莫不禮

hạnh tịnh trí độ thế

Thiên Nhân mạc bất lễ.

KINH PHÁP CÚ HÁN TẠNG

Thích Nhất Hạnh Việt dịch

Kinh chiếc lưới ái ân

Kinh Pháp Cú (Đ210) – Phẩm Ái Dục –
Chương 32

Thầy Nhất Hạnh dịch sang việt ngữ

愛欲品法句經第三十二三十有二章
Ái dục phẩm Pháp Cú Kinh đệ tam
thập nhị tam thập hữu nhị chương

愛欲品者。

賤婬恩愛世人為此盛生災害。

ái dục phẩm giả。 tiện dâm ân ái thế nhân
vi thử thịnh sanh tai hại。

1.

心放在姪行
欲愛增枝條
分布生熾盛
超躍貪果猴

tâm phóng tại dâm hành
dục ái tăng chi điều
phân bố sanh sí thịnh
siêu dược tham quả hầu

Tâm ý đi về hướng ái dục thì cây ái dục sẽ đâm chồi trở nhánh rất mau.

Tâm ý phân tán vì đối tượng ái dục sẽ làm cho lửa ái dục bùng cháy trong ta. Kẻ đi tìm ái dục cũng giống như một con vượn chuyền cành tìm trái, từ cành này sang cành khác.

2.

以為愛忍苦
貪欲著世間

憂患日夜長
 蕤如蔓草生

dĩ vi ái nhân khổ
 tham dục trước thế gian
 ưu hoạn nhật dạ trường
 蕤 như mạn thảo sanh

**Ái dục buộc mình phải gánh chịu khổ
 đau.**

**Ái dục làm cho mình bị vướng mắc vào
 cuộc sống trần tục.**

**Những lo lắng và hoạn nạn do ái dục
 đưa tới cứ tăng trưởng đêm ngày, mọc
 kín như cỏ tranh.**

3.

人為恩愛惑
 不能捨情欲

如是憂愛多
潺潺盈于池

nhân vi ân ái hoặc
bất năng xả tình dục
như thị ưu ái đa
sàn sàn doanh vu trì

**Bị ái ân mê hoặc người ta sớm muộn gì
cũng sẽ bị vướng vào dục tình.
Cái lo lắng kia càng ngày càng lớn,
giống như dòng nước rỉ, rỉ mãi cũng
đầy hồ.**

4.

夫所以憂悲
世間苦非一
但為緣愛有
離愛則無憂

phu sở dĩ ưu bi
 thế gian khổ phi nhất
 đăn vi duyên ái hữu
 ly ái tức Vô ưu

**Ở đời có nhiều thứ lo lắng và đau buồn,
 nhưng không có thứ lo buồn nào lớn
 hơn cái lo buồn do ái dục đem lại.
 Buông bỏ được ái dục mới hết lo buồn.**

5.

己意安棄憂
 無愛何有世
 不憂不染求
 不愛焉得安

kỷ ý an khí ưu
 vô ái hà hữu thế
 bất ưu bất nhiễm cầu
 bất ái yên đắc an

Muốn tâm ý được an vui thì phải quyết tâm dứt bỏ ái ân.

Không ân ái thì không còn phải đi vòng quanh trong cõi luân hồi,

không còn phải mang nặng ưu tư,

không còn thấp thỏm mong cầu những gì ô nhiễm.

Không còn ái nhiễm thì sẽ được thực sự an vui.

6.

有憂以死時

為致親屬多

涉憂之長塗

愛苦常墮危

hữu ưu dĩ tử thời

vi trí thân chúc đa

thiếp ưu trường đồ

ái khổ thường đọa nguy

**Ân ái thâm trọng thì đến giờ lâm
chung,**

**bao quanh bởi những người thân thuộc,
sẽ thấy con đường của lo lắng và sầu
khổ dài như thế nào.**

**Cái khổ do ân ái gây nên thường đưa ta
tới những hoàn cảnh không an toàn,
đầy tai ách.**

7.

**為道行者
不與欲會
先誅愛本**

vi đạo hành giả
bất dĩ dục hội
tiên tru ái bản

**無所植根
勿如刈葦
令心復生**

vô sở thực căn
 vật như ngải vi
 lệnh tâm phục sanh

**Là người tu đạo, ta không nên đi về
 hướng ái dục.
 Phải bắt đầu bằng cách tìm diệt tận gốc
 cái cây ái dục
 để cho những cái rễ của nó không còn
 có thể đâm chồi lên được.
 Đừng làm như cắt cỏ lau, để sau khi
 được cắt rồi lau lại mọc lên như cũ.**

8.

如樹根深固
 雖截猶復生
 愛意不盡除
 輒當還受苦

như thọ căn thâm cố
 tuy tiết do phục sanh

ái ý bất tận trừ
triếp đương hoàn thọ khổ

**Gốc cây ái dục sâu và vững.
Tuy cây đã bị đốn, nhưng cành lá vẫn
có thể sinh ra trở lại.
Tâm ái dục chưa dứt trừ
thì theo lẽ thường cái khổ do ái dục
đem tới vẫn còn trở lại như thường.**

9.

猿猴得離樹
得脫復趣樹
眾人亦如是
出獄復入獄

猿hầu đắc ly thọ
đắc thoát phục thú thọ
chúng nhân diệc như thị
xuất ngục phục nhập ngục

Như con vượn nhảy ra khỏi cây này thì lại nhảy vào cây khác, người đời cũng thế, ra khỏi được một ngục tù ái dục này rồi lại lao mình vào một ngục tù ái dục khác.

10.

**貪意為常流
習與憍慢并
思想猗姪欲
自覆無所見**

tham ý vi thường lưu
tập dữ kiêu mạn tinh
tư tưởng y dâm dục
tự phước vô sở kiến

Tâm ái dục là một dòng chảy thường xuôi theo dòng tập khí và dòng kiêu mạn.

Những tư duy và nhận thức của ta đều

**có thể được tô điểm theo màu sắc ái dục
và do đó chính mình tự che lấp sự thật
và không thấy được sự thật.**

11.

**一切意流衍
愛結如葛藤
唯慧分別見
能斷意根原**

**nhất thiết ý lưu diễn
ái kết như cát đằng
duy tuệ phân biệt kiến
năng đoạn ý căn nguyên**

**Dòng suối tâm ý ấy cứ mặc tình trôi
chảy
khiến cho những nút thắt ái dục đan
kết lại với nhau chằng chịt.
Chỉ có tuệ giác chân thực mới có khả
năng phân biệt và thấy rõ được điều**

này
và giúp ta đoạn trừ được căn nguyên
của nó nơi tâm ý.

12.

夫從愛潤澤
思想為滋蔓
愛欲深無底
老死是用增

phu tùng ái nhuận trạch
tư tưởng vi tư mạn
ái dục thâm vô đê
lão tử thị dụng tăng

**Dòng suối ái dục thấm vào tư duy và
nhận thức để lớn mạnh và quấn vào
nhau.**

**Nguồn suối ái dục sâu không đáy kia
làm cho cái già và cái chết tăng trưởng
một cách rất mau chóng.**

13.

所生枝不絕
 但用食貪欲
 養怨益丘塚
 愚人常汲汲

sở sanh chi bất tuyệt
 đăn dụng thực tham dục
 dưỡng oán ích khâu 塚
 ngu nhân thường cấp cấp

Những cành nhánh của cây ái dục cứ tiếp tục sinh trưởng không dừng nghỉ cũng bởi vì chúng được nuôi dưỡng bằng thực phẩm ái dục.

Thực phẩm này nuôi dưỡng oán hận, un thành gò thành đống.

Người thiếu trí tuệ thì cứ nôn nóng đi về hướng ấy.

14.

雖獄有鉤鑠
 慧人不謂牢
 愚見妻子息
 染著愛甚牢

tuy ngục hữu câu diệp
 tuệ nhân bất vị lao
 ngu kiến thê tử tức
 nhiễm trước ái thậm lao

**Trong ngục thật có gông có cùm,
 nhưng người có trí tuệ không thấy
 những dụng cụ này là thứ gông cùm
 vững chắc nhất.**

**Cái loại gông cùm ái nhiễm cột người ta
 vào vòng hệ lụy mới thật là loại gông
 cùm kiên cố.**

15.

慧說愛為獄

深固難得出
是故當斷棄
不視欲能安

tuệ thuyết ái vi ngục
thâm cố nan đắc xuất
thị cố đương đoạn khí
bất thị dục năng an

Người có trí tuệ thấy ái dục là một thứ ngục tù kiên cố, khó thoát ra khỏi. Người ấy biết rõ rằng phải đoạn trừ ái dục thì mới thực sự được an vui.

16.

見色心迷惑
不惟觀無常
愚以為美善
安知其非真

kiến sắc tâm mê hoặc
 bất duy quán vô thường
 ngu dĩ vi mỹ thiện
 an tri kỳ phi chân

**Thấy sắc mà bị mê hoặc đó là vì không
 biết quán vô thường.**

**Kẻ u mê tưởng rằng cái sắc ấy là một
 cái gì lành và đẹp,**

**không biết rằng cái bóng dáng bên
 ngoài kia**

**không chứa đựng được một cái gì bền
 bỉ chắc thật bên trong nó.**

17.

以婬樂自裹
 譬如蠶作繭
 智者能斷棄
 不盼除眾苦

dĩ dâm lạc tự khoả
 thí như tầm tác kiền
 trí giả năng đoạn khí
 bất hễ trừ chúng khổ

**Tự nhốt mình trong sắc dục thì cũng
 như con tằm kéo chiếc kén để tự mình
 giam hãm lấy mình.**

**Bậc trí giả có khả năng đoạn trừ và
 buông bỏ dục tưởng,
 không thiết tha gì đến những đối tượng
 ái dục,
 cho nên mới tránh thoát khỏi mọi khổ
 nạn.**

18.

心念放逸者
 見姪以為淨
 恩愛意盛增
 從是造獄牢

tâm niệm phóng dật giả
 kiến dâm dĩ vi tịnh
 ân ái ý thịnh tăng
 tùng thị tạo ngục lao

**Kẻ có tâm ý phóng dăng khi nhìn vào
 một đối tượng ái dục thì có thể cho đó
 là một cái gì tinh khiết,
 không biết rằng sự tăng trưởng lớn
 mạnh của ái ân sẽ đem tới bao nhiêu hệ
 lụy tù ngục sau này.**

19.

覺意滅婬者
 常念欲不淨
 從是出邪獄
 能斷老死患

giác ý diệt dâm giả
 thường niệm dục bất tịnh

tùng thị xuất tà ngục
 năng đoạn lão tử hoạn

**Những ai thực tập chánh niệm sẽ có
 khả năng thấy được rằng cái đối tượng
 của ái dục kia là bất tịnh,
 do đó diệt trừ được dục ý, ra khỏi ngục
 tù và thoát khỏi tai nạn già và chết.**

20.

以欲網自蔽
 以愛蓋自覆
 自恣縛於獄
 如魚入笱口
 為老死所伺
 若犢求母乳

dĩ dục võng tự tế
 dĩ ái cái tự phước
 Tự Tứ phước ư ngục
 như ngư nhập cú khẩu

vi lão tử sở tý
 nhược độc cầu mẫu nữ

21.

離欲滅愛迹
 出網無所弊

ly dục diệt ái tích
 xuất vông vô sở tệ

**Tự quẩn lấy mình trong chiếc lưới ái dục,
 tự che mình bằng chiếc dù ái dục là tự trói mình trong vòng hệ lụy như con cá tự chui vào trong một chiếc nơm, bị cái già và cái chết bắt theo và luẩn quẩn bên cạnh đối tượng ấy như một con bê đi tìm vú mẹ.
 Lìa bỏ được dục, không đi theo vết xe của ái, thì có thể vượt thoát ra ngoài chiếc lưới ái ân,**

**không còn bị bất cứ một cái gì làm hại
nữa.**

22.

**盡道除獄縛
一切此彼解
已得度邊行
是為大智士**

tận đạo trừ ngục phược
nhất thiết thử bỉ giải
đĩ đắc độ biên hành
thị vi đại trí sĩ

**Đi trọn được con đường, cởi bỏ được
mọi ràng buộc hệ lụy,
giải phóng được mọi phân biệt kỳ thị,
vượt qua được các ý niệm lưỡng
nguyên,
đó mới thật là bậc xuất sĩ đại trí.**

23.

勿親遠法人
亦勿為愛染
不斷三世者
會復墮邊行

vật thân viển Pháp nhân
diệc vật vi ái nhiễm
bất đoạn tam thế giả
hội phục đọa biên hành

**Đừng thân cận với những kẻ đi ngược
chánh pháp
cũng đừng bị lôi kéo theo con đường ái
nhiễm.**

**Nếu chưa vượt thoát được thời gian,
thì hành giả vẫn còn bị kẹt vào cái thấy
nhị nguyên.**

24.

若覺一切法

能不著諸法
一切愛意解
是為通聖意

nhược giác nhất thiết pháp
năng bất trước chư Pháp
nhất thiết ái ý giải
thị vi thông thánh ý

**Thấy và hiểu được tự tánh các pháp,
không còn bị vướng vào một pháp nào,
biết cách gỡ ra được mọi sợi dây ái dục
trong tâm ý,
như thế là đã nắm được ý chỉ của Bụt.**

25.

眾施經施勝
眾味道味勝
眾樂法樂勝
愛盡勝眾苦

chúng thí Kinh thí thắng
 chúng vị đạo vị thắng
 chúng lạc Pháp lạc thắng
 ái tận thắng chúng khổ

**Trong các thứ hiến tặng, hiến tặng
 chánh pháp là quý hơn cả.**

**Trong các mùi hương, hương đạo đức
 là thơm tho hơn hết.**

**Trong các thứ hạnh phúc, được sống
 trong chánh pháp là hạnh phúc lớn
 nhất.**

**Không có phương pháp nào chiến
 thắng được khổ đau một cách tận cùng
 bằng sự thực tập chấm dứt ái dục.**

26.

愚以貪自縛
 不求度彼岸

貪為敗處故
害人亦自害

ngu dĩ tham tỵ phược
bất cầu độ bỉ ngạn
tham vi bại xử cố
hại nhân diệc tỵ hại

27.

愛欲意為田
姪怨癡為種
故施度世者
得福無有量

ái dục ý vi điền
dâm oán si vi chủng
cố thí độ thế giả
đắc phước vô hữu lượng

**Người u mê thường lấy sợi dây tham
dục để tự trói mình.**

**Người ấy chưa có ước mong vượt sang
bờ bên kia.**

**Tham dục gây bại hoại, đem lại tai họa
cho mình và cho kẻ khác.**

**Tâm tham dục là ruộng đất, tham sân
si là hạt giống.**

**Đối với người có khả năng bố thí và độ
đời**

**thì những phúc đức thu hoạch được
không thể đo lường.**

28.

**伴少而貨多
商人忧惕懼
嗜欲賊害命
故慧不貪欲**

**bạn thiếu nhi hóa đa
thương nhân truật dịch cụ**

thị dục tặc hại mạng
 cố tuệ bất tham dục

**Người đồng hành thì ít, hàng hóa
 chuyên chở thì nhiều,
 kẻ thương nhân lâm vào trạng thái lo
 lắng kinh sợ.
 Biết rằng cái đam mê dục lạc là tên giặc
 có thể làm tổn hại thân mạng của mình,
 bậc trí giả không còn chạy theo tham
 dục.**

29.

心可則為欲
 何必獨五欲
 違可絕五欲
 是乃為勇士

tâm khả tức vi dục
 hà tất độc ngũ dục

vi khả tuyệt ngũ dục
thị nãi vi dũng sĩ

**Năm thứ tham dục phát sinh khi tâm
mình cảm thấy có sự khả ý.
Mau chóng chấm dứt được cả năm thứ
tham dục, đó mới thật là người dũng sĩ.**

30.

無欲無有畏
恬憒無憂患
欲除使結解
是為長出淵

vô dục vô hữu úy
điềm 憒 Vô ưu hoạn
dục trừ sử kết giải
thị vi trường xuất uyên

**Hết tham dục thì không còn sợ hãi.
Lúc ấy ta mới được thanh thoi an lạc.**

Dục hết thì kiết sử cũng hết, do đó hành giả ra khỏi được vực sâu.

31.

欲我知汝本
意以思想生
我不思想汝
則汝而不有

dục ngã tri nhữ bản
ý dĩ tư tưởng sanh
ngã bất tư tưởng nhữ
tức nhữ nhi bất hữu

Này ái dục ta ơi, ta biết gốc gác của mi rồi:

Dục ý là từ ước muốn và nhận thức sai lầm mà phát khởi.

Nay ta không còn ước muốn và nhận thức sai lầm về mi thì làm sao mi còn có thể phát sinh?

32.

伐樹忽休
樹生諸惡
斷樹盡株
比丘滅度

phạt thọ hốt hưu
thọ sanh chư ác
đoạn thọ tận chu
Tỳ-kheo diệt độ

**Đốn cây ái dục mà không tận gốc thì
cây ái dục sẽ mọc trở lại.
Đốn cây ái dục mà tận gốc thì vị xuất sĩ
đạt tới Niết Bàn.**

33.

夫不伐樹
少多餘親

心繫於此
如犢求母

phu bất phạ̣t thụ
thiếu đ̣a dư thân
tâm hệ ư thử
như đ̣ộc cầu mậ̃u

**Nếu không chịu chặt cây ái dục
thì cành lá ái dục ít nhiều vẫn còn phát
sinh.**

**Tâm còn vương vào ái dục
thì người ta vẫn còn như một con bê
phải luôn luôn cần đến vú mẹ.**

Xem thêm: **Bài liên quan đến chủ đề**

**GIẢNG GIẢI KINH CHIẾC LƯỚI ÁI
ÂN - Thiên Sư Thích Nhất Hạnh**

**KINH PHÁP CÚ HÁN TẠNG
Thích Nhất Hạnh Việt dịch**

Kinh Diêm Lành Lớn Nhất
 Dịch từ Phẩm Cát Tường - thứ 39 trong
 Kinh Pháp Cú Hán tạng

Bài kệ 1

Phật tôn quá chư thiên

佛尊過諸天

Như Lai thường hiện nghĩa

如來常現義

Hữu phạm chí đạo sĩ

有梵志道士

Lai vấn hà cát tường

來問何吉祥

Bụt được tôn quý hơn cả trong hai giới
 trời và người

Vì Người thường có khả năng đưa ra vị
 những giáo nghĩa mẫu nhiệm của một bậc
 Như Lai

Một ngày kia, có một vị đạo sư Bà la môn tới hỏi:

Cái gì mới thật là điềm lành lớn nhất?

Bài kệ 2

Ư thị Phật mẫn thương

於是佛愍傷

Vị thuyết chân hữu yếu

為說真有要

Dĩ tín lạc chánh pháp

已信樂正法

Thị vi tối cát tường

是為最吉祥

Ngay lúc đó với lòng xót thương. Bụt đã thuyết giảng về những gì thiết yếu và chân thật.

Ngài dạy: Có niềm tin nơi chánh pháp và có hạnh phúc trong khi học hỏi giáo pháp, đó là điềm lành lớn nhất.

Bài kệ 3

Nhược bất tùng thiên nhân

若不從天人

Hy vọng cầu kiêu hạnh

希望求僥倖

Diệc bất đảo thần từ

亦不禱神祠

Thị vi tối cát tường

是為最吉祥

Không chạy theo các giới trời và người, để cầu mong ban phúc và tránh họa, cũng không đến cầu đảo ở các đền miếu, đó là điềm lành lớn nhất.

Bài kệ 4

Hữu hiền trạch thiện cư

友賢擇善居

Thường tiên vi phúc đức

常先為福德

Sắc thân thừa trinh chánh

勅身承真正

Thị vi tối cát tường

是為最吉祥

Chọn được môi trường tốt,
có nhiều bạn hiền, có dịp làm những việc
phúc đức,
giữ lòng cho trinh bạch và chân chánh,
đó là điềm lành lớn nhất.

Bài kệ 5

Khử ác tùng tựu thiện

去惡從就善

Tị tửu tri tự tiết

避酒知自節

Bất dâm ư nữ sắc

不淫於女色

Thị vi tối cát tường

是為最吉祥

Biết bỏ ác theo lành
 Không uống rượu, biết tiết chế
 Không đắm trong sắc dục
 Đó là điềm lành lớn

Bài kệ 6

Đa văn như giới hành

多聞如戒行

Pháp luật tinh tấn học

法律精進學

Tu kỷ vô sở tranh

修己無所爭

Thị vi tối cát tường

是為最吉祥

Học rộng biết trì giới

Siêng năng tu tập theo giáo pháp và luật
 nghi

Biết tu dưỡng thân tâm, không vương vào

các cuộc tranh chấp
Đó là điềm lành lớn nhất

Bài kệ 7

Cư hiếu sự phụ mẫu

居孝事父母

Trị gia dưỡng thê tử

治家養妻子

Bất vi không phạp hành

不為空乏行

Thị vi tối cát tường

是為最吉祥

Là người con hiếu thảo, có cơ hội phụng
dưỡng mẹ cha

Biết chăm sóc gia đình, giữ cho trong nhà
êm ấm

Không để cho lâm vào cảnh nghèo đói

Đó là điềm lành lớn nhất

Bài kệ 8

Bất mạn bất tự đại

不慢不自大

Tri túc niệm phản phúc

知足念反覆

Dĩ thời tụng tập kinh

以時誦習經

Thị vi tối cát tường

是為最吉祥

Không kiêu mạn, không cho mình là hơn người

Biết tri túc, biết xét suy

Có thì giờ đọc tụng và thực tập kinh điển

Đó là phước đức lớn nhất

Bài kệ 9

Sở văn thường dục nhận

所聞常欲忍

Nhạo dục kiến sa môn

樂欲見沙門

Mỗi giảng tiếp thính thọ

每講輒聽受

Thị vi tối cát tường

是為最吉祥

Biết nhẫn nhục khi nghe điều bất như ý

Có hạnh phúc mỗi khi được gặp người

xuất gia

Mỗi khi nghe pháp hết lòng tiếp nhận để

hành trì

Đó là niềm lành lớn nhất

Bài kệ 10

Trì trai tu phạm hạnh

持齋修梵行

Thường dục kiến hiền minh

常欲見賢明

Y phụ minh trí giả

依附明智者

Thị vi tối cát tường

是為最吉祥

Biết ăn chay, biết tu theo phạm hạnh

Có hạnh phúc khi gặp các hiền đức

Biết nương vào các bậc có trí sáng

Đó là điềm lành lớn nhất.

Bài kệ 11

Dĩ tín hữu đạo đức

已信有道德

Chánh ý hướng vô nghi

正意向無疑

Dục thoát tam ác đạo

欲脫三惡道

Thị vi tối cát tường

是為最吉祥

Có niềm tin, có một đời sống tâm linh

Tâm ý ngay thẳng, không bị hoài nghi che
lấp

Có quyết tâm lánh xa ba nẻo về xấu ác

Đó là điềm lành lớn nhất

Bài kệ 12

Đẳng tâm hành bố thí

等心行布施

Phụng chư đấng đạo giả

奉諸得道者

Diệc kính chư thiên nhân

亦敬諸天人

Thị vi tối cát tường

是為最吉祥

Biết bố thí với tâm niệm bình đẳng

Biết phụng sự những bậc đắc đạo

Biết tôn quý những kẻ đáng tôn quý trong
hai giới nhân và thiên

Đó là điềm lành lớn nhất.

Bài kệ thứ 13

Thường dục ly tham dâm

常欲離貪婬

Ngộ si sân nhuế ý

遇癡瞋恚意

Năng tập thành đạo kiến

能習成道見

Thị vi tối cát tường

是為最吉祥

Biết xa lìa tham dục

Sân hận và si mê

Thường tu tập để mong đạt được chánh
kiến

Đó là điềm lành lớn nhất.

Bài kệ 14

Nhược dĩ khí phi vụ

若以棄非務

Năng cần tu đạo dụng

能勤修道用

Thường sự ư khả sự

常事於可事

Thị vi tối cát tường

是為最吉祥

Biết buông bỏ những nghiệp vụ phi nghĩa
 Có khả năng áp dụng đạo pháp vào đời
 sống hằng ngày
 Biết theo đuổi một lý tưởng đáng được
 theo đuổi
 Đó là điểm lành lớn nhất

Bài kệ thứ 15

Nhất thiết vi thiên hạ

一切為天下

Kiến lập đại từ ý

建立大慈意

Tu nhân an chúng sinh

修人安眾生

Thị vi tối cát tường

是為最吉祥

Vì tất cả nhân loại

Vun bón tâm đại từ
 Nuôi dưỡng tình thương để đem lại an
 bình cho thế gian
 Đó là điềm lành lớn nhất

Bài kệ 16

Trí giả cư thế gian

智者居世間

Thường tập cát tường hạnh

常習吉祥行

Tự trí thành tuệ kiến

自致成慧見

Thị vị tối cát tường

是為最吉祥

Là bậc trí giả ở trong cuộc đời

Thường tập hạnh tạo tác những điềm lành

Cho đến khi chính mình thành tựu được

tuệ giác lớn

Đó là điềm lành lớn nhất.

Giảng giải kinh Chiếc Lưới Ái Ân
Ái Dục Phẩm, Pháp Cú Kinh- phần 1 -
Thầy Làng Mai
Phiên tả: Chân Giác Lưu

Kinh "Chiếc lưới ái ân" được dịch từ kinh Pháp Cú, Hán tạng. Chữ "ái ân" nằm ngay trong bài kệ thứ ba của kinh, câu "*Nhân vi ân ái hoặc*". Trong kinh có sử dụng hình ảnh chiếc lưới để ví với sự mất tự do của một người khi bị vướng vào ái dục. Chữ lưới được lặp lại hai lần (ái võng và dục võng), vì vậy ý niệm về chiếc lưới thấy rất rõ trong kinh. Mới đọc qua kinh chúng ta có cảm tưởng kinh được dạy riêng cho người xuất gia, nhưng nghiên cứu kỹ chúng ta thấy những người tại gia cũng có thể thừa hưởng rất nhiều từ kinh

này. Những người tại gia, dù sống đời sống lữa đôi, dù đã có vợ, có chồng nhưng vẫn có thể bị sa vào lưới ân ái rồi gây khổ đau và làm tan nát gia đình của mình và gia đình người khác.

Đứng về phương diện hành trì thì người xuất gia dễ thực tập hơn người tại gia, tại vì người xuất gia sống trong một môi trường rất thuận lợi cho sự thực tập. Những vị xuất gia tại Làng Mai vì không xem truyền hình, không đọc tiểu thuyết tình cảm nên không thấy những hình ảnh khêu khơi ái dục trong phim ảnh hay sách báo, do đó hạt giống ái dục không bị tưới tẩm. Trong khi đó, người tại gia sống ngoài đời, phải tiếp xúc, chung đụng, lại không có những giới luật và uy nghi bảo hộ nên những hạt giống của ái dục rất dễ bị tưới tẩm. Đứng về phương diện đó mà

nói thì tu tại gia và tu chợ khó hơn tu chùa. Con đường xuất gia vốn là con đường dễ nhất, còn hành trì với tính cách cư sĩ thì khó hơn. Vì vậy, ban đầu Đức Thế Tôn có ý dạy kinh này cho những người xuất gia nhưng những người tại gia cũng phải nên học.

Ngày hôm qua các thầy, các sư cô có trách nhiệm dịch kinh ra tiếng Anh và tiếng Pháp hơi bấn khoăn, không biết nên dịch chữ “ái dục” như thế nào. Mình có thể dịch chữ *ái* là love. *Ái* không phải chỉ là tình cảm giữa nam và nữ mà nó còn có nghĩa khác là lòng nhân ái, là tình người, tình yêu nhân loại. Yêu nước là ái quốc. *Ái nhân như ái thân* (thương người như thể thương thân). Chữ *ái* không có nghĩa là vương mắc mà có nghĩa là thương yêu.

Chữ *dục* đứng riêng thì có nghĩa là khao khát, thèm muốn, mình có thể dịch là desire. Khi hai chữ đứng riêng ra thì rất dễ dịch: một bên là tình thương (ái) và một bên là ham muốn (dục). Nhưng khi gộp hai chữ lại thành chữ ái dục thì hơi khó dịch tại vì trong ái có dục. Giới thứ ba của Năm Giới có nói: Tình yêu và tình dục là hai cái khác nhau. Khi văn bản của Năm giới tân tu đưa ra thì đã nhận được sự phản ứng rất thuận lợi của các bạn Tây phương. Các bạn chấp nhận một cách dễ dàng câu: Tình yêu và tình dục là hai cái khác nhau.

Tên của kinh, trong nguyên văn là *Ái Dục Phạm*, mình có thể dịch là “Sensual love”, “L’amour sensuel”. Ở Tây phương có thứ tình yêu gọi là tình yêu sông (amour platonique) tức là tình yêu không có sự

chung đưng xác thậ. Thi sĩ Pháp Félix Arvers có làm một bài thơ rất nổi tiếng tên “Sonnet d’Arvers “ nói về tình yêu không có xác thậ:

*Lòng ta chôn một khối tình
 Tình trong giây phút mà thành thiên thâu
 Tình tuyệt vọng nỗi thẳm sâu
 Mà người gieo thẳm như hâu không hay*

Đọc bài thơ của thi sĩ Arvers ta thấy trong đó chấ chứa một khối khổ đầ. Mình yêu người đó nhưng người đó không biết và mình vẫn cứ âm thẳm yêu. Yêu mà mang một nỗi thẳm sâu thì tình yêu ấy chẳng vui vẻ, hạnh phúc gì. Tình yêu suông (l’amour platonique) cũng đem lại biết bao nhiêu khổ đầ, vì trong đó có sự vướng mắc, vướng vào đó thì mình cũng đánh mất tự do, tình yêu ấy không nằm trong tứ vô lượng tâm (từ, bi, hỷ và xả).

*Hỡi ơi người đó ta đây
 Sao ta thui thui đêm ngày chiếc thân?
 Dầu ta đi trọn đường trần
 Chuyện riêng dễ dám một lần hé môi*

*Người dù ngọc nói hoa cười
 Nhìn ta như thể nhìn người không quen.
 Đường đời lạng lẽ bước tiên
 Ngờ đâu chân đạp lên trên mối tình.*

*Một niềm tiết liệt đoan trinh
 Xem thơ nào biết có mình ở trong.
 Lạnh lùng lòng sẽ hỏi lòng:
 Người đâu tả ở mấy dòng thơ đây?*

Người dịch bài thơ này là nhà văn Khải Hưng. Bài thơ của Félix Arvers rất nổi tiếng, người Pháp hầu như ai cũng thuộc bài thơ này. Thi sĩ sống vào nửa đầu thế kỷ thứ 19 và làm bài thơ này lúc 25 tuổi.

Dưới đây là nguyên văn tiếng Pháp của bài thơ:

*Mon âme a son secret, ma vie a son
mystère*

*Un amour éternel en un moment conçu:
Le mal est sans espoir, aussi j'ai dû le
taire,*

Et celle qui l'a fait n'en a jamais rien su.

*Hélas! j'aurai passé près d'elle inaperçu,
Toujours à ses côtés et pourtant solitaire;
Et j'aurai jusqu'au bout fait mon temps
sur la terre,
N'osant rien demander et n'ayant rien
reçu.*

*Pour elle, quoique Dieu l'ait faite douce
et tendre,
Elle ira son chemin, distraite et sans*

entendre

Ce murmure d'amour élevé sur ses pas.

l'austère devoir pieusement fidèle,

*Elle dira, lisant ces vers tout remplis
d'elle:*

*"Quelle est donc cette femme ?" Et ne
comprendra pas!*

Bản kinh mà chúng ta đang học được trích trong Kinh Pháp Cú Hán Tạng. Kinh Pháp Cú Hán Tạng là kinh số 210 trong Đại Tạng Taisho, có tất cả 39 phẩm và 752 bài kệ. Kinh Pháp Tập Yếu Tụng là kinh số 213 trong Đại Tạng Tân Tu và có 32 phẩm. Cuối cùng chúng ta có Dhammapada (Kinh Pháp Cú) của tạng Pali, có 26 phẩm và 403 bài kệ. Kinh Pháp Cú Hán Tạng được dịch vào thế kỷ thứ ba, Kinh Pháp Tập Yếu Tụng được

dịch vào thế kỷ thứ mười nên kinh trước có sớm hơn kinh sau khoảng 700 năm.

Chúng ta có ba kinh nói về ái dục, một kinh bằng tiếng Pali và hai kinh bằng chữ Hán. Khi nghiên cứu ba kinh tôi thấy bài kinh trong kinh Pháp Cú Hán Tạng là hay nhất. Kinh được dịch vào khoảng năm 225 tức nửa đầu của thế kỷ thứ ba. Phẩm Ái Dục còn có trong kinh Pháp Tập Yếu Tụng, hình như được dịch vào thế kỷ thứ 10, lời văn chải chuốt hơn nhưng không hay và không đầy đủ bằng bản trước. Bản văn chúng ta đang học hay hơn cả bản văn trong tạng Pali nên tôi chọn bản này. Khi học, có thể quý vị sẽ thích thú khi so sánh bản văn này với bản văn tạng Pali và với phẩm Ái Dục của Kinh Pháp Tập Yếu Tụng.

Chúng ta hãy cùng đọc bản văn bằng tiếng Việt:

1.

Tâm ý đi về hướng ái dục thì cây ái dục sẽ đâm chồi trở nhánh rất mau.

Tâm ý phân tán vì đối tượng ái dục sẽ làm cho lửa ái dục bùng cháy trong ta.

Kẻ đi tìm ái dục cũng giống như một con vượn chuyền cành tìm trái, từ cành này sang cành khác.

2.

Ái dục buộc mình phải gánh chịu khổ đau. Ái dục làm cho mình bị vướng mắc vào cuộc sống trần tục.

Những lo lắng và hoạn nạn do ái dục đưa tới cứ tăng trưởng đêm ngày, mọc kín như cỏ tranh.

3.

Bị ái ân mê hoặc người ta sớm muộn gì cũng sẽ bị vướng vào dục tình.

Cái lo lắng kia càng ngày càng lớn, giống như dòng nước rỉ, rỉ mãi cũng đầy hồ.

4.

Ở đời có nhiều thứ lo lắng và đau buồn, nhưng không có thứ lo buồn nào lớn hơn cái lo buồn do ái dục đem lại.

Buông bỏ được ái dục mới hết lo buồn.

5.

Muốn tâm ý được an vui thì phải quyết tâm dứt bỏ ái ân.

Không ân ái thì không còn phải đi vòng quanh trong cõi luân hồi, không còn phải mang nặng ưu tư, không còn thấp thỏm mong cầu những gì ô nhiễm.

Không còn ái nhiễm thì sẽ được thực sự an vui.

6.

Ân ái thâm trọng thì đến giờ lâm chung, bao quanh bởi những người thân thuộc, sẽ thấy con đường của lo lắng và sầu khổ dài như thế nào. Cái khổ do ân ái gây nên thường đưa ta tới những hoàn cảnh không an toàn, đầy tai ách.

7. Là người tu đạo, ta không nên đi về hướng ái dục.

Phải bắt đầu bằng cách tìm diệt tận gốc cái cây ái dục để cho những cái rễ của nó không còn có thể đâm chồi lên được.

Đừng làm như cắt cỏ lau, để sau khi được cắt rồi lau lại mọc lên như cũ.

8. Gốc cây ái dục sâu và vững. Tuy cây đã bị đốn, nhưng cành lá vẫn có thể sinh ra trở lại.

Tâm ái dục chưa dứt trừ thì theo lẽ thường

cái khổ do ái dục đem tới vẫn còn trở lại như thường.

9.

Như con vượn nhảy ra khỏi cây này thì lại nhảy vào cây khác, người đời cũng thế, ra khỏi được một ngục tù ái dục này rồi lại lao mình vào một ngục tù ái dục khác.

10.

Tâm ái dục là một dòng chảy thường xuôi theo dòng tập khí và dòng kiêu mạn. Những tư duy và nhận thức của ta đều có thể được tô điểm theo màu sắc ái dục và do đó chính mình tự che lấp sự thật và không thấy được sự thật.

11.

Dòng suối tâm ý ấy cứ mặc tình trôi chảy khiến cho những nút thắt ái dục đan kết lại với nhau chằng chịt.

Chỉ có tuệ giác chân thực mới có khả năng phân biệt và thấy rõ được điều này và giúp ta đoạn trừ được căn nguyên của nó nơi tâm ý.

12.

Dòng suối ái dục thấm vào tư duy và nhận thức để lớn mạnh và quấn vào nhau. Nguồn suối ái dục sâu không đáy kia làm cho cái già và cái chết tăng trưởng một cách rất mau chóng.

13.

Những cành nhánh của cây ái dục cứ tiếp tục sinh trưởng không dừng nghỉ cũng bởi vì chúng được nuôi dưỡng bằng thực phẩm ái dục.

Thực phẩm này nuôi dưỡng oán hận, un thành gò thành đống.

Người thiếu trí tuệ thì cứ nôn nóng đi về hướng ấy.

14.

Trong ngục thất có gông có cùm, nhưng người có trí tuệ không thấy những dụng cụ này là thứ gông cùm vững chắc nhất. Cái loại gông cùm ái nhiễm cột người ta vào vòng hệ lụy mới thật là loại gông cùm kiên cố.

15.

Người có trí tuệ thấy ái dục là một thứ ngục tù kiên cố, khó thoát ra khỏi. Người ấy biết rõ rằng phải đoạn trừ ái dục thì mới thực sự được an vui.

16.

Thấy sắc mà bị mê hoặc đó là vì không biết quán vô thường.

Kẻ u mê tưởng rằng cái sắc ấy là một cái gì lành và đẹp, không biết rằng cái bóng dáng bên ngoài kia không chứa đựng

được một cái gì bền bỉ chắc thật bên trong nó.

17.

Tự nhốt mình trong sắc dục thì cũng như con tằm kéo chiếc kén để tự mình giam hãm lấy mình.

Bậc trí giả có khả năng đoạn trừ và buông bỏ dục tưởng, không thiết tha gì đến những đối tượng ái dục, cho nên mới tránh thoát khỏi mọi khổ nạn.

18.

Kẻ có tâm ý phóng dăng khi nhìn vào một đối tượng ái dục thì có thể cho đó là một cái gì tinh khiết, không biết rằng sự tăng trưởng lớn mạnh của ái ân sẽ đem tới bao nhiêu hệ lụy tù ngục sau này.

19.

Những ai thực tập chánh niệm sẽ có khả năng thấy được rằng cái đối tượng của ái dục kia là bất tịnh, do đó diệt trừ được dục ý, ra khỏi ngục tù và thoát khỏi tai nạn già và chết.

20-21.

Tự quấn lấy mình trong chiếc lưới ái dục, tự che mình bằng chiếc dù ái dục là tự trôi mình trong vòng hệ lụy như con cá tự chui vào trong một chiếc nơm, bị cái già và cái chết bắt theo và luẩn quẩn bên cạnh đối tượng ấy như một con bê đi tìm vú mẹ.

Lìa bỏ được dục, không đi theo vết xe của ái, thì có thể vượt thoát ra ngoài chiếc lưới ái ân, không còn bị bắt cứ một cái gì làm hại nữa.

22.

Đi trọn được con đường, cởi bỏ được mọi ràng buộc hệ lụy, giải phóng được mọi phân biệt kỳ thị, vượt qua được các ý niệm lưỡng nguyên, đó mới thật là bậc xuất sĩ đại trí.

23.

Đừng thân cận với những kẻ đi ngược chánh pháp cũng đừng bị lôi kéo theo con đường ái nhiễm. Nếu chưa vượt thoát được thời gian, thì hành giả vẫn còn bị kẹt vào cái thấy nhị nguyên.

24.

Thấy và hiểu được tự tánh các pháp, không còn bị vướng vào một pháp nào, biết cách gỡ ra được mọi sợi dây ái dục trong tâm ý, như thế là đã nắm được ý chỉ của Bụt.

25.

Trong các thứ hiến tặng, hiến tặng chánh pháp là quý hơn cả. Trong các mùi hương, hương đạo đức là thơm tho hơn hết.

Trong các thứ hạnh phúc, được sống trong chánh pháp là hạnh phúc lớn nhất.

Không có phương pháp nào chiến thắng được khổ đau một cách tận cùng bằng sự thực tập chấm dứt ái dục.

26-27.

Người u mê thường lấy sợi dây tham dục để tự trói mình.

Người ấy chưa có ước mong vượt sang bờ bên kia. Tham dục gây bại hoại, đem lại tai họa cho mình và cho kẻ khác.

Tâm tham dục là ruộng đất, tham sân si là hạt giống.

Đối với người có khả năng bố thí và độ

đời thì những phúc đức thu hoạch được không thể đo lường.

28.

Người đồng hành thì ít, hàng hóa chuyên chở thì nhiều, kẻ thương nhân lâm vào trạng thái lo lắng kinh sợ.

Biết rằng cái đam mê dục lạc là tên giặc, có thể làm tổn hại thân mạng của mình, bậc trí giả không còn chạy theo tham dục.

29.

Năm thứ tham dục phát sinh khi tâm mình cảm thấy có sự khả ý.

Mau chóng chấm dứt được cả năm thứ tham dục, đó mới thật là người dũng sĩ.

30. Hết tham dục thì không còn sợ hãi.

Lúc ấy ta mới được thanh thoi an lạc.

Dục hết thì kiệt sử cũng hết, do đó hành giả ra khỏi được vực sâu.

31.

Này ái dục ta ơi, ta biết gốc gác của mi rồi: Dục ý là từ ước muốn và nhận thức sai lầm mà phát khởi.

Nay ta không còn ước muốn và nhận thức sai lầm về mi thì làm sao mi còn có thể phát sinh?

32.

Đốn cây ái dục mà không tận gốc thì cây ái dục sẽ mọc trở lại.

Đốn cây ái dục mà tận gốc thì vị xuất sĩ đạt tới Niết Bàn.

33.

Nếu không chịu chặt cây ái dục thì cành lá ái dục ít nhiều vẫn còn phát sinh. Tâm còn vướng vào ái dục thì người ta vẫn còn như một con bê phải luôn luôn cần đến vú mẹ.

Trong bài kệ 26 có câu: Người u mê thường lấy sợi dây tham dục để tự trói mình và trong bài kệ thứ 20 nói: Mình tự quấn lấy mình trong chiếc lưới ái dục. Không phải người khác tới bắt mình nhốt vào mà chính mình tự nhốt mình. Trong kinh có sử dụng hình ảnh con cá tự chui vào trong chiếc nơm, con tằm tự kéo kén để nằm trong đó. Cái nơm nhốt con cá, chiếc kén giam hãm con tằm. Đó là do chính mình làm ra, đó là vì mình muốn như vậy chứ không ai bắt ép mình.

Trong Truyện Kiều, lúc sư Giác Duyên tham vấn với đạo cô Tam Hợp để hỏi về tương lai của Kiều thì đạo cô nói rằng Kiều sẽ còn phải khổ đau nhiều lắm tại vì Kiều còn vướng vào lưới tình. Đạo cô nói:

*Thúy Kiều sắc sảo khôn ngoan
Vô duyên là phận hồng nhan đã đành.*

*Lại mang lấy một chữ tình
Khăng khăng mình buộc lấy mình vào
trong.*

*Vậy nên những chốn thông dong
Ở không yên ổn ngồi không vững vàng.
Ma đưa lối quỷ dẫn đường
Lại tìm những chốn đoạn tràng mà đi*

Kinh nói rất rõ: tại mình chứ không phải tại người khác. Trong đạo Bụt, Bụt dạy rất nhiều về vấn đề thương yêu. Chúng ta đã có một cuốn sách tựa là “Teaching on love” (Bụt dạy thương yêu). Thương yêu có thể đem lại rất nhiều hạnh phúc và bình an cho con người. Nhưng thương yêu và ái dục có khác nhau, thương như thế nào để đừng làm ra một chiếc lưới tự nhốt mình và nhốt người kia, thương như thế nào để đừng gây khổ đau cho mình và cho người kia. Thương như vậy mới đúng là

thương, cho nên Tứ Vô Lượng Tâm là con đường thương yêu của Bụt dạy mà mình phải học.

Trong phòng khách của chùa Tây Thiên ở Huế có một câu đối, trong đó các thầy dùng chữ rất táo bạo:

Bất tục tức tiên cốt 不俗即仙骨

Đa tình thị Phật tâm 多情是佛心

Bất tục tức tiên cốt: *Bất tục* là không có trần tục 俗. *Cốt* là xương, người có cốt của tiên thì nhẹ nhàng, không có tục lụy, không có cái thô tháo của trần tục. Xương của tiên không có mùi tục lụy, nếu muốn làm tiên thì phải rời xa tục lụy.

Đa tình thị Phật tâm: Trái tim của Bụt có rất nhiều tình (đa tình). Tình mà Bụt dạy là cái tình rộng lớn. Câu đối này nói Bụt là một người đa tình, tức Bụt là người

có tình thương rất lớn. Nhờ có tình thương lớn nên Bụt mới ôm trọn được thế gian. *Tâm bảo thái hư* là tấm lòng ôm trọn cả thế gian.

Chúng ta là con cháu của tổ Lâm Tế. Tổ dạy, hễ là con người thì mình có thể thành Bụt, người nào cũng có thể thành Bụt. Nhưng khi thành Bụt rồi mình vẫn tiếp tục được làm người, có nghĩa là thành Bụt rồi thì không phải là hết được làm người, mình vẫn là một con người. Điều kiện tiên quyết để thành Bụt là phải là một con người, cho nên chúng ta có giáo lý : *Phật sanh bất nhị* (the non duality of Buddhas and human beings).

Đã là con người thì phải có hạt giống của tình dục. Con người được làm bằng năm uẩn (sắc, thọ, tưởng, hành, thức), con người có hình hài, có cảm thọ. Nếu nhìn

Bụt như một con người (sách “Đường xưa mây trắng” giúp chúng ta nhìn Bụt như một con người mà không phải là một vị thần linh) thì chúng ta thấy rõ là trong con người của Bụt cũng có hạt giống của tình dục. Bụt đi xuất gia năm 29 tuổi và thành đạo năm 35 tuổi, mới có 35 tuổi là còn rất trẻ nên năng lượng tình dục vẫn còn trong con người đó. Bụt vẫn còn là con người như mình. Nhưng tại vì khi thành Bụt rồi thì mình có đủ trí tuệ, có đủ thương yêu, đủ tinh thần trách nhiệm, đủ tuệ giác cho nên mình biết xử lý năng lượng tình dục của mình một cách dễ dàng.

Ai nói Bụt không có yêu thương? Bụt yêu thương rất nhiều, tim Bụt vốn đa tình. Mình phải thấy rằng, hễ là con người thì có hạt giống của tình dục. Tình yêu phần nào có gốc rễ trong tình dục, chúng ta

phải công nhận chuyện đó. Sự khao khát có cơ hội để thương yêu và được thương yêu có mặt trong tất cả mọi người chúng ta. Tu tập không phải là để quét sạch, để lấy đi hết những thứ đó; lấy đi hết những thứ đó thì mình không còn là con người nữa. Mình tu tập là để có đủ khả năng đối phó với những thứ đó, cười với nó khiến nó không làm gì được mình. Hễ là con người, có một hình hài thì còn những hạt giống tình dục. Thỉnh thoảng khi nó trở về, mình có chánh niệm có tuệ giác, mình mỉm cười với nó và mình được tiếp tục làm người. Bụt đã thành Phật rồi mà vẫn tiếp tục làm một con người, vì vậy mình mới tới được gần Bụt. Nếu Bụt là một vị thần linh thì làm sao mình tới gần được? Và nếu Bụt xử lý được năng lượng tình dục thì mình làm cũng được như Bụt.

Khi đã chọn con đường xuất gia thì mình phải khép lại cánh cửa ái ân. Như vậy không có nghĩa là mình cho ái ân là một tội ác, nhưng tại vì có nhiều con đường và mình đã chọn một con đường, con đường đó là con đường thương yêu lớn, con đường thương yêu của Bụt, con đường không bị hệ lụy. Con đường này không làm mình khổ và đem lại niềm vui cho rất nhiều người khác. Sau khi lựa chọn rồi thì mình phải đóng cánh cửa kia lại; mình không thể bắt cả hai tay, vừa muốn làm cái này lại vừa muốn làm các kia.

Mình thương mẹ, nhưng mình có lý tưởng xuất gia nên mình phải xuất gia thôi, mình không thể ở nhà để *ăn chuối ba hương, ăn xôi nếp một, ăn đường mía lau*. Ở đời luôn luôn phải có sự chọn lựa, đã chọn lựa rồi thì mình phải đi con đường đó chứ

đừng thụt tới thụt lui để rốt cuộc cũng không đi được tới đâu. Mình có quyền làm người, Bụt có quyền làm người. Nhờ cách học làm người cho đàng hoàng nên mình có thể thành Bụt.

Kinh này có những bài kệ rất sâu, mình phải học từ từ.

Đọc kinh cẩn thận, mình thấy Bụt chỉ cho mình nguồn gốc của ái dục gọi là *dục ý* 欲意. Dục ý là cái tâm muốn đi về hướng đó, khi có dục ý rồi thì mình không còn bình an nữa. Thi sĩ Xuân Diệu làm một bài thơ bốn câu để giải nghĩa tình yêu là gì:

*Làm sao cắt nghĩa được tình yêu?
 Có nghĩa gì đâu? Một buổi chiều
 Nó chiếm hồn ta bằng nắng nhạt
 Bằng mây nhè nhẹ gió hiu hiu*

Tự nhiên mình có một cảm giác nhớ nhung và thiếu vắng, đó là định nghĩa của Xuân Diệu về tình yêu. Hễ yêu là thấy nhớ nhung, thấy thiếu vắng. Mình đổ lỗi tại nắng nhạt, mây nhẹ và gió hiu hiu, nhưng có người khác đứng cạnh mình, trời cũng có nắng nhạt, mây nhẹ và gió hiu hiu nhưng người ta có làm sao đâu. Thế nên trước đó đã có cái gì rồi chứ không phải là tự dung.

Theo sự phân tích của Bụt thì ban đầu phải có *xúc*, *sparśa* (contact), xúc giữa mắt và hình ảnh, xúc giữa lỗ tai với âm thanh. Xúc đi với *tác ý* (attention), *manaskara*. Tại sao mình không chú ý tới cái khác mà lại chú ý tới cái đó? Có nhiều loại tác ý, có loại tác ý có lợi cho sự tu tập của mình như khi nghe tiếng chuông mình để tâm vào tiếng chuông. Đó gọi là *như lý*

tác ý, để tâm vào tiếng chuông thì tự nhiên tâm mình lắng lại. Thành ra đối tượng của tác ý quyết định là mình có bình an hay không có bình an. Mỗi ngày, người tu phải học như lý tác ý, để tâm tới những cái không làm cho mình mất bình an. Thọ (vedanā) là cảm thọ, cảm thọ khó chịu hay dễ chịu. Mình thấy một hình ảnh, nghe một âm thanh và mình có một tri giác (một nhận thức) về cái đó. Tri giác đó gọi là *tưởng* (samjñā), nó tùy thuộc nơi thọ. Khi tiếp xúc với một cái gì đó và có một cảm thọ thì tự nhiên mình có tưởng (tri giác). Mình cho cái đó là xấu hay đẹp, là dễ chịu hay không dễ chịu. Có cảm giác dễ chịu là có lạc thọ, có cảm giác không dễ chịu là có khổ thọ. Mình tiếp xúc với một đối tượng và cho đối tượng đó là thường, là lạc, là ngã, là tịnh. Nếu có chánh niệm và trí tuệ, mình biết đối tượng

đó là vô thường và nó có thể đem lại khổ đau cho mình. Nếu có trí tuệ mình thấy nó là trống rỗng, nó không có chủ thể bền chắc lâu dài và nó là bất tịnh. Lúc đó cái tưởng của mình không phải là một vọng tưởng mà là một nhận thức đúng đắn. Mình sẽ không bị nội kết (internal formation, samyojana). Nội kết đó gọi là *tư*, volition (cetana). Tư là một nhớ tưởng, một mong cầu.

Một tia nắng nhạt, một đám mây nhẹ nhẹ, một cơn gió hiu hiu làm cho mình cảm thấy thiếu vắng một cái gì, mình mong cầu một cái gì đó. Đó gọi là tư, là nhớ mong (cái gì như thể nhớ mong). Tư do cái tưởng sinh ra. Sau khi có xúc, tác ý và thọ thì mình có một nhận thức về đối tượng đó. Nếu mình cho đối tượng đó là tịnh, là lạc, là ngã, là thường thì mình có

một nội kết êm ái. Nội kết êm ái sinh ra tư, cái tư đó là cái thiếu vắng, cái nhớ mong bồn chồn không quên được. Tư là *tư niệm thực* tức nguồn thực phẩm thứ ba trong bốn loại thực phẩm. Tư là nghĩ tới nó và cứ muốn ao ước nó.

Trong kinh này có nói về nội kết, về tư và về tưởng. Trong bài kệ thứ 31 có nói: *Này ái dục ta ơi, ta biết gốc gác của mi rồi. Dục ý là từ ước muốn và nhận thức sai lầm mà phát khởi. Chữ ước muốn được dịch từ chữ tư và chữ nhận thức sai lầm được dịch từ chữ tưởng. Bụt chỉ cho mình rất rõ ràng gốc rễ của ái dục. Vọng tưởng đưa tới tư niệm, tư niệm làm cho mình thiếu thốn, đau khổ, bất an. Và tư đưa tới những phiền não như lo lắng, sợ hãi, buồn phiền, giận hờn, v.v... Với chánh niệm, mình để ý tới xúc, tác ý, thọ và khi đi tới*

tưởng mình sẽ không bị vọng tưởng. Mình thấy đối tượng kia là vô thường có thể đem lại khổ đau, nó không có gì chắc thực ở bên trong và nó là bất tịnh; lúc đó tự nhiên mình không có vọng tưởng và không có vọng tưởng thì mình sẽ không có nội kết êm ái, sẽ không bị “mây nhẹ nhẹ gió hiu hiu” bắt cóc đi.

Bài kệ 1

Tâm phóng tại dâm hành 心放在姪行

Dục ái tăng chi điều 欲愛增枝條

Phân bố sanh sí thịnh 分布生熾盛

Siêu dục tham quả hầu 超躍貪果猴

Tâm ý đi về hướng ái dục thì cây ái dục sẽ đâm chồi trở nhánh rất mau. Tâm ý phân tán vì đối tượng ái dục sẽ làm cho lửa ái dục bùng cháy trong ta. Kẻ đi tìm ái dục

cũng giống như một con vượn chuyền cành tìm trái, từ cành này sang cành khác.

Tâm phóng tại tâm hành: *Phóng* là đi tới. *Dâm hành* là hướng của ái dục. Tâm ý đi về hướng của ái dục.

Dục ái tăng chi điều: Cây ái dục tăng thêm cành thêm nhánh.

Phân bố sanh sí thạnh: *Sí thạnh* là cháy bùng lên. Tâm ý phân tán vì đối tượng ái dục sẽ làm cho lửa ái dục bùng cháy trong ta.

Siêu dục tham quả hầu: *Tham quả* là ham đi tìm trái cây. *Hầu* là con khỉ. Con khỉ đi tìm trái cây, nhảy nhót từ cây này sang cây khác.

Ngay trong bài kệ này chúng ta đã thấy đây không phải chỉ là giáo lý cho người

xuất gia. Người tại gia cũng rất cần tại vì người tại gia sống trong một hoàn cảnh có rất nhiều cơ hội bị vướng mắc. Sống trong chùa mình được nhắc nhở, được thực tập và mình có tăng thân. Còn sống ngoài đời, mình đi tới sở làm gặp gỡ người này người khác nên có hoàn cảnh kéo người tại gia đi theo rất mau. Mình đã có vợ, có chồng, có con rồi nhưng mình vẫn bị kéo theo ái dục, mình vẫn muốn bỏ người này để đi theo người kia. Trong kinh dùng hình ảnh của một con vượn nhảy từ cành này sang cành khác để tìm trái cây. Nó ăn một trái rồi nhưng còn thèm nên đi tìm trái khác. Ở ngoài đời chuyện ngoại tình xảy ra rất nhiều, sự thực tập đối với người cư sĩ còn khó hơn đối với người xuất sĩ. Cho nên đi xuất gia là con đường dễ nhất và mình đừng đợi đến lúc già rồi mới xuất gia.

Kinh hay ở chỗ là đưa ra rất nhiều hình ảnh, có trên mười hình ảnh và những hình ảnh tự nó đã nói ra được giáo lý.

Bài kệ 2

Dĩ vi ái nhân khổ 以為愛忍苦

Tham dục trước thế gian 貪欲著世間

Ưu hoạn nhật dạ trường 憂患日夜長

Diên như mạn thảo sanh 莛如蔓草生

Ái dục buộc mình phải gánh chịu khổ đau, ái dục làm cho mình bị vướng mắc vào cuộc sống trần tục. Những lo lắng và hoạn nạn do ái dục đem tới cứ tăng trưởng đêm ngày, mọc kín như cỏ tranh.

Bài kệ này cũng đề dành cho người cư sĩ. Các vị xuất gia đừng tưởng ở ngoài đời thì khỏi phải hành trì. Ở ngoài kia mà không hành trì thì sẽ khổ lắm.

Dĩ vi ái nhĩn khỏ: Ái dục buộc mình phải gánh chịu khổ đau.

Nhĩn là chịu đựng, *nhĩn khỏ* là chịu đựng nhiều khổ đau. Trong chúng ta có người đã nếm được vị này.

Tham dục trước thế gian: Vướng mắc vào vòng ái dục là vướng mắc vào thế giới của trần lụy, không giải thoát được. *Thế gian* là cuộc sống trần tục.

Ưu hoạn nhật dạ trưởng: Những lo lắng và hoạn nạn do ái dục đem tới cứ tăng trưởng đêm ngày.

Ưu là lo lắng, *hoạn* là tai nạn. Đó là hai cái đi đôi với ái dục. Làm tổng thống như ông Bill Clinton hay ông Sarkozy cũng khổ vì ái dục. Bên Do Thái có một vị tổng thống vì bị vướng vào ái dục mà phải bỏ chức tổng thống. Các vị nguyên thủ quốc

gia phải học kinh này, tại vì khi bị vướng mắc thì trong lòng mình sẽ có những lo lắng, buồn phiền, sợ hãi. Khi ấy làm sao mình có đủ minh mẫn, có đủ thông minh để giải quyết những vấn đề trọng đại của quốc gia, làm sao mình có thể dẫn dắt cả một dân tộc cho đàng hoàng. Kinh này không phải chỉ dành cho người xuất gia mà còn dành cho người tại gia tới Làng Mai tu học, nhất là các nhà chính trị, các nhà doanh thương.

Nhật dạ là ngày đêm. *Nhật dạ trường* là tăng trường ngày đêm.

Diên như mạn thảo sanh: Rễ đan chằng chịt với nhau như cỏ tranh. *Mạn thảo* là cỏ tranh, trong bản Pali cỏ này là Birana, rễ của nó đan chằng chịt với nhau và hình như nó có chất ngọt nên có người muốn đào. Vì vậy nên tôi dịch mạn thảo là cỏ

tranh vì nước của rễ cỏ tranh uống vào hơi ngọt ngọt. Trong bản Pali nói, nếu tưới thì cỏ đó sẽ mọc lên chằng chịt, phải tìm cách đào cho hết thì nó mới không mọc lên nữa.

Trong tự điển mạn thảo là *Andropogon muricatus* và tự điển của Phạm Hoàng Hộ gọi là hồng thảo chứ không phải mạn thảo, chữ Sanskrit là *Birana*.

Bài kệ 3

Nhân vi ân ái hoặc 人為恩愛惑

Bất năng xả tình dục 不能捨情欲

Như thị ưu ái đa 如是憂愛多

Sàn sàn doanh vu trì 潺潺盈于池

Bị ái ân mê hoặc người ta sớm muộn gì cũng bị vướng vào dục tình. Cái lo lắng kia càng ngày càng lớn giống như dòng nước rỉ, rỉ mãi cũng đầy hồ.

Nhân vi ân ái hoặc: Khi con người bị mê hoặc. *Hoặc* là bị cảm dỗ, bị hợp hồn. Khi con người bị cảm dỗ bởi ân ái thì *Bất năng xả tình dục*, không thể buông bỏ được tình dục, thế nào cũng đi tới chuyện tình dục và rốt cuộc cũng sẽ đi tới chỗ chung đụng xác thịt.

Thi sĩ Félix Arvers nói l'amour platonique (chỉ yêu xuông thôi), nhưng nếu hoàn cảnh thuận tiện thì dù yêu như thế nhưng thế nào người ta cũng sẽ phạm giới. Thái Hư đạo sư nói: Tình yêu, nếu cứ tăng trưởng thì chắc chắn sẽ đưa tới tình dục và đưa tới tình dục thì sẽ làm tan vỡ tất cả, nhất là đối với người xuất gia. Vì vậy mình không thể coi thường, mình đừng tưởng là yêu suông thì không sao mà phải lo ngay từ lúc ban đầu.

Nếu đó là tình huynh đệ thì không sao cả nhưng nếu nó có hơi hướng của ái dục thì mình phải biết là nó sẽ đẩy mình tới tình dục. Chuyện này đã có xảy ra trong đại chúng, đồng tính cũng như dị tính. Một sư chú với một sư cô và hai người đã rủ nhau đi. Vì vậy mình phải thấy cho rõ, đây có phải là tình huynh đệ hay không? Nếu nó có màu sắc của ái dục thì mình phải cẩn thận, nếu để cho nó lớn thì sẽ đưa tới sự gần gũi. Đây chỉ là vấn đề con người, nhưng tại vì mình đã xuất gia, mình đã có chí nguyện đi theo sự nghiệp của Đức Thế Tôn nên mình phải chọn lựa. Muốn thành công mình phải làm như vậy, mình phải nhắc nhở nhau. Khi người khác nhắc mình thì mình phải chấp tay lại cảm ơn. Mình không nên nói: “có gì đâu!” Những vị đã bỏ đi, ngày xưa cũng đã từng nói như vậy.

Như thị ưu ái đa: Cái lo lắng kia càng ngày càng lớn. Mình phải cẩn thận lắm mới được tại vì ở dưới mặt đất cỏ mọc rất mau, nó mọc chằng chịt vướng vào nhau, cho nên Đức Thế Tôn nói nó mọc chằng chịt như cỏ tranh. Bụt dạy mình đừng nghĩ rằng đó là chuyện không quan trọng.

Sàn sàn doanh vu trì: Nó là dòng nước rỉ, nhưng mai một sẽ đầy hồ, và khi hồ đầy rồi thì nước sẽ tràn ra. Đây là hình ảnh thứ ba trong kinh. Hình ảnh đầu là con vượn chuyền cành, hình ảnh thứ hai là cỏ tranh mọc kín, hình ảnh thứ ba là nước rỉ đầy hồ.

(Đây là bài Pháp thoại ngày 02.05.2010 tại thiền đường Trắng Rằm, chùa Từ Nghiêm, xóm Mới)

Giảng giải kinh Chiếc Lưới Ái Ân (phần 2)- Thầy Làng Mai

Nhìn một cái cây đứng ngoài vườn chúng ta thấy nó có những chiếc rễ cắm sâu vào lòng đất, nhờ vậy nên nó vững chãi, xinh tươi và hùng tráng. Có những cái cây khi nhìn thì thấy có vẻ khá vững nhưng chỉ cần một trận bão kéo tới đã ngã đổ, trong khi những cái cây khác dù có trải qua vài ba trận bão mà vẫn không sao. Mình biết rằng những cây kiên cường đứng vững được trong bão tố là vì chúng có những chiếc rễ rất vững chắc bám sâu vào lòng đất. Người tu cũng vậy, người tu cũng phải có những chiếc rễ cắm sâu vào lòng đất thì mới đứng vững và có thẳng bằng. Nhiều khi mình tưởng mình đã có thẳng bằng, nhưng thật ra thì cái thẳng bằng đó còn rất mong manh, chỉ cần một ngọn gió

thối tới là mình có thể ngã xuống. Thế nên, mình phải cẩn thận lắm mới được, đừng nên nghĩ rằng mình đã có thăng bằng rồi thì sẽ không có chuyện gì xảy ra.

Tín

Chiếc rễ đầu tiên của người tu là tín. *Tín* là niềm tin, niềm tin này không phải là niềm tin vào một đấng thần linh hay tin vào một người khác. Nếu tin vào một đấng thần linh thì có thể sau này mình sẽ đánh mất niềm tin đó, hoặc nếu tin vào một người khác thì rất có thể mình cũng mất đi niềm tin nơi người ấy. Niềm tin đó không phải là chiếc rễ vững chắc. Mình phải tin vào một cái gì bền chặt hơn. Cái đó là cái gì? Trước hết mình tin ở Tam Bảo tức tin vào Bụt, Pháp và Tăng. Bụt là khả năng hiểu biết, thương yêu và hiển

tặng hạnh phúc cho bản thân và cho người khác, chúng ta gọi là Phật bảo. Mình phải tin rằng, nếu thực tập thì mình sẽ mở rộng được sự hiểu biết, tình thương yêu và niềm hạnh phúc. Đó là khả năng của tất cả mọi người - tin vào Phật tánh của chính mình. Không có niềm tin đó thì không "làm ăn" gì được. Không có niềm tin đó thì mình không phải là huynh đệ cùng đi trên một con đường. Sở dĩ chúng ta là huynh đệ với nhau, sở dĩ chúng ta là một tăng thân là vì tất cả chúng ta đều tin vào một điều: Trong con người của mình có khả năng hiểu nhiều hơn, thương nhiều hơn và có hạnh phúc hơn. Niềm tin này không phải là sự mê tín tại vì mình thấy con người có khả năng mở rộng hiểu biết, làm lớn thương yêu, chuyển hóa khổ đau và tạo dựng hạnh phúc. Đó là tin vào Phật tánh trong con người của mình. Niềm tin

này không phải là lý thuyết, mà là một thực tại, tại vì trong khi quán chiếu mình thấy người nào có hiểu, có thương thì người đó có hạnh phúc và có khả năng làm hạnh phúc cho mọi người. Người nào không có khả năng hiểu và thương thì người đó sẽ có nhiều khổ và làm khổ người khác. Niềm tin của mình căn cứ trên sự nhận xét đó chứ không phải vào một sự hứa hẹn nào khác.

Nhìn vào thế giới, chúng ta thấy khả năng hiểu và khả năng thương của con người quá ít; vì vậy mới có sự chia rẽ, sự kỳ thị, sự độc ác và tàn hại. Chúng ta biết con đường hiểu và thương là con đường chúng ta phải quyết chí đi theo. Thấy được như vậy mới gọi là có niềm tin. Niềm tin này được gọi là *chánh tín*, nó căn cứ trên một cái thấy trực tiếp chứ không phải do mình

nghe hay do mình bị tuyên truyền. Trong kinh Kalama có câu chuyện của một thanh niên tới hỏi Đức Thế Tôn:

- Có nhiều vị đạo sư tới với chúng con. Người nào cũng nói là họ có chân lý và bảo mình phải nên đi theo họ. Chúng con không biết phải theo ai? Vậy Đức Thế Tôn dạy chúng con phải nên làm như thế nào?

Bụt dạy rất hay, Bụt nói:

- Đừng tin vào một điều gì dù điều đó do một đạo sư nổi tiếng nói ra. Đừng vội tin vào một điều gì dù điều đó đã được ghi chép trong kinh sách. Đừng vội tin vào một điều gì dù điều đó tất cả mọi người đều tin theo. Không phải tại mọi người đều tin thì mình cũng phải tin. Đừng vội tin vào một điều gì dù điều đó nằm trong

truyền thống. Nghe một điều gì, mình hãy quán sát, suy luận và đem ra áp dụng. Nếu áp dụng có kết quả thì lúc đó mình mới tin.

Đó là kinh Kalama, một kinh rất hay! Cái rễ đầu tiên giữ mình đứng vững là có một niềm tin, niềm tin do sự thực chứng, do sự nhận xét của chính mình chứ không phải do mình nghe tuyên truyền mà có.

Thứ hai là tin vào giáo pháp mà mình đang hành trì. Đó là những giáo pháp linh động đã được trao truyền lại qua bao nhiêu thế hệ. Ví dụ như mình đang hành trì Năm Giới, Mười Bốn Giới, mình đang thực tập thiền ngồi, thiền đi, thiền thở, thực tập ái ngữ và lắng nghe,... Đó chính là pháp mà mình đang thực tập, mình tin rằng những pháp đó đem lại sự chuyển hóa và an lạc, tại vì mình đã thấy hiệu quả

của sự thực tập ấy nơi bản thân và nơi đoàn thể mình.

Khi được trao truyền pháp môn thiền đi, mình dùng trí năng để tìm hiểu thiền đi có những lợi ích nào và có khả năng giúp mình đạt tới cái gì? Khi hiểu rồi mình mới đem ra áp dụng, nếu áp dụng chưa thành công thì mình có thể học hỏi thêm và áp dụng lại. Thực tập mà có kết quả thì niềm tin trong mình sẽ ngày càng lớn mạnh.

Mình đã được nghe dạy và hiểu rằng nếu thực tập thiền thờ thì mình sẽ làm lắng dịu được những tâm hành xáo động và buồn tủi mỗi khi chúng xuất hiện. Ban đầu mình thực tập chưa thành công nhưng nếu tiếp tục thực tập thì mình sẽ thấy có kết quả. Do thấy được hiệu năng của sự thực tập nên từ từ niềm tin nơi Pháp của mình cứ lớn dần lên. Đức tin của mình luôn

luôn được căn cứ trên thực nghiệm mà không căn cứ trên sự lặp đi lặp lại nhiều lần của người khác.

Khi đã tin vào Bụt và Pháp thì mình phải tin vào Tăng. Tăng nghĩa là tăng thân, là đoàn thể mà mình đang tu học, trong đó ai cũng tin vào Phật tính nơi mình và ai cũng đang đi trên con đường thực tập với mình. Nếu không có niềm tin nơi tăng thân thì mình sẽ không đi tới đâu cả. Tăng thân như một mảnh đất và mình phải có những chiếc rễ cắm sâu vào trong tăng thân. Cái rễ đó không cắm vào một người mà cắm vào tất cả tăng thân. Mình phải hoàn toàn nương tựa vào Tăng thân, phải bám lấy Tăng thân, bởi vì mắt Tăng thân là mắt Phật thân và mắt Pháp thân. Tăng thân (nếu là Tăng thân tốt) luôn luôn chuyên chở được Phật thân và Pháp thân. Khi đã

cắm rễ vào trong tạng thân, mình sẽ thấy mình không thể sống mà không có tạng thân. Những chiếc rễ của mình bắt đầu hút được những chất bổ dưỡng từ tạng thân để lớn mạnh và tạng thân giữ cho mình đứng vững. Công phu tu học của mình làm cho Tạng thân càng ngày càng có phẩm chất. Người tu phải có tạng thân và phải có niềm tin nơi tạng thân. Một Tạng thân có phẩm chất là một Tạng thân có tu, có học. Cách mình đi, cách mình thở, cách mình làm việc với nhau, cách mình nói năng chứng tỏ Tạng thân có phẩm chất tu học hay không, Tạng thân có chuyên chở Pháp thân hay không? Nếu Tạng thân chưa được như mình mong ước thì mình phải làm cho Tạng thân vững mạnh hơn. Làm cho Tạng thân vững mạnh không phải bằng cách đòi hỏi nơi người khác mà chính mình phải thực tập để giúp cho

Tăng thân càng ngày càng vững mạnh. Làm cho Tăng thân vững mạnh là một việc làm rất cụ thể, ví dụ như khi bước một bước chân đi là có hơi thở đi kèm theo. Làm được như vậy thì vừa tốt cho mình vừa tốt cho Tăng thân. Nếu mọi người trong Tăng thân ai cũng làm được như vậy thì phẩm chất thực tập của tăng thân sẽ rất cao và Pháp thân sẽ lớn lên trong Tăng thân, mà Pháp thân lớn lên thì Tăng thân mới thật sự là Tăng thân.

Chí nguyện

Chí nguyện là một ước mong, một lý tưởng. Nó là tư niệm thực, là nguồn thực phẩm thứ ba trong bốn nguồn thực phẩm (xin tham khảo Kinh Bốn Loại Thức Ăn). Khi mình có một ý chí, có một lý tưởng trong trái tim thì mình sẽ có một sức mạnh để đi tới, bằng không thì mình sẽ

chẳng có chút năng lượng nào. Lời nguyện đem lại cho mình rất nhiều năng lượng. Người tu là người có chí nguyện, có lý tưởng. Đó là tâm bồ đề tức tâm ban đầu của mình. Mình phải sống làm sao để cho chí nguyện của mình ngày thêm vững vàng, càng lớn tuổi thì nguyện càng bền chắc mà không bị sói mòn đi. Nếu chí nguyện mà bị sói mòn và bạc nhược thì mình sẽ không thành công trên con đường tu tập. Mình phải muốn và muốn rất nhiều. Mình phải đêm đêm ngày ngày, tâm tâm niệm niệm làm cho được việc đó. Mình phải có một ước mong để theo đuổi. Theo đuổi ước nguyện nhưng không bỏ đi giây phút hiện tại, mà sử dụng giây phút hiện tại để thực hiện ước nguyện. Ngoài xã hội có nhiều khổ đau mà trong lòng mình cũng có nhiều khổ đau. Mình có mong muốn giải tỏa khổ đau trong lòng

và giúp tháo gỡ những khổ đau ngoài xã hội. Vì vậy mà mình hết lòng tu học với tăng thân. Mình học hỏi Phật pháp để giúp đời và để xây dựng tăng thân. Nguyên là một nguồn năng lượng rất lớn. Không có nguyên thì mình sẽ bệ rạc và không có sức sống. Hãy nên tự hỏi mình rằng sức mạnh đó, nguồn năng lượng đó đã có đủ trong mình hay chưa? Nếu nó chưa đủ thì mình vẫn chưa vững chãi, chỉ cần một trận gió thổi tới có thể làm mình ngã đổ như thường.

Hành động

Hành là hành động (action). Niềm tin và một chí nguyện sẽ đưa tới hành động. Hành động này có nguồn gốc từ đức tin và chí nguyện. Có những người làm việc rất nhiều, họ bận rộn suốt ngày nhưng họ làm như vậy chỉ để phủ lấp những khó

khăn trong họ. Họ làm để quên đi những khổ đau, những vấn đề của chính mình và họ tin rằng làm càng nhiều thì càng tốt. Làm việc như vậy không phải là một cách hay, nó chỉ là một sự trốn tránh tại vì hành động đó không dựa trên chí nguyện và niềm tin.

Khi có chí nguyện và niềm tin lớn thì tự nhiên sẽ có hành động và hành động ở đây là sự thực tập. Mình nấu cơm cho đại chúng, mình quét nhà, mình làm thiện đường, đó là hành. Hành đem lại niềm vui tại vì nó biểu lộ niềm tin và chí nguyện của mình. Mình làm những việc ấy vì tình thương, vì chí nguyện chứ không phải vì bị bắt buộc phải làm. Ngồi làm việc trong văn phòng trước máy tính mình cũng có rất nhiều niềm vui tại vì mình làm việc không phải để khóa lớp thì giờ mà là để

biểu lộ niềm tin và chí nguyện của mình. Vì vậy việc làm hàng ngày của mình phải có gốc rễ ở niềm tin và chí nguyện. Hành động này đem lại rất nhiều niềm vui cho mình, cho đại chúng và cho con người.

Niềm tin, chí nguyện và hành động là ba chiếc rễ cần phải có để cắm sâu và mảnh đất tăng thân, khi rễ đã ăn sâu rồi thì mình sẽ vững chãi, không cơn bão tố nào có thể quật ngã được. Thường thì chúng ta chỉ cần làm sao để có thể sống sót mà đừng ngã lăn ra. Nhưng ở đây không phải là vấn đề sống sót, mà là vấn đề về sức sống. Muốn có sức sống thì ít nhất cái cây phải có ba chiếc rễ đó. Chúng ta phải xét lại mình, nếu mình không có năng lượng, mình còn nghi ngờ và không có niềm vui, đó là tại vì cái rễ của mình đang còn non yếu.

Bây giờ chúng ta sẽ học tiếp bài kệ thứ 4 của kinh:

Bài kệ 4

Phù sở dĩ ưu bi 夫所以憂悲

Thế gian khổ phi nhất 世間苦非一

Đãn vi duyên ái hữu 但為緣愛有

Ly ái tất vô ưu 離愛則無憂

Ở đời có nhiều thứ lo lắng và đau buồn, nhưng không có thứ lo buồn nào lớn hơn cái lo buồn do ái dục đem lại. Buông bỏ được ái dục mới hết lo buồn.

Phù sở dĩ ưu bi: Câu này nói tới cái lo lắng và cái ưu buồn khi vướng vào ân ái. Người nào đã đi “qua cầu” thì sẽ có kinh nghiệm ấy. Khi vướng vào một ai đó mình luôn lo sợ người kia bỏ mình, phản bội mình. Những tri giác sai lầm sẽ khiến

cho mình thường xuyên rơi vào sự ghen tuông, tuyệt vọng và khổ đau.

Thế gian khổ phi nhất: Thế gian khổ là những cái khổ trong cuộc đời. Phi nhất có nghĩa là không phải là một cái. Những đau khổ trong thế gian không phải chỉ một thứ.

Đã vi duyên ái hữu: Phần lớn những đau khổ trong cuộc đời là do ái dục sinh ra.

Duyên ái hữu là có gốc rễ từ ái dục.

Ly ái tất vô ưu: Xa lìa được ái dục thì không còn lo lắng nữa.

Bài kệ 5

Dĩ ý an khí ưu 己意安棄憂

Vô ái hà hữu thế 無愛何有世

Bất ưu bất nhiễm cầu 不憂不染求

Bất ái yên đắc an 不愛焉得安

Muốn tâm ý được an vui thì phải quyết tâm vứt bỏ ái ân. Không ân ái thì không đi vòng quanh trong cõi luân hồi, không còn phải mang nặng ưu tư, không còn thấp thỏm mong cầu những gì ô nhiễm, không còn ái nhiễm thì sẽ được thật sự an vui.

Dĩ ý an khí ưu: Muốn cho tâm ý được an vui thì phải bỏ đi những ưu tư lo lắng.

Vô ái hà hữu thế: Không có ái dục thì không còn quanh quẩn trong cõi luân hồi.

Thế là thời gian, là sự đi vòng quanh trong cõi luân hồi.

Bất ưu bất nhiễm cầu: Không lo lắng, không tìm cầu những chuyện ô nhiễm.

Bất ái yên đắc an: Không có ái dục thì sẽ đạt tới an lạc.

Trong bài kệ tương đương của văn hệ Pali có một hình ảnh mà trong bài kệ này

không có, đó là hình ảnh một lá sen. Không có ái dục thì sẽ có an vui. Những giọt nước rơi xuống lá sen không thấm được vào trong lá. Người tu tập giống như một lá sen, ái dục không thấm vào được mình nên mình giữ được sự an vui và sự tươi mát của mình.

Bài kệ 6

Hữu ưu dĩ tử thời 有憂以死時

Vi trí thân chúc đa 為致親屬多

Thiếp ưu chi trường đồ 涉憂之長塗

Ái khổ thường đọa nguy 愛苦常墮危

Ân ái thâm trọng thì đến giờ lâm chung bao quanh bởi những người thân thuộc sẽ thấy con đường của lo lắng và sầu khổ dài như thế nào. Cái khổ do ân ái gây nên thường đưa ta tới những hoàn cảnh không an toàn, đây tai ách.

Hữu ưu dĩ tử thời: Tử thời là giờ lâm chung. Ai ân thâm trọng thì đến giờ lâm chung,

Vi trí thân chúc đa: bao quanh bởi những người thân thuộc. *Đa* là nhiều.

Thiếp ưu chi trường đồ: sẽ thấy con đường của lo lắng và sâu khổ dài như thế nào. *Trường đồ* là con đường dài. *Ưu* là lo lắng.

Ái khổ thường đọa nguy: Cái khổ do ân ái gây nên sẽ đưa ta tới những hoàn cảnh không an toàn, đầy tai ách.

Tên của kinh dịch ra tiếng Anh là “The net of love sutra“. Chữ “love” trong kinh này mang ý nghĩa hơi tiêu cực. Vướng vào tình yêu như một con cá mắc phải lưới rất bức bách, mất tự do. Tuy nhiên, chữ “love” có thể có một nghĩa rất đẹp, đó là tình thương. Học Năm giới trong “Giới

bản tâm tu”, chúng ta thấy con đường hành trì năm giới đúng là con đường của thương yêu đích thực (true love). Giới thứ nhất là sự thực tập thương yêu, giới thứ hai cũng là sự thực tập thương yêu, giới thứ ba, giới thứ tư và giới thứ năm cũng vậy. Vì vậy chữ thương yêu này có ý nghĩa rất tích cực, giáo lý Phật dạy về thương yêu rất rõ ràng. Chúng ta không thể nói đạo Phật không phải là đạo thương yêu. Đạo Phật là đạo thương yêu nhưng thương theo nghĩa của Tứ vô lượng tâm, của đại từ, đại bi, đại hỷ, đại xả. Đó là sự thương yêu đích thực.

Chữ love (yêu) trong kinh này có nghĩa là sensual love tức là một thứ tình có dục ở trong mà không phải là sự thương yêu đích thực. Vì vậy trong “Giới bản tâm tu” có câu: Tình yêu và tình dục là hai cái

khác nhau. Ngoài “The net of love sutra” (kinh chiếc lưới ái ân) mình cũng có “The sutra on love” (kinh thương yêu) và chữ love ở đây có nghĩa là true love.

Bài kệ 7

Vi đạo hành giả 為道行者

Bất dữ dục hội 不與欲會

Tiên tru ái bản 先誅愛本

Vô sở thực căn 無所植根

Vật như ngải vi 勿如刈葦

Lệnh tâm phục sanh 令心復生

Là người tu đạo ta không nên đi về hướng ái dục, phải bắt đầu bằng cách tìm diệt tận gốc cái cây ái dục để cho những cái rễ của nó không còn có thể đâm chồi lên được. Đừng làm như cắt cỏ lau để sau khi được cắt rồi lau lại mọc lên như cũ.

Vi đạo hành giả: Một người đang đi trên

con đường đạo.

Bất dĩ dục hội: Không nên đi về hướng ái dục. *Hội* là cộng trú, là ở chung, là associated with.

Tiên tru ái bốn: Bắt đầu bằng cách tìm diệt tận gốc cái cây ái dục.

Tiên là trước hết. *Tru* là diệt đi. *Ái bốn* là gốc rễ của ái dục. Ái dục không chỉ ở cành lá, ái dục chính là gốc rễ. Nó là tập khí, là mặc cảm của mình.

Vô sở thực căn: để cho những cái rễ của nó không còn đâm chồi lên được.

Vật như ngải vi: đừng làm giống như cắt cỏ lau.

Lệnh tâm phục sanh: sau khi cắt rồi tâm ái dục mới sinh ra trở lại.

Có một vị thiền sinh nhạc sĩ, đã từng làm trong một hộp đêm nhiều năm có nhận xét rằng: Trong hộp đêm người ta nghe nhạc,

uống rượu và khiêu vũ. Lúc ban đầu người ta vui vẻ, cởi mở, cười nói với nhau. Nhưng càng về khuya người ta càng khép kín. Người ta không để ý tới nhau nữa mà chỉ để ý tìm một người để chung chạ trong đêm đó. Âm nhạc, rượu và thức ăn đã tưới tâm hạt giống ái dục trong họ. Ban đầu thì mọi người đều cởi mở, vui tươi chơi với nhau, nhưng càng về khuya người ta càng khép kín và chỉ nghĩ tới chuyện ái dục. Sáng mai thức dậy, họ nhìn người mà đêm qua mình đã gần gũi như nhìn một người xa lạ. Họ chào nhau rồi chia tay, không nhớ đêm qua mình đã chia sẻ hết những gì sâu kín nhất của thân thể và tâm hồn của mình cho người ấy. Vị thiên sinh kia thấy rõ trong hành động đó chỉ có sự thèm khát tình dục mà không phải là tình yêu. Tuần sau tới hộp đêm, họ có thể lặp lại chuyện đó với một người

khác. Cứ như vậy từ người này tới người khác, từ đam mê này tới đam mê khác, từ sự thèm khát này tới sự thèm khát khác, nó làm tiêu hoại thân tâm của mình cho đến khi thức tỉnh mới thấy rằng mình cần đi tìm một sự thương yêu đích thực. Đó là ý kiến đóng góp trong buổi pháp đàm vừa qua; nó cho chúng ta thấy, tình dục tiêu hoại thân tâm và không đem lại sự thỏa mãn, an lạc, hạnh phúc.

Một vị thiền sinh khác nói cô có rất nhiều khó khăn trong khi chung sống với người chồng và hai đứa con. Bây giờ cô đã ly dị, mỗi người có một đời sống riêng. Cô thấy tâm hồn mình nhẹ nhàng, thanh thản hơn, cũng là lúc cô cảm thấy thương chồng con nhiều hơn. Bây giờ mới thật sự là thương yêu tại vì những hệ lụy kia không còn nữa. Cái gọi là love không còn thì bắt đầu

thật sự có true love. Bây giờ cô bắt đầu thương, hiểu và chăm sóc chồng con nhiều hơn.

(Đây là bài Pháp thoại ngày 06.05.2010 (tại thiền đường Nước Tĩnh, chùa Pháp Vân, xóm Thượng)

Giảng giải kinh Chiếc Lưới Ái Ân _ phần 3 (Ái Dục Phẩm, Pháp Cú Kinh) - Thầy Làng Mai

Kính thưa đại chúng hôm nay là ngày mùng 9 tháng 5 năm 2010, chúng ta đang ở tại thiền đường Hội Ngàn Sao xóm Hạ trong khóa tu mùa Xuân. Đây là giây phút hạnh phúc. This is a moment of happiness.

Chúng ta học tiếp Kinh Chiếu Lưới Ái Ân. Hôm nay chúng ta có một bản dịch mới của sư cô Chân Đức vừa gửi từ Viện Phật Học qua, thay vì “The net of love” sư cô dịch là “The net of attachment”.

Bài kệ 8

Như thọ căn thâm cố 如樹根深固

Tuy tài do phục sinh 雖 **裁** 猶復生

Ái ý bất tận trừ 愛意不盡除

Triếp đương hoàn thọ khổ 輒當還受苦

Gốc cây ái dục sâu và vững, tuy cây đã bị đốn nhưng các cành lá vẫn có thể sinh ra trở lại. Tâm ái dục chưa dứt trừ thì theo lẽ thường cái khổ do ái dục đem tới vẫn còn trở lại như thường.

Như thọ căn thâm cố: Thọ căn là gốc rễ của cây. Thâm là sâu, cố là vững chãi. Gốc của cây ái dục rất sâu và vững.

Tuy tài do phục sinh: *Tài* là cắt. *Phục sinh* là sinh ra trở lại. Tuy bị cắt đứt rồi nhưng cây có thể sinh ra trở lại.

Ái ý bất tận trừ: *Tận* là hết. *Ái ý* là tâm ý vướng vào ái dục. Nếu ái dục trong tâm ý chưa dứt trừ hoàn toàn thì

Triếp đương hoàn thọ khổ: theo lẽ thường mình phải trở lại để chịu đựng khổ đau. *Triếp* có nghĩa là thường thường, luôn luôn như vậy.

Bài kệ này nhấn mạnh về tầm quan trọng của sự đoạn trừ ái dục trong tâm ý. Năng lượng tình dục có thể còn bởi vì nó là bản năng tự nhiên của con người. Nhưng khi tâm ý được nhiếp phục thì ta không những không bị lôi kéo bởi năng lượng tình dục mà ngược lại ta còn có thể sử dụng nó như một nguồn năng lượng tốt cho những

mục tiêu hướng thượng. Đào gốc ái dục không có nghĩa là phải làm cho hết năng lượng tình dục trong con người, vấn đề là phải chuyển hóa cái tâm chứ không phải đày đọa và làm tiêu ma cái thân. Một khi trong tâm mình có đủ tuệ giác và từ bi thì tuệ giác và từ bi ấy sẽ tự khắc điều phục và xử lý được năng lượng kia.

Bài kệ 9

Viên hầu đắc ly thọ 猿猴得離樹

Đắc thoát phục thú thọ 得脫復趣樹

Chúng nhân diệc như thị 眾人亦如是

Xuất ngục phục nhập ngục 出獄復入獄

Như con vượn nhảy ra khỏi cây này thì lại nhảy vào cây khác, người đời cũng thế, ra khỏi được ngục tù ái dục này rồi lại lao vào ngục tù ái dục khác.

Viên hầu đắc ly thọ: *Viên hầu* là con khỉ, con vượn. *Đắc* là được. *Ly thọ* là rời khỏi cái cây. Con vượn có cơ hội rời khỏi cái cây.

Đắc thoát phục thú thọ: Vừa mới thoát ra khỏi cái cây này thì lại nhảy vào một cây khác, nghĩa là lại có một đối tác mới.

Chúng nhân diệc như thị: Người đời cũng như vậy.

Xuất ngục phục nhập ngục: Ra khỏi một ngục tù thì lại vào rơi trở vào một ngục tù khác.

Trong con người chúng ta có một tập khí và nếu tập khí đó chưa được chuyển đổi thì ra khỏi ngục tù này mình sẽ lại tự giam mình vào một ngục tù khác. Theo thói thường của người ngoài đời, khi gặp khó khăn và khổ đau với một người, họ luôn

tin rằng chỉ cần ly dị và thoát khỏi người đó thì họ sẽ có tự do bởi vì họ nghĩ người kia là nguyên nhân của những khó khăn và khổ đau mình. Nhưng sự thật là sau khi ly hôn, ly thân với người ấy rồi thì tuy mình có khỏe hơn thật nhưng mình sẽ lại đi tìm một đối tác khác để vướng vào. Dính vào người thứ hai, tuy người này là người mới nhưng mình cũng lại hành xử y hệt như với người trước. Họ hành xử như vậy bởi vì họ là nạn nhân của tập khí của chính họ. Đây là một ví dụ cụ thể cho những gì đã được nêu trong bài kệ thứ 9. Cách mình suy tư, nói năng và tiếp xử không hề thay đổi, những gì mình đã làm để gây đau khổ cho người trước bây giờ mình cũng lại làm y như vậy để gây đau khổ cho người mới và vì vậy mình tạo ra một địa ngục thứ hai. Mình không biết rằng khổ đau không phải tới từ người này

hay tới từ người kia mà tới từ chính mình. Nếu mình không chuyển hóa được tập khí của mình và lễ thói ứng xử của mình thì với ai mình cũng có thể làm cho họ đau khổ và làm cho mình đau khổ. Đây không phải là vấn đề với đối tác mà là vấn đề với tập khí của chính mình.

Bài kệ 10

Tham ý vi thường lưu 貪意為常流

Tập dữ kiêu mạn tinh 習與憍慢并

Tư tưởng ý dâm dục 思想猗婬欲

Tự phú vô sở kiến 自覆無所見

Tâm ái dục là một dòng chảy thường xuôi theo dòng tập khí và dòng kiêu mạn. Những trông cầu và nhận thức của ta đều có thể được tô điểm theo màu sắc ái dục và do đó chính mình tự che lấp sự thật và không thấy được sự thật.

Tham ý vi thường lưu: *Tham ý* là ý niệm hay tâm ý của tham dục. *Thường lưu* là chảy hoài. Tâm ý của tham dục như một dòng chảy cứ chảy hoài.

Tập dữ kiêu mạn tinh: *Tập* là thói quen, là tập khí. *Tinh* là cùng đi với. Kiêu mạn cùng đi đôi với tập khí.

Tư tưởng ý dâm dục: Những mong cầu và nhận thức của ta đều có thể được tô điểm theo màu sắc ái dục.

Tự phú vô sở kiến: *Phú* là che. *Vô sở kiến* là không thấy được. Tự mình che mình và không thấy được sự thật.

Trong Duy Biểu Học, chúng ta được biết tới năm tâm hành thường xuất hiện cùng nhau, gọi là *Năm tâm sở biến hành*. Chúng là: xúc (*sparśa*), tác ý (*manaskara*),

thọ (vedanā), tưởng (samjña) và tư (cetana).

Giác quan của chúng ta tiếp xúc với một cái gì đó, mình đề ý tới nó và tự nhiên mình có một cảm thọ có thể là dễ chịu hoặc khó chịu. Cảm thọ đó cho mình một tri giác, tri giác này có thể đúng hay sai. Thấy cái đó không khả ái mình không muốn chấp nhận, mình muốn xua đuổi, còn khi nhận ra cái đó là khả ái thì mình muốn nắm giữ. Cái ý muốn xua đuổi hay nắm giữ ấy chính là *tư* (volition).

Trong câu kệ thứ ba có chữ *tư* và chữ *tưởng*. *Tư tưởng*, trong văn mới có nghĩa là tư duy (thinking). Nhưng chúng ta phải hiểu kinh theo nghĩa của chữ cổ. *Tưởng* là tri giác hay nhận thức (perception). Trong chữ *tưởng* 想, ở trên có chữ *tướng* 相 và ở dưới có chữ *tâm* 心, có nghĩa là tâm nắm

bắt tướng và làm phát sinh ra một tri giác, một nhận thức.

Chữ *tư* ở đây không nên dịch là tư duy, dịch là tư duy thì có nghĩa, nhưng e rằng không chắc lắm. Chữ *tư* (*cetana*) là sự ước mong, sự trông cầu, động lực để nắm bắt hay xua đuổi những đối tượng của nhận thức như nghĩa của tâm hành *tư* trong năm tâm sở biến hành. Chúng ta nên dịch là “những trông cầu và nhận thức của ta” thay vì “những tư duy và nhận thức của ta”. *Tư* cũng là tư niệm thực, nguồn thực phẩm thứ ba được giảng bày trong kinh Bốn Loại Thức Ăn. Trong tình yêu chúng ta có chữ *tương tư* và nó được xem như một chứng bệnh gọi là “bệnh tương tư”, mình cứ nhớ tới một bóng hình nào đó hoài, không quên được.

*Quân tại Tương giang đầu
Thiếp tại Tương giang vĩ
Tương tư bất tương kiến
Đồng ẩm Tương giang thủy*

Đó là những câu thơ rất nổi tiếng trong Khúc Trường Tương Tư của nàng Ý Nương đời Hậu Chu, một người đang mắc bệnh tương tư trầm trọng. Tạm dịch là:

*Chàng ở đầu sông Tương,
Thiếp ở cuối sông Tương, Nhớ nhau mà
không gặp
Cùng uống nước sông Tương.*

Chữ *tư* đó có nghĩa là nhớ, tưởng, mong ước một cái gì đó, một người nào đó. Khi bị vướng vào lưới ái dục rồi thì sự nhớ mong và nhận thức của mình đều bị nhuộm màu sắc của ái dục. Đi cũng nghĩ tới chuyện đó, ngồi cũng nghĩ tới chuyện

đó. Thấy mặt trăng cũng nhớ tới chuyện đó, thấy đám mây cũng nhớ tới chuyện đó.

Đọc kỹ mình thấy bài kệ này rất sâu sắc. Tâm ái dục là một dòng chảy, nó không phải là một cục, một khối. Trong chuyện Trương Chi, khối tình của Trương Chi là một khối không tiêu, đến khi chết rồi cái khối đó vẫn còn nguyên nhưng trong kinh nói ái dục không phải là một khối mà là một dòng chảy. Vì là một dòng chảy nên nó cuốn theo tất cả, những tư duy, những nhận thức, những hành động hàng ngày đều bị dòng chảy đó kéo theo.

Hay nhất là câu “xuôi theo dòng tập khí và dòng kiêu mạn“, tại sao trong tình dục lại có tập khí và kiêu mạn?

Tập khí là một cái gì lâu đời mà mình mang theo trong con người của mình. Dù mình không muốn nó nhưng nó đã có sẵn đó, nó là hạt giống do tổ tiên, ông bà, cha mẹ trao truyền lại. Trước tiên chúng ta nên biết rằng trong con người mình luôn có thiên chức làm cha, làm mẹ, làm chồng, làm vợ. Tình dục có liên hệ tới gốc rễ đó và là một năng lượng rất tự nhiên. Thứ hai là do những hạt giống lâu đời của ông bà tổ tiên để lại vẫn còn trong mình, đến khi chúng phát hiện ra thì chúng làm cho mình lao đao, khốn khổ và cho dù không muốn mình cũng là nạn nhân của nó. Đó gọi là tập khí. Tập khí không phải là cái được un đúc ngay trong đời của mình mà nó có thể có từ trước, từ đời ông bà tổ tiên.

Một sư cô có viết thư cho thầy và nói rất rõ: “Con có khuynh hướng muốn người khác vướng vào con. Con rất ghét chuyện đó nhưng con cũng lại thấy thích thú khi người khác vướng vào con. Tại sao con lại có cái tật muốn người khác phải bị vướng vào mình? “.

Khi người ta vướng vào mình thì người đó khổ mà tại sao mình lại cảm thấy thích thú khi người ta vướng vào mình? Điều này cũng xảy ra ở bên phía người con trai, người con trai cũng có ý muốn người con gái vướng vào mình.

Ngày xưa có một sư cô, khi còn dưới 20 tuổi thì sống rất hạnh phúc, rất trong sáng và một lòng tu tập. Không có vấn đề gì về tình cảm. Nhưng khi sư cô quá tuổi 20 thì hạt giống nào đó trong sư cô bắt đầu phát triển, có thể đó là hạt giống do tổ tiên để

lại. Tự nhiên sư cô đó thấy có sự thích thú khi thấy người này hay người kia vướng vào mình và sư cô đó đã gây đau khổ cho những người con trai khác. Rốt cuộc, sư cô đã được gửi về nhà không cho tu nữa. Khi thầy quán sát và nhận thấy như vậy thì thầy rất thương. Đôi khi đương sự không muốn như vậy nhưng vì tập khí quá mạnh nên người đó không cưỡng lại được. Điều này cũng đúng cho phía con trai. Đó là vấn đề tập khí, vấn đề hạt giống. Khi gặp một người như vậy mình phải phát khởi lòng từ bi, mình buộc lòng phải gửi người đó về nhà, không cho tu nữa nhưng mình không giận tị vì mình hiểu dòng ái dục luôn đi chung với dòng tập khí. Tu được hay không tu được là vấn đề phước đức của tổ tiên để lại, phước đức ở chỗ mình có được trao truyền những hạt giống tốt hay không.

Trong truyền thống Làng Mai, ngày Tết chúng ta làm lễ địa xúc để bày tỏ chí nguyện thực tập giới luật và uy nghi để tự bảo vệ cho mình và bảo vệ cho người kia (người xuất gia khác phái) và mong muốn người đó cũng thực tập uy nghi và giới luật hết lòng để tự bảo vệ cho người đó và bảo vệ cho mình. Chúng ta phải nhớ như vậy. Đừng nên có bất cứ cử chỉ hay lời nói nào làm cho người khác vướng vào mình mà tội nghiệp cho mình và tội nghiệp cho người đó. Mỗi khi tập khí muốn người khác vướng vào mình nổi dậy thì mình phải trở về với hơi thở và thấy rằng điều này là không đúng. Lời Bụt dạy rất đúng đó là dòng ái dục chảy cùng với dòng tập khí, mình phải thấy được như vậy.

Kiêu mạn cũng là một dòng chảy mà trong đó chứa đựng ý niệm về “cái ngã”. Khi một người vương vào mình thì mình có cảm tưởng tự ái được thỏa mãn. Mình phải có giá trị nào đó, có sắc đẹp nào đó, có sự tốt đẹp nào đó cho nên người kia mới vương vào mình. Vì vậy cho nên kiêu mạn liên đới với tình dục. Đôi khi chúng ta có mặc cảm là mình không có đủ tài năng, không đủ xinh đẹp và mình đau khổ. Nhiều người con gái có cảm tưởng đó mà nhiều người con trai cũng nghĩ như vậy. Nghĩ mình không đủ đẹp, mình không có đủ tài năng. Vì vậy, trong ý hướng chinh phục một người nữ hay chinh phục một người nam có yếu tố của mặc cảm chi phối. Khi chinh phục được người khác, mình có cảm tưởng mình có một giá trị nào đó, mình không phải là

một con số không. Trong ái dục có mạn (mặc cảm):

- Mình có mặc cảm mình có tài năng, mình có sắc đẹp.

- Mình có mặc cảm mình không có tài năng, mình không có sắc đẹp và mình muốn chinh phục để không còn mặc cảm đó nữa.

- Nếu không có mặc cảm hơn người hay thua người thì mình có mặc cảm bằng người, mặc cảm là mình không thua ai.

Ba thứ mặc cảm đó có dính líu rất mật thiết tới chuyện tình dục. Đây là cái nhìn của Đức Thế Tôn. Ngài thấy rất rõ, rất sâu: Ái dục không phải chỉ là vấn đề thèm khát, ái dục là vấn đề tập khí, là vấn đề mặc cảm sâu sắc. Kinh dạy rất “cạn tàu ráo máng” và đi rất sâu. Phải quán chiếu

thật kỹ để thấy rằng sự thèm khát, tập khí và mặc cảm tô màu cho những tư duy, những mong muốn và những nhận thức của mình.

Trong đại chúng của mình có rất nhiều sư cô, sư chú xinh đẹp. Một hôm, một sư cô tới kể với thầy rằng có một sư anh tới tâm sự với sư cô là bây giờ sư anh đã trên 30 tuổi rồi, sư anh phải nghĩ tới tương lai của mình. Mình phải làm gì cho xứng đáng với lý tưởng của một người xuất gia có định hướng trong cuộc đời và sư anh muốn hỏi ý kiến của sư em. Sư em có ý kiến gì về tương lai của sư anh hay không? (Có thể sư anh đã hỏi ý kiến của thầy và của các sư anh khác rồi, nhưng vì thấy sư em xinh đẹp dễ thương nên tới hỏi sư em). Sư cô chưa trả lời ngay mà nói mình cần phải suy nghĩ rồi sẽ trả lời sư

anh sau. Sư cô đó đã kể lại với thầy: “Bây giờ con đã có câu trả lời cho sư anh rồi. Con có thể tới nói trực tiếp hoặc gửi e-mail cho sư anh. Câu trả lời của con như thế này: cái quan trọng nhất mà sư anh cần phải làm là đào cho tận gốc ái dục trong bản thân.”

Thầy rất hạnh phúc vì trong chúng của mình có những sư em như vậy, có khả năng giúp được cho sư anh mình. Dù sư em chưa học kinh này nhưng đã trả lời đúng vào một bài kệ trong kinh. Việc đầu tiên phải làm trên con đường thực hiện lý tưởng là đào được tận gốc ái dục trong con người của mình. Khi có được một sư em hay một sư anh có tuệ giác như vậy mình phải tự hào là trong chúng của mình có những vị bồ tát thực tâm tu học.

Chỉ với bài kệ thứ 10, chúng ta biết cái thấy của Bụt rất sâu sắc, mình phải quán chiếu và pháp đàm về bài kệ này. Tâm ái dục không phải là một cái khối bất động như khối tình Trương Chi mà là một dòng chảy xuôi theo dòng tập khí và kiêu mạn. Chúng ta không thể coi thường. Nếu có chánh niệm, mình thấy những gì sẽ xảy ra. Như trong câu chuyện trên, sư em thấy sư anh muốn khoe với mình và muốn gây ấn tượng tốt đẹp nơi mình bằng một câu hỏi, tưởng chừng là hay ho, và sư em đã hành xử như Đức Bồ Tát Quan Thế Âm, giúp cho sư anh thấy rõ được con đường của sư anh.

Bài kệ cho thấy rõ cái ngã chấp của mình là nguồn gốc của tất cả mọi mặc cảm. Vì thấy mình là một cái ta riêng biệt nên mình mới so sánh mình với người để thấy

hoặc mình hơn, hoặc mình thua, hoặc mình bằng người khác. Rất ít người biết phân tích tình yêu và sự luyến ái dưới góc độ của vô ngã. Đức Thế Tôn là người đầu tiên đưa ra vấn đề này. Phân tích tình yêu dưới góc độ của vô ngã, ta sẽ khám phá ra được những điều rất mâu thuẫn. Chứng được vô ngã, ta thấy mình có trong người kia và thấy người kia cũng có trong ta. Lúc đó mình thấy rất khỏe nhẹ và hạnh phúc. Sư anh của mình cũng là mình, sư em của mình cũng là mình, sư chị của mình cũng là mình. Chê hay khen người đó cũng là chê khen mình nên mình không còn là nạn nhân của sự khen chê nữa. Vô ngã là một tuệ giác, khi có tuệ giác này rồi thì tất cả các vấn đề đều được giải quyết trong đó có vấn đề ái dục, vấn đề tình yêu. Phương thuốc mà Đức Thế Tôn đưa ra là phương thuốc trị tận gốc,

không phải là chối bỏ thương yêu mà là thương yêu trong ánh sáng của tuệ giác Vô Ngã. Thương, theo đúng ý nghĩa chân thực của nó là không còn sự phân biệt, là phải có yếu tố xả (equanimity), một trong bốn yếu tố mà Bụt gọi là thương yêu không bờ bến (Tứ Vô Lượng Tâm). Xả là sự vắng mặt của ba loại mặc cảm, không còn phân biệt, kỳ thị, ôm lấy tất cả và không có khổ đau. Khi trong tình thương mà vắng mặt sự phân biệt, kỳ thị thì tình thương ấy cũng vắng mặt luôn cả khổ đau. Mình phải thương theo hướng đó.

Chúng ta nên dành thời gian để pháp đàm sâu sắc về hai gốc rễ của ái dục là tập khí và mặc cảm.

Bài kệ 11

Nhất thiết ý lưu diễn 一切意流衍

Ái kết như cát đằng 愛結如葛藤

Duy tuệ phân biệt kiến 唯慧分別見
 Năng đoạn ý căn nguyên 能斷意根原

Dòng tâm ý tham dục ấy cứ mặc tình trôi chảy khiến cho những nút thắt ái dục đan kết lại với nhau chằng chịt. Chỉ có tuệ giác chân thật mới có thể có khả năng phân biệt và thấy rõ điều này, giúp ta đoạn trừ được căn nguyên của nó nơi tâm ý.

Nhất thiết ý lưu diễn: *Nhất thiết là tất cả. Ý là tâm ý. Tất cả dòng tâm ý chảy tràn (lưu diễn).*

Ái kết như cát đàng: *Kết là những nút thắt, được dịch từ chữ samyojana, tiếng Anh là fetters. Trong bản tiếng Pali có chữ sanyojana, sanyojana và có cùng nghĩa như samyojana, tức là những sợi dây ràng buộc. Ngoài ra còn có chữ sanga,*

sanga có nghĩa là trước 著 tức sự vương mắc. Vô trước (asanga) là không vương mắc. Asanga là tên một thầy lớn, anh ruột của thầy Vasubandhu (Thế Thân). Trong bản Pali có hai chữ dùng để chỉ sự ràng buộc, vương mắc: chữ sanyojana (kết) dịch ra tiếng Anh là fetters và chữ sanga (trước) dịch tiếng ra Anh là bonds. *Cát đàng* là những dây leo, tiếng Anh là creeper, tiếng Pháp là plante grimpante, tiếng Phạn là lata. Chữ lata đồng thời cũng có nghĩa là tham dục. Lata là một épithète của chữ tanha, tanha là dục.

Cả dòng tâm ý chảy mạnh làm cho những nút thắt và những vương mắc của ái dục kết thành những dây leo chằng chịt.

Duy tuệ phân biệt kiến: Chỉ có tuệ giác mới có thể thấy, có thể phân biệt được

Năng đoạn ý căn nguyên: và đoạn trừ được nguồn gốc của tâm ý tham dục. Ý là ái ý, dục ý. *Đoạn* là cắt đứt.

Vấn đề giải thoát không phải là ép xác cho khô để hết năng lượng tình dục. Giải thoát là vấn đề có tuệ giác, có tuệ giác và tình thương rồi thì tuy năng lượng tình dục còn có đó nhưng mình có thể xử lý nó dễ dàng. Đó gọi là đào tận gốc. Có đủ trí tuệ và tình thương nên mình thấy rõ rằng mình không được làm chuyện đó vì làm chuyện đó sẽ đưa tới khổ đau cho chính mình và cho người khác. Ví dụ có một người có khuynh hướng muốn lạm dụng tình dục một em bé. Có thể người đó đã được sinh ra với tập khí này từ tổ tiên để lại. Dù cho có đi xuất gia làm một ông thầy hay một ông cha thì tập khí đó vẫn còn. Dù người này không muốn lạm dụng

tình dục của trẻ em nhưng tiềm tàng trong con người họ vẫn có hạt giống đó. Khi bắt đầu thấy được điều đó thì sự giận dữ, sự thù hận của mình đối với những người lạm dụng tình dục trẻ em sẽ bớt đi nhiều lắm. Và mình sẽ thấy xót thương cho cả hai bên tại vì kẻ phạm tội cũng là một nạn nhân của tập khí. Con đường giải thoát cho người đó không phải là hủy hoại thân thể. Có nhiều người rất tức giận vì trong họ cái tập khí đó hơi mạnh, họ không muốn như vậy nên họ tự hủy hoại thân thể của mình. Trong truyền thống Tây phương cũng như Đông phương có người đã lấy dao tự cắt bộ phận sinh dục của mình, gọi là đoạn âm, bởi vì họ không chấp nhận năng lượng đó của họ. Họ không muốn như vậy! Thi sĩ Huy Cận hỏi tại sao Thượng đế sinh ra cơ thể con người kỳ cục như vậy?

*Thân quá nặng nên hồn sa xuống thấp
Chớ giận chi những kẻ mất thiên đường.*

Thi sĩ trách tại sao Thượng đế lại sinh ra cơ thể con người quá nặng nề như vậy. Mình không muốn nhưng cơ thể mình muốn như vậy. Ngày xưa trong giáo đoàn của Bụt có người đã tự đoạn âm và bị Bụt la rầy, Bụt nói: "Đoạn âm không bằng đoạn tâm" (đoạn âm bất như đoạn tâm), cắt đứt cái tâm chứ không nên cắt đứt cái thân.

Ta phải tìm phương pháp để đối xử với năng lượng đó chứ tự hủy hoại thân thể thì không giải quyết được vấn đề. Phương pháp Bụt đưa ra là phải có tuệ giác, có tuệ giác là có từ bi. Nhìn một em bé, mình có thể có khuynh hướng muốn lạm dụng nó, nhưng nếu có đủ trí tuệ, mình sẽ thấy nếu mình làm chuyện đó là mình làm hỏng cả

cuộc đời của nó và làm hỏng luôn cả cuộc đời mình. Đứa bé ấy nó mới có sáu, bảy tuổi, nếu bị lạm dụng tình dục thì vết thương sẽ đi theo nó khiến nó đau khổ suốt đời. Thấy được như vậy tự nhiên mình có từ bi. Chính trí tuệ và từ bi cứu mình và cứu em bé. Muốn làm được chuyện đó thì phải phải có Bụt, có Pháp, có Tăng hộ niệm và yểm trợ. Làm một mình thì rất khó, nhất là khi mình sống một mình, không có sự hướng dẫn của thầy, của bạn, của giáo pháp. Có những trường hợp tập khí quá nặng, người đó phải được đặt trong một hoàn cảnh có sự giữ gìn của một đoàn thể những người hiểu biết phương pháp. Nếu thả lỏng người đó vào trong hoàn cảnh tự do thì người đó sẽ gây tàn hại cho những em bé khác và cho chính họ. Đó mới gọi là thương.

Theo tuệ giác của Bụt thì có bốn cái thấy sai lạc gọi là *Tứ điên đảo* (viparyasa). Điên đảo có nghĩa là đảo lộn trật tự (upside down). Có bốn cái thấy trái ngược với sự thật, mình phải làm sao cho bốn cái thấy đó đúng trở lại:

1. *Thường (nitya)*: Sự vật là vô thường (anitya) mà mình thấy là thường (nitya). Đó là đệ nhất điên đảo, một trong bốn cái thấy đảo lộn.

2. *Lạc (sukha)*: Đó là khổ mà mình tưởng là lạc. Ví dụ như mình đi tìm hạnh phúc trong ma túy, trong tửu sắc. Những thứ đó không phải là lạc (sukha), nó là khổ (dukha).

3. *Ngã (atma)*: Bông hoa không có chủ thể riêng biệt, con người không có chủ thể riêng biệt, cha không có chủ thể riêng biệt

mà con cũng không có chủ thể riêng biệt. Cha có trong con và con có trong cha, đám mây có trong bông hoa và bông hoa có trong đám mây. Thấy được điều đó là thấy vô ngã, thấy được vô ngã thì không có mặc cảm. Chưa thấy được vô ngã thì cái thấy của mình còn đảo ngược. Mình phải tu tập như thế nào để có chánh kiến, có cái thấy chân thật (right view).

4. *Tịnh (suddhi)*: Tịnh là tinh khiết. Nó không tinh khiết mà mình cho là tinh khiết. Nó là ái nhiễm (unhealthy, unsane) mà mình cho là tinh khiết. Đó gọi là điên đảo.

Thường - lạc - ngã - tịnh, đó là bốn cái thấy đảo ngược gọi là Tứ điên đảo. Khi quán chiếu thấy được nó là tà kiến (wrong view) thì mình đạt tới tuệ giác. Nhìn vào đối tượng của ái dục thấy được bản chất

của nó không phải thường, không phải lạ, không phải ngã, không phải tịnh, nó gây khổ đau cho mình và cho người kia trong tương lai thì mình tự khắc có tuệ giác. Có tuệ giác thì có từ bi, mình có khả năng thấy được và phân biệt được. Chỉ khi có tuệ giác rồi thì mới đoạn trừ được cái nguồn và cái gốc của dục ý mà thôi.

Chúng ta phải đưa ra với nhau những câu hỏi rất thực tế để cùng quán chiếu và đi tới tuệ giác, đó là: Trong cuộc phiêu lưu ân ái vương mắc này mình sẽ đi về đâu và người kia sẽ đi về đâu? Nếu tiếp tục đi sâu vào sự liên hệ đó thì ngày mai mình sẽ đi về đâu trong cuộc đời người tu của mình và người kia sẽ đi về đâu? Nếu tiếp tục đi vào chuyện vương mắc thì mình và người kia sẽ trở thành ra cái gì? Trong giây phút

hiện tại mình đã có thể thấy được tương lai.

Câu hỏi thứ hai là: Chí nguyện của mình là gì? Mình có thật sự muốn thể hiện chí nguyện đó hay không? Nếu mình thật sự muốn hoàn thành chí nguyện lớn lao đó thì tại sao mình lại còn muốn đi vào con đường này? Con đường ngược lại với chí nguyện ban đầu của mình, nó làm cho mình không còn năng lượng để có thể tu học và độ đời.

Câu hỏi thứ ba là: Nếu ta để cho sự kiện vướng mắc đó đưa ta và người kia đi xa, ta không muốn nghe lời khuyên nhủ và giáo giới của tăng thân thì ta sẽ đi tới đâu? Ta nói mình có đủ tuệ giác để tự lo cho mình thì mọi người trong tăng thân sẽ đối xử với ta như thế nào? Chúng ta có thể có câu trả lời là mình sẽ trở thành đối tượng

"khó gần" của tầng thân tại vì tầng thân thấy không thể tới chuyện trò được với mình, không thể tới chơi được với mình. Lúc ấy mình sẽ thấy mình như một kẻ lưu lạc và mọi người đang nhìn mình bằng con mắt khác. Khi đó mình là một giọt dầu trong bát nước của tầng thân. Nếu mình vẫn cứ tiếp tục đi về hướng đó thì chắc chắn một ngày nào đó mình sẽ từ bỏ con đường hiện giờ mình đang đi và mình sẽ đánh mất tầng thân. Có những người ngoan cố đi con đường mà tầng thân không ngăn cản được nên đã đánh mất tầng thân và không trở về được với tầng thân nữa.

Tất cả dòng suối tâm ý tuôn chảy tạo ra những nút thắt, những ràng buộc khiến cho cây ái dục đan vào nhau chằng chịt. Trong trường hợp đó chỉ có tuệ giác mới

giúp cho ta thấy và phân biệt được rõ ràng cái gì đang xảy ra, giúp ta chấm dứt được dục ý, chấm dứt được cái nguồn và cái gốc của ái dục.

(Đây là bài Pháp thoại ngày 09.05.2010 tại thiền đường Hội Ngàn Sao, xóm Hạ)

**Giảng giải kinh Chiếc Lưới Ái
Ân_phần 4 (Ái Dục Phẩm, Pháp Cú
Kinh) - Thầy Làng Mai**

Chúng ta cùng đọc lại những bài kệ đã học:

1. Tâm ý đi về hướng ái dục thì cây ái dục sẽ đâm chồi, trở nhánh rất mau. Tâm ý phân tán vì đối tượng ái dục sẽ làm cho

lửa ái dục bùng cháy trong ta. Kẻ đi tìm ái dục cũng giống như một con vượn chuyền cành tìm trái, chuyền từ cành này sang cành khác.

2. Ái dục buộc mình phải gánh chịu khổ đau, ái dục làm cho mình bị vướng mắc vào cuộc sống trần tục. Những lo lắng và hoạn nạn do ái dục đem tới cứ tăng trưởng đêm ngày, mọc kín như cỏ tranh.

3. Bị ái ân mê hoặc người ta sớm muộn gì cũng bị vướng vào dục tình. Cái lo lắng kia càng ngày càng lớn giống như dòng nước rỉ, rỉ mãi cũng đầy hồ.

4. Ở đời có nhiều thứ lo lắng và đau buồn, nhưng không có thứ lo buồn nào lớn hơn cái lo buồn do ái dục đem lại. Buông bỏ được ái dục mới hết lo buồn.

5. Muốn tâm ý được an vui thì phải quyết tâm vứt bỏ ái ân. Không ân ái thì không đi vòng quanh trong cõi luân hồi, không còn phải mang nặng ưu tư, không còn thấp thỏm mong cầu những gì ô nhiễm. Không còn ái nhiễm thì sẽ được thật sự an vui.

6. Ân ái thâm trọng thì đến giờ lâm chung bao quanh bởi những người thân thuộc, sẽ thấy con đường của lo lắng và sầu khổ dài như thế nào. Cái khổ do ân ái gây nên thường đưa ta tới những hoàn cảnh không an toàn, đầy tai ách.

7. Là người tu đạo ta không nên đi về hướng ái dục, phải bắt đầu bằng cách tìm diệt tận gốc cái cây ái dục để cho những cái rễ của nó không còn có thể đâm chồi lên được. Đừng làm như cắt cỏ lau để sau khi được cắt rồi thì lau lại mọc lên như cũ.

8. Gốc cây ái dục sâu và vững, tuy cây đã bị đốn nhưng các cành lá vẫn có thể sinh ra trở lại. Tâm ái dục chưa dứt trừ thì theo lẽ thường cái khổ do ái dục đem tới vẫn còn trở lại như thường.

9. Như con vượn nhảy ra khỏi cây này thì lại nhảy vào cây khác, người đời cũng thế, ra khỏi được ngục tù ái dục này rồi lại lao vào ngục tù ái dục khác.

10. Tâm ái dục là một dòng chảy thường xuôi theo dòng tập khí và dòng kiêu mạn. Những mong cầu và nhận thức của ta đều có thể được tô điểm theo màu sắc ái dục và do đó chính mình tự che lấp sự thật và không thấy được sự thật.

11. Dòng tâm ý ái dục ấy cứ mặc tình trôi chảy khiến cho những gút thắt ái dục đan kết lại với nhau chằng chịt. Chỉ có tuệ

giác chân thật mới có thể cò khả năng phân biệt và thấy rõ điều này, giúp ta đoạn trừ được căn nguyên của nó nơi tâm ý.

Bài kệ 12

Phù tùng ái nhuận trạch 夫從愛潤澤

Tư tưởng vi tư mạn 思想為滋蔓

Ái dục thâm vô đê 愛欲深無底

Lão tử thị dụng tăng 老死是用增

Dòng suối ái dục thâm vào tư duy, mong cầu và nhận thức để lớn mạnh và quán vào nhau. Nguồn suối ái dục sâu không đáy kia làm cho cái già và cái chết tăng trưởng một cách rất là mau chóng.

Phù tùng ái nhuận trạch: Theo lẽ thường thì dòng ái dục kia thấm vào trong dòng sông (tâm thức) của mình và làm cho

Tư tưởng vi tư mạn: những tư duy, mong muốn và nhận thức (nhiễm màu của ái dục) lớn lên (*tư*) và quấn vào nhau (*mạn*).

Ái dục thâm vô để: Ái dục sâu và không có đáy.

Lão tử thị dụng tăng: Do ái dục mà cái già và cái chết tới rất mau.

Bài kệ 13

Sở sinh chi bất tuyệt 所生枝不絕

Đã dụng thực tham dục 但用食貪欲

Dưỡng oán ích khuru trủng 養 怨 益 丘 塚
 Ngu nhân thường cấp cấp 愚 人 常 汲 汲

Những cành nhánh của cây ái dục cứ tiếp tục sinh trưởng không ngừng nghỉ cũng bởi vì chúng được nuôi dưỡng bằng thực phẩm ái dục. Thực phẩm này nuôi dưỡng oán hận, un thành từng gò từng đống, người thiếu trí tuệ thì cứ miệt mài đi về hướng ấy.

Sở sinh chi bất tuyệt: Những cành nhánh sinh ra không chấm dứt

Đãn dụng thực tham dục: Tại vì được chăm bón và nuôi dưỡng bằng nguồn thực phẩm tham dục nên cành lá của cây ái dục càng ngày càng vươn lớn.

Dưỡng oán ích khuru trủng: *Ích* là làm cho lớn lên. *Khuru* là đòi đất, đóng đất. *Trủng* hay *chủng* là những gò mả. Ái dục nuôi dưỡng oán hận thành gò thành đống.

Ngu nhân thường cấp cấp: *Ngu nhân* là người không có trí tuệ. *Cấp cấp* là miệt mài, bận rộn. Những người không có trí tuệ cứ miệt mài, bận rộn đi về phía đó.

Bài kệ mô tả ái dục như một loài cây. Nhờ nguồn thực phẩm tham dục nên cây ái dục cứ tiếp tục lớn lên và không ngớt sinh ra những cành nhánh mới và vì vậy những khổ đau, oán hận cũng càng ngày càng chất chồng như những gò đống. Ấy vậy mà những người không có trí tuệ vẫn cứ miệt mài đi về hướng đó.

Bài kệ 14

Tuy ngục hữu câu diệp 雖獄有鉤鑠
 Tuệ nhân bất vị lao 慧人不謂牢
 Ngu kiến thê tử tức 愚見妻子息
 Nhiễm trước ái thậm lao 染著愛甚牢

Trong ngục thật có gông có cùm. Nhưng người có trí tuệ không thấy những dụng cụ này là thứ gông cùm vững chắc nhất. Cái loại gông cùm ái nhiễm cột người ta vào hệ lụy mới là loại gông cùm kiên cố.

Tuy ngục hữu câu diệp: Câu là móc làm bằng đồng, bằng sắt. Chữ *diệp* có thể là chữ *tỏa* 鎖 viết nhầm, *tỏa* có nghĩa là cái khóa.

Tuệ nhân bất vị lao: Những người có trí tuệ không cho đó là những thứ kiên cố nhất.

Ngu kiến thê tử tức: *Ngu* chỉ những người không có trí tuệ. *Thê tử* là vợ con, ý nói tới vòng hệ lụy, ái dục. *Tức* là bị chặn đứng lại.

Nhiễm trước ái thậm lao: *Nhiễm trước* là vướng vào và bị ô nhiễm, *thậm* là rất (very), *lao* là kiên cố (solid). Vướng vào ái dục, đó mới thực là vướng vào thứ gông cùm kiên cố.

Bài kệ thứ 14 đã ví ái dục như những gông cùm và móc khóa khóa chặt con người. Những thứ gông, thứ khóa này các bậc thức giả thấy rằng chúng còn kiên cố hơn cả những dụng cụ kiểm tỏa trong lao

tù. Chúng là những vòng luẩn quẩn của vợ con, thân quyến và ái tình mà bao nhiêu người không có trí tuệ đang bị vướng vào. Khi người ta đã bị giam cầm bởi chúng thì bao nhiêu chí khí đều bị tiêu tán hết, chí nguyện cũng xa rời mà con đường lý tưởng cũng không thể đi tiếp được. Mình không dám nói, không dám làm vì nếu mình nói, mình làm thì mình sợ sẽ động tới an nguy của vợ con hoặc chồng con mình, của những người mình thương. Lúc đó khác nào mình đang bị bịt miệng, còng tay và trói chặt bằng những cái gông cùm còn vững chắc hơn cả những cái gông bằng đồng, bằng sắt. Chính vì vậy nên những người làm cách mạng thường sống độc thân để hoạt động, tại vì khi sống độc thân, họ có can đảm nói và làm những điều họ cho là đúng để đem lại giải phóng và an vui cho đất

nước. Cuộc sống độc lập đó cho phép họ sống thực sự là một đấng hào kiệt, tự do tung hoành mà không bị vướng bận bởi vợ chồng, con cái hay ái tình.

Những người ngoài đời muốn làm cách mạng còn phải xa lìa ái dục huống chi là người có chí hướng độ đời như Siddharta?

Bài kệ 15

Tuệ thuyết ái vi ngục 慧說愛為獄
 Thâm cố nan đắc xuất 深固難得出
 Thị cố đương đoạn khí 是故當斷棄
 Bất thị dục năng an 不視欲能安

Người có trí tuệ thấy ái dục là một ngục tù kiên cố khó thoát ra khỏi. Người ấy biết

rõ ràng, phải đoạn trừ ái dục thì mới thật sự được an vui.

Tuệ thuyết ái vi ngục: Những người có trí tuệ nói rằng ái dục là ngục tù.

Thâm cố nan đắc xuất: Nó sâu vững khó mà đi ra khỏi.

Thị cố đương đoạn khí: Vì vậy cho nên phải chấm dứt, phải buông bỏ.

Bất thị dục năng an: Không vướng vào ái dục thì mới thật sự có an vui.

Bài kệ này tiếp nối bài kệ trên với hình ảnh ái dục như ngục tù sâu vững, những người muốn đạt tới giải thoát, an vui cần tìm cách thoát ra khỏi nó. Bài kệ nhắc tới sự thực tập *đoạn khí* tức là chấm dứt và buông bỏ những đối tượng của dục vọng.

Bài kệ 16

Kiến sắc tâm mê hoặc 見色心迷惑
 Bất duy quán vô thường 不惟觀無常
 Ngu dĩ vi mỹ thiện 愚以為美善
 An tri kỳ phi chân 安知其非真

Thấy sắc mà bị mê hoặc, đó là vì không biết quán vô thường. Kẻ u mê tưởng rằng cái sắc ấy là một cái gì lành và đẹp, không biết rằng cái bóng dáng bên ngoài kia không chứa đựng được một cái gì bền bỉ và chắc thật bên trong nó.

Kiến sắc tâm mê hoặc: Nếu thấy sắc mà tâm của mình bị mê hoặc, bị cuốn theo là tại vì

Bất duy quán vô thường: Mình không có tuệ giác vô thường.

Ngu dĩ vi mỹ thiện: *Ngu* là những người không có trí tuệ. Những người thiếu trí tuệ cho đó là đẹp, là lành.

An tri kỳ phi chân: Không biết nó không phải là cái gì chân thật.

Trong bài kệ 11 chúng ta đã học rằng chỉ có tuệ giác mới giúp mình đào được gốc rễ của cây ái dục. Tuệ giác đây là tuệ giác vô thường, vô ngã, khổ và bất tịnh. Nếu không có tuệ giác thì cái thấy của mình là vọng tưởng, là cái thấy đảo ngược (perverted view). Mình thấy là thường, là ngã, là lạc, là tịnh trong khi chúng là vô thường, là vô ngã, là khổ, là bất tịnh. Với

bài kệ thứ 16, chúng ta học sâu hơn về tuệ giác vô thường để đoạn trừ ái nhiễm.

Văn dịch rất hay, bài kệ có chứa cả ba chữ: Chân (the truth), Thiện (the good) và Mỹ (the beauty). Còn hay hơn nữa khi bài kệ cho ta một cái thấy rằng bởi vì cái *sắc* (đối tượng của ái dục) là không thật (*phi chân*) như những ý niệm thường, lạc, ngã, tịnh của ta nên nó cũng không đẹp (*mỹ*) và lành (*thiện*). It's not true, it's not good either and it's not beautiful either.

Sắc có thể dịch là nhan sắc tức là vẻ đẹp bề ngoài, vẻ đẹp có thể quyến rũ và mê hoặc tâm mình. Người có trí tuệ thấy nó là cái cần phải xa lìa và buông bỏ nhưng hầu hết con người của xã hội này đang đua nhau chạy theo nó. Chỉ cần nhìn vào các thành phố là mình thấy rõ điều đó ngay. Sản phẩm làm đẹp cho đàn bà và đàn ông

đang bán rất chạy. Khắp nơi nơi, những tiệm bán mỹ phẩm mọc lên như nấm. Chúng ta hãy tưởng tượng tới sự nực cười của nước hoa. Mình rất hôi nhưng nếu rải vào giọt nước hoa thì nó sẽ át mùi hôi đi và mình tưởng rằng mình thơm thật. Khoa giải phẫu thẩm mỹ cũng đang rất thịnh hành, bao người đang tới đó để bơm chất hóa học vào trong ngực, trong mặt cho phình lên, cho đẹp và nhờ dao kéo gọt tía, chỉnh trang những khiếm nhã trên thân thể.

Người nào cũng muốn trang điểm cho vẻ ngoài thêm hấp dẫn nhưng bên trong thì không có gì thật cả. Đó gọi là *phi chân*, là không có thật mà mình tưởng là nó thật nên mình tin là nó lành và đẹp. Bài kệ thứ 16 nhắc nhở chúng ta về sự thực tập quán vô thường. Hình dáng bên ngoài đó không

chắc thật, mai một nó sẽ không còn như vậy nữa, vì vậy cho nên ta không nên vướng vào nó. Vô thường là một trong bốn phép quán quan trọng, chúng ta cần thực tập sâu sắc để thực sự vượt thoát được ngục tù của ái dục.

Cái gì thật sự Mỹ, thật sự Thiện thì trong đó phải có Chân.

Bài kệ 17

Dĩ dâm lạc tự lý 以婬樂自裹

Thí như tầm tác kiến 譬如蠶作繭

Trí giả năng đoạn khí 智者能斷棄

Bất hễ trừ chúng khổ 不盼除眾苦

Tự nhốt mình trong sắc dục thì cũng như con tằm kéo chiếc kén tự mình giam hãm

lấy mình. Bạc trí giả có khả năng đoạn trừ và buông bỏ dục tưởng, không thiết tha gì đến cái đối tượng ái dục cho nên mới tránh thoát khỏi mọi khổ nạn.

Dĩ dâm lạc tự lý: *Dâm lạc* là lạc thú của dâm dục. *Tự lý* là tự nhốt mình. Lấy lạc thú của dâm dục mà tự nhốt mình vào.

Thí như tầm tác kiến: *Tầm* là con tầm. *Kiến* là cái kén. Tự nhốt mình vào dâm dục cũng giống như con tầm làm ra cái kén để tự giam mình.

Trí giả năng đoạn khí: *Trí* chỉ những người có trí tuệ. *Đoạn* là cắt đứt, *khí* là buông bỏ. Những người có trí có khả năng cắt đứt và buông bỏ.

Bất nghệ trừ chúng khổ: Chữ 盼 có thể đọc là *nghe* hay *hề*. *Nghê* có nghĩa là nhìn

trùng trùng, nhìn chăm chăm, nhìn một cách tức giận. Kẻ trí giả không nhìn chăm chăm vào chuyện đó nên có thể diệt trừ được tất cả mọi khổ nạn (*trừ chúng khổ*).

Đặc điểm của kinh là sử dụng nhiều hình ảnh rất tuyệt diệu. Một trong số đó là hình ảnh con tằm kéo cái kén làm thành tù ngục để tự giam hãm nó. Khi nghiên cứu và so sánh với bản tiếng Pali, chúng ta thấy trong bản Pali không dùng hình ảnh của con tằm với cái kén mà dùng hình ảnh con nhện với cái lưới của nó. Lưới nhện là makkataka-jala (jala là cái lưới), kén tằm là kosa-kimi. Có lẽ dịch giả muốn sử dụng một hình ảnh thân thuộc với người Trung quốc hơn vì vậy hình ảnh cái lưới nhện được thay thế bằng hình ảnh cái kén tằm. Tuy nhiên cả hai hình ảnh đều cùng diễn tả một hành động của kẻ thiếu trí tuệ, đó

là tự giam mình trong tù ngục của dâm dục, cái nhà tù do chính họ tự tạo ra mà không phải ai khác.

Người trí thì có khả năng chấm dứt và buông bỏ, không đoái hoài tới sắc dục cho nên có thể diệt trừ được tất cả khổ nạn.

Bài kệ 18

Tâm niệm phóng dật giả 心念放逸者
 Kiến dâm dĩ vi tịnh 見婬以為淨
 Ân ái ý thịnh tăng 恩愛意盛增
 Tùng thị tạo ngục lao 從是造獄牢

Kẻ có tâm ý phóng dăng khi nhìn vào một đối tượng ái dục thì có thể cho đó là một cái gì tinh khiết, không biết rằng sự tăng

trường lớn mạnh của ái ân sẽ đem tới bao nhiêu hệ lụy, tù ngục kiên cố sau này.

Tâm niệm phóng dật giả: *Giả* là những người. Những người có tâm niệm phóng dật, buông lung, phóng đãng.

Kiến dâm dĩ vi tịnh: *Kiến* là thấy là cho rằng, *dâm* là những đối tượng của ham muốn. Họ cho rằng những hình ảnh, những đối tượng của ham muốn là những cái gì trong sạch.

Ân ái ý thịnh tăng: *Ân ái ý* là tâm niệm ân ái. *Thịnh tăng* là tăng trưởng mạnh mẽ. Vì thấy đối tượng của dâm dục là trong sạch nên tâm ân ái càng ngày càng lớn mạnh.

Tùng thị tạo ngục lao: Từ nguyên do đó mà chế tác ra ngục tù kiên cố sau này.

Nhà tù đó, không phải do người khác mà do chính mình làm ra, giống như con tằm làm ra cái kén hay như con nhện làm ra chiếc lưới để tự giam mình.

Với bài kệ thứ 16, chúng ta được học về phép quán vô thường, bài kệ thứ 18 tiếp tục đưa chúng ta đi tới phép quán bất tịnh. Tuệ giác về tính chất bất tịnh cũng giúp chúng ta phá trừ được vòng vây của ái dục.

Những người có tâm niệm phóng đãng luôn thấy đối tượng ái dục là một cái gì trong sạch nhưng nếu nhìn cho kỹ thì không có gì là tinh khiết hết. Mình có ảo tưởng là đối tượng kia sạch và đẹp bởi vì có thể nó đang mang trên mình một cái vỏ sạch và đẹp nhưng kỳ thực bên trong nội dung thì không có gì được gọi là sạch và đẹp cả. Lộ trần mọi lớp vỏ che đậy ra để

thấy được sự thật, để không bị đánh lừa bởi hình thức giả dối bên ngoài, đó là phương pháp quán bất tịnh.

Bài kệ 19

Giác ý diệt dâm giả 覺意滅婬者
 Thường niệm dục bất tịnh 常念欲不淨
 Tòng thị xuất tà ngục 從是出邪獄
 Năng đoạn lão tử hoạn 能斷老死患

Những ai thực tập chánh niệm sẽ có khả năng thấy được rằng cái đối tượng ái dục kia là bất tịnh, do đó diệt trừ được dục ý, ra khỏi ngục tù và thoát khỏi tai nạn già và chết.

Giác ý diệt dâm giả: Giác có nghĩa là

tỉnh thức, cư sĩ Chi Khiêm đã dịch từ chữ *sati*. *Sati* có nghĩa là chánh niệm (smṛti). *Giả* là những người. Những người thực tập chánh niệm có thể diệt trừ được ái dục.

Thường niệm dục bất tịnh: Thường nhớ rằng đối tượng ái dục kia là bất tịnh.

Tùng thị xuất tà ngục: Nhờ đó mà ra khỏi địa ngục của hệ lụy, của tà ma.

Năng đoạn lão tử nạn: Có khả năng chấm dứt được tai nạn của già và của chết.

Trong khi pháp đàm bên phía các thầy tìm ra được những điều khá hay. Các thầy thấy rằng những sư anh hay sư em nào đã đào được gốc ái dục, không còn suy nghĩ hay vương vấn về chuyện đó thì những

người ấy có rất nhiều hạnh phúc, có tiến bộ đều đều trong sự tu học và các anh em khác có thể đặt niềm tin vào họ.

Có thầy nói nhu yếu muốn được người khác phải thương yêu có thể được thay thế khi anh chị em cùng chơi với nhau, sinh hoạt chung với nhau trong chúng. Khi mình xây dựng được tình anh chị em đích thực thì tình anh chị em đó có khả năng thay thế được cho nhu yếu kia và mình không cần phải hướng tâm tới người khác phái nữa.

Đời sống của người xuất gia dễ dàng hơn đời sống của người cư sĩ. Người cư sĩ, tuy có vợ có chồng nhưng họ có một đời sống rất khó khăn. Không phải có lứa đôi rồi là họ không còn vấn đề, mà có thể khi lấy nhau rồi họ còn có nhiều vấn đề hơn nữa. Con đường dễ đi là con đường xuất gia

rộng lượng, nói như vậy không có nghĩa là ai cũng phải đi xuất gia. Tuy kinh này là kinh Bụt dạy cho người xuất gia nhưng ngay buổi đầu, chúng ta đã đồng ý với nhau là người tại gia cũng có thể học được rất nhiều từ những lời dạy của kinh. Chúng ta phải nghiên cứu làm sao để có thể áp dụng được kinh này cho những người thực tập với hình thức cư sĩ. Thực tập trong một tăng đoàn xuất gia có Thầy, có sư anh, sư chị, sư em luôn nhắc nhở và giữ gìn cho nhau thì rất dễ. Còn là một cư sĩ tại gia, không được sống trong tăng thân, thì mình phải cố gắng và khéo léo lắm mới có thể thành công.

Những buổi pháp đàm rất quan trọng. Chúng ta pháp đàm chung nhưng đôi khi cũng nên tổ chức pháp đàm riêng theo từng độ tuổi. Những người trẻ thỉnh

thoảng cũng phải ngồi riêng tại vì khi ngồi với nhau, người trẻ có thể nói ra những điều họ ngần ngại không muốn nói trước những người lớn tuổi hơn mình. Những người lớn tuổi cũng nên làm như vậy, nói với nhau những điều mà mình nghĩ những người trẻ chưa chấp nhận được. Người cư sĩ pháp đàm chung với người xuất sĩ nhưng nhiều khi cũng phải pháp đàm riêng để tìm ra những phương pháp, đường lối thực tập phù hợp với đời sống tại gia của mình.

Vấn đề ái dục là vấn đề muôn đời. Chúng ta thấy Đức Thế Tôn đã đi rất sâu vào trong vấn đề này. Ngài đã đưa ra những góc rẽ rất sâu sắc, Ngài nói rõ là dòng ái dục đi đôi với dòng tập khí và dòng mặc cảm. Mình gây hệ lụy cho mình và cho người khác tại vì mình có mặc cảm. Mình

muốn chúng tỏ mình là ai đó, mình có một giá trị nào đó và do đó mình đưa người ta vào nỗi khổ niềm đau của sự vương mắc, rất là tội nghiệp. Sự phân tích của Đức Thế Tôn quả là sâu sắc, chúng ta phải để hết tâm ý tiếp nhận cho thấu đáo và hành trì cho hết lòng!

(Đây là bài Pháp thoại ngày 13.05.2010
(tại thiền đường Trăng Rằm, chùa Từ
Nghiêm, xóm Mới)

Giảng giải kinh Chiếc Lưới Ái Ân _ phần 5 (Ái Dục Phẩm, Pháp Cú Kinh) - Thầy Làng Mai

Như tôi đã nói, sư cô Chân Đức có dịch kinh này sang tiếng Anh, tên của kinh được sư cô dịch là “The net of

attachment”. Tôi thấy dịch là ”The net of love“ thì nghe hấp dẫn hơn là “The net of attachment”, tại vì nhiều người hiểu ý nghĩa của chữ love khác nhau.

Sáng nay khi đi thiền hành, tôi thấy hành tinh của chúng ta là một cái gì rất hiếm trong vũ trụ. Trong khoảng không gian bao la mà có được một sự biểu hiện như trái đất là một điều rất màu nhiệm. Các nhà thiên văn học dùng kính viễn vọng để quan sát vũ trụ mà chưa tìm ra được một chỗ nào giống như hành tinh của chúng ta. Trong kinh có nói đến những cõi nước khác. Những cõi nước khác ấy chắc là có đó, nhưng chúng ở rất xa và cho tới bây giờ các nhà thiên văn học vẫn chưa tìm ra được một hành tinh nào giống như trái đất của mình cả. Vì vậy sự sống trên trái đất rất là quý giá. Người ta nói trên mặt trăng

có nước đá, nhưng trên mặt trăng cũng không có sự sống. Nếu một ngày nào đó có người báo cáo có cỏ mọc trên mặt trăng thì đó là một tin động trời. Cỏ mà mọc trên mặt trăng là một chuyện rất lạ! Nếu có cỏ mọc trên mặt trăng thì những hãng bất động sản sẽ tìm cách lên đó để xây cất. Điều này chưa xảy ra nhưng khoa học đang tìm cách làm cho trên mặt trăng có dưỡng khí.

Sáng nay, tôi nói với sư chú Pháp Thệ: “Trái đất của mình là một điều màu nhiệm. Đi thiền hành trên trái đất cũng giống như là đang tiêu thụ trái đất. Mỗi bước chân của mình là để thưởng thức, để tiếp xúc với đất. Nếu mình có chánh niệm thì mỗi bước chân đem lại hạnh phúc, đem lại sự trị liệu và nuôi dưỡng.

Thứ năm vừa rồi tại xóm Mới, tôi đi thiền hành với bài kệ:

*Mỗi bước chân là phép lạ
Mỗi bước chân là trị liệu
Mỗi bước chân là nuôi dưỡng
Mỗi bước chân là thanh thoi*

Là hành giả, mình phải có khả năng đi một cách có hạnh phúc. Nếu có năng lượng của chánh niệm trong bàn chân, nếu ý thức được sự tiếp xúc của bàn chân với trái đất, mình sẽ có sự thích thú trong khi đi. Và khi ấy mỗi bước chân thực sự là một phép lạ. Tổ Lâm Tế nói: Mỗi bước chân là thần thông. *Địa hành thần thông*. Mình có thể làm phép thần thông bằng hai chân của mình. Ai nói là mình không thể làm phép thần thông? Tổ Lâm Tế nói tất cả chúng ta đều có thể thi thố thần thông, mà phép lạ đầu tiên là đi trên mặt đất.

Bước đi tâm không bận tới quá khứ, tới tương lai và không bị những dự án, những lo lắng kéo đi. Mỗi bước chân có thành thoi, có sự buông thư thì mỗi bước đưa tới sự trị liệu, sự chuyển hóa; là nuôi dưỡng và chuyển hóa cho mình và cho cả trái đất.

Bài kệ 20

Dĩ dục võng tự tộ 以欲網自蔽

Dĩ ái cái tự phú 以愛蓋自覆

Tự tứ phược ư ngục 自恣縛於獄

Như ngư nhập cú khẩu 如魚入筍口

Tự cuốn lấy mình trong chiếc lưới ái dục, tự che mình bằng chiếc dù ái dục là tự trói mình trong vòng hệ lụy như con cá tự chui vào trong một chiếc nơm.

Dĩ dục võng tự tệ: *Võng* là cái lưới, *tệ* là che lấp. Lấy cái lưới dục vọng mà tự che lấp mình.

Dĩ ái cái tự phú: *Cái* là cái ô. *Phú* là phủ lên, là che lấp. Lấy cái ô tham ái mà tự che đậy mình.

Tự tứ phược ư ngục: *Tứ* là phóng túng, *phược* là trói lại. Tự mình phóng túng, tự mình trói mình lại trong ngục thất.

Như ngư nhập cú khẩu: Như con cá đi vào miệng nơm. *Cú* (có thể đọc là câu) là cái nơm. Nơm là một cái bẫy để bắt cá, đan bằng tre có hai cửa, cá đi vào rất dễ mà đi ra không được.

Bài kệ 21

Vi lão tử sở tứ 為老死所伺

Nhược độc cầu mẫu nhũ 若犢求母乳

Ly dục diệt ái tích 離欲滅愛迹
 Xuất võng vô sở tộ 出網無所弊

Bị cái già và cái chết bắt theo và luẩn quẩn bên cạnh đối tượng ấy như một con bê đi tìm vú mẹ. Lìa bỏ được dục, không đi theo vết xe của ái thì có thể vượt thoát ra ngoài chiếc lưới ái ân, không còn bị bất cứ một cái gì làm hại mình nữa.

Vi lão tử sở tứ: Vi là bị. Tứ có nghĩa là hầu hạ, là đi theo không rời. Bị cái già và cái chết thăm hỏi, đi theo sát nút.

Nhược độc cầu mẫu nhũ: Nhược là giống như. Độc là con bê (con bò con). Cầu là đi tìm. Mẫu nhũ là sữa mẹ. Khi bị lọt vào lưới ái ân rồi thì mình đi quanh quẩn xung quanh đối tượng giống như một con bê đi tìm vú mẹ, không thể đi xa được.

Ly dục diệt ái tích: Khi thoát ly được ái dục và xóa được vết tích của nó (*diệt ái tích*).

Xuất vãng vô sở tệ:

Xuất vãng là ra khỏi lưới, *Tệ* là tệ hại, là hệ lụy. *Vô sở tệ* là không có gì làm mình hệ lụy, không có gì che lấp được mình nữa.

Các bài kệ 20 và 21 có thể được xem như là trung tâm điểm của kinh. Cụm từ “chiếc lưới ái ân” được lấy ra từ bài kệ thứ 20 để làm tên kinh. Chúng ta có thể gọi kinh này là Ái Vãng Kinh 愛網經, kinh Chiếc Lưới Ái Ân (The net of love sutra). Khi mình đã lấy cái lưới tham dục tự quán mình, đã lấy chiếc ô ái ân tự che mình rồi thì mình buông lung và tự đưa mình vào tù ngục như con cá đi vào

miệng chiếc nơm. Khi bị lọt vào lưới ái ân rồi thì mình bị cái già và cái chết dỗi theo như con bê đi tìm cầu sữa mẹ, không cách gì thoát ra được. Đây là những hình ảnh rất hay, đầy chất thi ca! Thi ca được làm bằng hai yếu tố: hình ảnh và âm điệu. Kinh kệ cũng vậy, cũng là thi ca bởi vì trong đó có rất nhiều hình ảnh và âm điệu tuyệt vời. Theo dõi kinh chúng ta thấy nói cho ái dục, Bụt đã đưa ra rất nhiều hình ảnh sinh động và thực tế, nào là cái cây, con vượn, dây leo, dòng nước lũ, con bê tìm vú mẹ, con cá chui vào nơm v.v... Và chúng ta đã chọn hình ảnh chiếc lưới đại diện cho các hình ảnh ấy để làm tên kinh.

Chỉ khi nào lìa xa được ái dục, xóa hết những vết tích của nó thì khi đó mình mới thực ra khỏi được cái lưới, không còn bị

bất cứ một cái gì gây hệ lụy và làm hại được nữa.

Mình là chàng dũng sĩ, là người có chí nguyện thực tập, mình phải dũng mãnh dang tay xé toạc lưới ái ân. Mỗi vị xuất sĩ và mỗi vị cư sĩ nên viết một chứng từ thuật lại kinh nghiệm của mình về ái ân, viết cho thật thì tự nhiên sẽ hay. Chúng ta hãy đọc lại bản dịch:

Tự cuốn lấy mình trong chiếc lưới ái dục, tự che mình bằng chiếc dù ái dục là tự trói mình trong vòng hệ lụy như con cá tự chui vào trong một chiếc nơm.

Bị cái già và cái chết bắt theo và lẫn quần bên cạnh đối tượng ấy như một con bê đi tìm vú mẹ. Lià bỏ được dục, không đi theo vết xe của ái thì có thể vượt thoát ra ngoài

chiếc lưới ái ân, không còn bị bất cứ một cái gì làm hại mình nữa.

Bài kệ 22

Tận đạo trừ ngục phược 盡道除獄縛
 Nhất thiết thử bỉ giải 一切此彼解
 Dĩ đắc độ biên hành 已得度邊行
 Thị vi đại trí sĩ 是為大智士

Đi trọn được con đường, cởi bỏ được mọi ràng buộc hệ lụy, giải phóng được mọi phân biệt kỳ thị, vượt qua được các ý niệm lương nguyên, đó mới thật là bậc xuất sĩ đại trí.

Tận đạo trừ ngục phược: Đạo là con đường. Tận đạo là đi cho hết con đường, không bỏ dở nửa chừng. Trừ ngục phược là cắt đứt, diệt trừ những sợi dây ràng buộc vào chốn ngục tù.

Nhất thiết thử bỉ giải: *Thử* là cái này, *bỉ* là cái kia, ý chỉ cho sự phân biệt kỳ thị (discrimination), cái này không phải là cái kia, cái kia không phải là cái này. *Giải* là thấu suốt và cũng có nghĩa là cõi trời. Hiểu thấu và cõi trời tất cả mọi ý niệm phân biệt, kỳ thị.

Dĩ đắc độ biên hành: *Độ* là vượt thoát, *biên* là một bên, *biên hành* là vướng mắc vào một bên. Vượt thoát sự vướng mắc vào một bên.

Thị vi đại trí sĩ: Đó mới thật là bậc đại sĩ có trí tuệ lớn.

Chân lý là cái này nằm trong cái kia, không thể lấy cái này ra khỏi cái kia. Trái và phải dường như đối lập nhau nhưng nếu không có trái thì không có phải và không có phải thì không có trái. Cha và

con cũng vậy, nếu không có cha thì không có con và không có con thì không có cha. Người đàn ông đó nếu không có đứa con thì ông ta không thể được gọi là cha và đứa con cũng vậy, cũng nhờ có cha mà nó được gọi là con. Cha và con không thể tách rời nhau được. Nếu thấy được như vậy tức là ta đã có thể *Nhất thiết bỉ thử giải*, hiểu được và cởi trói cho tất cả mọi sự phân biệt, kỳ thị.

Còn nếu bị kẹt vào những quan niệm như “cái này không phải là cái kia”, “cha và con là hai cái khác nhau”, “vật thể và tâm thức là hai cái khác nhau”, “sinh tử là hai cái khác nhau”, “có không là hai cái khác nhau” thì đó là bị vướng vào cái thấy lưỡng nguyên (dualistic view), vướng vào biên hành. Trong truyền thống Cơ Đốc giáo, chúng ta quan niệm rằng có một

Thượng đế tạo ra thế giới và có thế giới này là do Thượng đế tạo ra, Thượng đế và thế giới là hai cái khác nhau. Đó là một cách nhìn lưỡng nguyên. Chúng ta hãy thử đặt lại một câu hỏi là nếu không có tạo vật thì làm sao có thứ gọi là tạo hóa? Trả lời được câu hỏi đó rồi thì ta còn có thể thấy Đấng Sáng Tạo và vật được sáng tạo là hai thực tại đứng ngoài nhau không?

Con đường của đạo Bụt là con đường Trung Đạo (The Middle Way), không vướng vào bờ nào và vượt thoát mọi ý niệm phân biệt. Cũng như một khúc gỗ trôi trên một dòng sông, khúc gỗ đó muốn đi tiếp để trôi ra biển thì nó phải không bị vướng vào một trong hai bờ, nó phải đi con đường Trung Đạo, bằng không, nó sẽ không bao giờ ra biển được.

Khoa học bây giờ cũng bắt đầu thấy được những gì Đức Thế Tôn đã khám phá từ rất lâu. Họ đã nhận ra rằng tâm thức quán sát và thế giới được quán sát dính chặt vào nhau, không thể tách riêng ra được. Khi lấy tâm quán sát một đối tượng thì đối tượng đó bị thay đổi bởi sự quán sát kia. Khi một lượng tử (quantum) không bị quán sát thì nó rất tự do, nó có mặt khắp nơi nhưng khi mình quán sát nó thì nó bắt đầu có vị trí trong không gian và thời gian. Vì vậy các nhà khoa học đã bắt đầu đi tới kết luận là đối tượng quán sát và tâm thức quán sát không phải là hai cái riêng biệt tách rời nhau. Các nhà khoa học bây giờ đang vùng vẫy trong cái lưới nhị nguyên.

Chúng ta may mắn được là học trò của Bụt vì vậy chúng ta phải tinh chuyên đi

con đường của Bụt để trở thành một con người tự do, một bậc đại sĩ có trí tuệ lớn. Muốn được như vậy mình phải làm ba điều:

1. Phải cởi được sợi dây ái dục để đi trọn vẹn con đường.
2. Không kỳ thị “cái này” và “cái kia”.
3. Không bị vướng vào cái nhìn lưỡng nguyên.

Bài kệ thứ 22 rất là sâu, nó là hạt giống của giáo lý Trung Đạo sau này. Chúng ta có *Đại Trí Độ Luận*, *Trung Quán Luận*, những bộ luận lớn đó được đặt nền móng trên những câu kinh này. Những tư tưởng vĩ đại của Đại Thừa không phải là những cái gì mới mà đã có sẵn trong đạo Bụt nguyên thủy. Bài kệ thứ 22 đủ để chứng minh cho điều đó.

Bài kệ 23

Vật thân viễn pháp nhân 勿親遠法人
 Diệc vật vi ái nhiễm 亦勿為愛染
 Bất đoạn tam thế giả 不斷三世者
 Hội phục đọa biên hành 會復墮邊行

Đừng thân cận với những kẻ đi ngược chánh pháp, cũng đừng để bị lôi kéo theo con đường ái nhiễm. Nếu chưa vượt thoát được thời gian thì hành giả vẫn còn bị kẹt vào cái thấy nhị nguyên.

Vật thân viễn pháp nhân: *Vật* là đừng, là không nên. *Thân* là gần gũi, kết bạn. *Viễn pháp nhân* là những người đang đi ngược với chánh pháp. Đừng gần gũi với những người đi ngược với chánh pháp tức là những người đang có đam mê, vương mắc và cứng đầu không chịu nghe lời nhắc nhở của những bạn đồng tu.

Diệt vật vi ái nhiễm: *Diệt* là cũng. *Nhiễm* là dính vào (infected). *Ái* là ái dục. Câu này nghĩa là cũng đừng dính vào ái dục.

Bất đoạn tam thế giả: *Tam thế* là quá khứ, hiện tại và vị lai, ý chỉ cho ý niệm thời gian. Nếu chưa vượt thoát được ý niệm về thời gian thì...

Hội phục đọa biên hành: vẫn còn bị rơi vào cái nhìn lưỡng nguyên. *Đọa* là rơi xuống.

Vật thân viễn pháp nhân

Diệt vật vi ái nhiễm

Ta không nên thân cận với những người đi ngược với chánh pháp, bởi vì nếu gần họ thì ta sẽ bị ảnh hưởng, sẽ bị kéo theo. Người đó có thể nói những câu khiến cho

mình thoái thác bỏ đề tâm để họ có thêm đồng minh đi với họ trên con đường họ muốn. Ta chỉ nên thân cận với những người thực tập giới luật và uy nghi vững chãi, có niềm vui trong sự tu học. Trong đại chúng có thể cũng có một hay hai người “viễn pháp nhân”, mình phải tìm cách giúp họ. Nếu mình quá yếu không giúp được thì mình phải xa lìa người đó và nhờ đại chúng giúp cho họ.

Bất đoạn tam thế giả

Hội phục đạo biên hành

Chúng ta sống trong thế kỷ thứ 21, thế kỷ mà trong khi các nhà khoa học còn đang tìm hiểu về những hiện tượng bên ngoài như khoa học lượng tử hay khoa thiên văn học thì đồng thời họ cũng muốn gõ cửa, muốn chạm tới cái gọi là chân lý tối hậu

(the ultimate) tức là bản môn. Khoa học muốn biết nguồn gốc của thực tại, của sự sống. Khoa thiên văn học và khoa vật lý học cũng muốn đi tìm cái nguyên thủy của thực tại. Các nhà khoa học đang gõ cửa bản thể học (the door of ontology, the door of metaphysics). Nhà khoa học đang nói: “Vùng ơi, mở ra! Sésame, ouvre toi!”

Các nhà thiên văn học đã nói tới hiện tượng “Big Bang” tức là cái nguyên thủy của vũ trụ. Theo cái thấy của họ thì lúc ban đầu chưa có vũ trụ, chỉ có một điểm rất nhỏ. Trong khi quán sát vũ trụ nhà thiên văn học thấy các tinh hà mỗi ngày mỗi rời xa nhau với tốc độ rất lớn và vũ trụ đang phình ra (expansion). Họ đã đồng ý với nhau là thời gian và không gian bắt đầu có từ giây phút gọi là “Big Bang”, còn trước đó không có không gian và thời

gian. Các nhà thiên văn học nói rằng trước khi có vũ trụ thì chưa có thời gian và không gian.

Các nhà khoa học lượng tử, khi đi vào trong “cái vô cùng nhỏ” thì thấy rằng quan niệm về thời gian của chúng ta không còn chính xác nữa. Trong thế giới hàng ngày, thời gian là một mũi tên đi về một hướng nhưng khi đi vào thế giới lượng tử thì họ thấy các lượng tử có thể đi ngược lại. Các nhà khoa học bắt đầu thấy là một lượng tử không chỉ có mặt ở một chỗ mà nó có thể có mặt khắp nơi và họ bắt đầu thấy được, hình như thời gian và không gian là những sáng tạo của tâm thức.

Cả khoa học vĩ mô tức khoa thiên văn học và khoa học vi mô tức khoa lượng tử học đều công nhận rằng tâm của chúng ta tạo

ra thời gian và không gian. Thời gian và không gian là do vật thể và tốc độ mà có. Nếu không có vật thể và tốc độ thì không có khái niệm về thời gian và không gian tại vì thời gian và không gian là tương tức (inter-being).

Nếu các nhà khoa học không buông bỏ được ý niệm về thời gian và không gian thì họ vẫn bị kẹt vào cái thấy lưỡng nguyên. Họ đòi hỏi phải có cái bắt đầu nên mới đi tìm cái gọi là “Big Bang”. Và vì có cái đầu nên sẽ có “cái đuôi”, một ngày nào đó sẽ có cái gọi là “Big Crunch”. Tại vì các nhà khoa học bị kẹt vào khái niệm thời gian là một cái gì có thật như một thực tại ở ngoài cho nên họ đòi hỏi phải có một bắt đầu và một chung cục. Ngược lại, với cái nhìn của Đạo Bụt, chúng ta thấy rằng không có cái gì là “cái

đầu” và cũng không có cái gì là “cái đuôi” (vô thủy vô chung) và ý niệm về “bắt đầu” và “chung cục” là những ý niệm được sáng tạo bởi tâm thức con người.

Theo đạo Bụt thì cánh cửa bí mật mà các nhà khoa học đang cố công tìm vào đã được mở từ lâu rồi (the door is already opened). Thực ra thì nó chưa bao giờ từng bị đóng, vấn đề là nhà khoa học có thể đi vào được hay không thôi. Nhà khoa học có trí năng của mình nhưng trí năng đó không chắc đã đủ để đưa nhà khoa học đi vào thế giới của bản môn. Họ có thể có những đau buồn, những lo lắng, những sợ hãi, những khổ đau che lấp tâm tư của mình. Tâm của nhà khoa học có thể đang trĩu nặng hành trang của những cái thấy, những cái biết, những cái thấy biết còn mang màu sắc lưỡng nguyên. Nếu chưa

vượt thoát được ý niệm thời gian thì nhà khoa học vẫn còn bị rơi vào vòng lẩn quẩn của nhị nguyên. Đó chính là những chướng ngại ngăn không cho họ đi vào cánh cửa mâu nhiệm của thực tại.

Có hai chướng ngại lớn, đó là phiền não chướng (klesa) và sở tri chướng. *Phiền não chướng* tức là những vui, buồn, giận, ghét, thất vọng, đam mê v.v... Tâm thức của mình cũng như tâm thức của nhà khoa học đều đang bị những phiền não che lấp và vì vậy không đi vào được thế giới của bản môn. Nhà bác học Einstein rất thông minh nhưng trong đời sống cá nhân ông có nhiều đau khổ và khó khăn với gia đình. Ông đã ly dị và khổ đau. Nếu Einstein không có những phiền não đó chắc là ông đã đi xa hơn rất nhiều.

Chúng ta cũng vậy, chúng ta có thể là nhà khoa học hay không phải là nhà khoa học, có thể là nhà Phật học hay không phải là nhà Phật học, nhưng nếu có phiền não chướng trong tâm thì dù cho cửa bản môn có mở mình cũng không đi vào được.

Sở tri chướng là phiền não thứ hai. Sở tri là những cái mình biết, mình hiểu, những cái thấy của mình. Nếu mình còn bị kẹt vào ý niệm thời gian, còn thấy tâm thức và vật thể là những cái biệt lập, chủ thể và đối tượng là không tương quan với nhau, Thượng đế và tạo vật là hai cái khác nhau, tách rời nhau, thì những cái thấy nhị nguyên đó ngăn không cho mình đi vào được thế giới của bản môn, thế giới của Niết Bàn.

Đức Thế Tôn đã chỉ cho chúng ta phương pháp diệt trừ phiền não chướng và sở tri

chương để chúng ta có thể đi vào được trong bản môn. Mình không cần gõ cửa, mình chỉ cần thực tập niệm, định và tuệ (smṛti, samādhi, prajña) gọi là Tam vô lậu học, tức là ba môn học đưa tới sự giải thoát. Đây là khoa học của Bụt (the Triple Science of the Buddha). Khoa học của Bụt không cần có những dụng cụ máy móc tối tân như kính viễn vọng hay máy gia tốc (accélérateur)... mà dụng cụ duy nhất cần được sử dụng chỉ là tâm thôi. Và thành công là khi mình diệt trừ được phiền não chướng và sở tri chướng để tâm có đủ sáng suốt mà quán sát thực tại. Buông bỏ đi hết những hành lý của phiền não và ý niệm lưỡng nguyên thì mình có đủ tự do đi vào bản môn. Nhà khoa học có đủ tự do đó hay không? Những kiến thức khoa học có giúp cho nhà khoa học đạt tới tự do hay không? Khoa học có thể giúp

cho kỹ thuật (technology) phát triển nhưng trong khi đó nhiều người trong chúng ta vẫn bị cuốn theo những tham giận, kiêu căng và vì vậy khổ đau của chúng ta càng ngày càng lớn.

Trong kho tàng đạo Phật, có những kinh như Kinh Rohitassa, Kinh Kalama, đó là những kinh mà Phật dạy cho chúng ta cách đi vào thế giới bản môn mà con đường là sử dụng tâm như một dụng cụ để thể nghiệm thực tại. Mình phải dùi mài, phải làm sáng cái tâm thì mới có thể thành công được. Khóa học 21 ngày sang năm có thể sẽ có chủ đề “Khoa học của Phật” (The sciences of the Buddha) và mình sẽ nói về sự liên hệ giữa đạo Phật và khoa học. Mình có thể mời vài nhà khoa học lượng tử và khoa học thiên văn tới nói chuyện, nhưng chúng ta sẽ trình bày con

đường của Bụt như một ngành khoa học. Khoa học này không chỉ dùng trí năng, dùng trí năng thôi thì chưa đủ. Trong đạo Bụt ngoài trí năng (ý thức, mind-consciousness) còn có tàng thức (store-consciousness) và chỉ khi nào chuyển hóa được tàng thức thì mới có Đại Viên Cảnh Trí, thứ trí tuệ được miêu tả là sáng trong và chân thực như một tấm gương lớn, thứ trí tuệ giúp ta đi vào thế giới của không sinh, không diệt (xin tham khảo giáo lý chuyển hóa tám Thức thành bốn Trí).

Xin đọc một lá thư từ một sư cô trẻ viết cho tôi, đề cập tới vấn đề ân ái:

Con xin thành kính tri ân Sư Ông đã sinh ra những thầy, những sư chú quá sức dễ thương để cho con thương với một tình thương trong sáng, tình huynh đệ. Đối với con, tình thương đó linh thiêng và cao quý

lắm, cho nên con không bao giờ dám làm hoen ố từ ngày con xuất gia cho đến bây giờ. Con thấy mình được an ninh bởi sự bảo hộ của tăng thân. Nếu ở ngoài đời chắc con sẽ còn lận đận và khổ sở lắm với cái tình thế gian đó. Thương yêu nhau mà biết thực tập giới luật và uy nghi, biết tôn kính lẫn nhau thì tình thương ấy rất đẹp và đưa mình đi rất xa.

Trịnh Công Sơn có nói: “May thay trong đời ngoài tình yêu còn có tình bạn. Tình bạn thường có khuôn mặt thật hơn là tình yêu. Sự bội bạc trong tình bạn cũng có nhưng không nhiều. Tôi thấy tình bạn quý hơn tình yêu vì tình bạn có khả năng làm hồi sinh được một con hôn mê và làm phục sinh một cuộc đời tưởng rằng không còn tái tạo được nữa.”

Đây là những lời của Trịnh Công Sơn dùng để ca ngợi tình bạn mà sư cô đã trích ra. Sư cô viết tiếp:

Thật vậy, tình bạn đã đưa con đi xa và bây giờ tình huynh đệ còn đưa con đi xa hơn nữa. Thương nhiều người với tấm lòng rộng mở như vậy, con tin là sẽ không bao giờ len lỏi một bóng hình nào trong trái tim mình.

Có người nói, nhìn vào người mình vướng mắc, quán bất tịnh thì sẽ trừ được tham dục. Riêng bản thân con thì con tập quán những cái thiện, cái mỹ của người đó mà thôi bởi vì những vị đó rất đẹp và dễ thương, làm sao con có thể quán cái không đẹp và không dễ thương nơi vị đó được? Con nhìn vị đó đẹp quá, con thương quá và con không muốn cái đẹp đó mất đi. Lý tưởng của quý vị đang bừng

cháy trong quý vị và lý tưởng của con cũng đang bùng cháy trong con thì tại sao con lại dám làm cho ngọn lửa ấy tắt lịm đi bằng sự mê mờ thiếu sáng suốt của mình.

Cũng giống như một bông hoa, chính vì nó đẹp, chính vì nó tươi mát, luôn làm đẹp cho cuộc đời cho nên mình phải tôn trọng và trân quý nó. Nó phải ở đúng vị trí của nó thì nó mới đẹp và mọi người được chiêm ngưỡng. Còn nếu như thấy đẹp mà chiếm làm của riêng cho mình thì tội nghiệp quá, cái đẹp đó sẽ không còn tồn tại được nữa.

Con nghĩ cái khổ của sự nghèo đói, thiếu thốn chắc có lẽ cũng không bằng cái khổ của một người vướng vào chiếc lưới kia. Nó có thể giết chết cuộc đời mình bằng những sợi dây nhợ đan dính vào nhau và

đan luôn cả tuổi trẻ với bao nhiêu ước mơ và hy vọng, càng vùng vẫy thì càng cuốn quanh không tìm được lối thoát. Cái khổ này cũng giống như một người bị bệnh nan y, cho dù có thầy giỏi, thuốc hay cũng không thể nào chữa lành.

Con không biết trước được là sau này sẽ như thế nào, nhưng từ khi xuất gia cho đến nay, con thấy với con như vậy là đủ lắm rồi và con rất hài lòng với tình thương con đang có. Tình thương đó cũng xứng đáng để cho con đi xuất gia, để cho con vứt bỏ mọi thứ để đến với con đường này và để học được chữ thương. Thương như thế con thấy khoẻ và tự do lắm. Với tình thương này con không cảm thấy có sự sợ hãi bởi vì con thấy được sự an toàn cho con và cho đối tượng thương yêu của con. Tình thương này rất đẹp, đã đem đến

cho con sự quân bình và con cảm thấy mình đã đủ, không còn gì cần phải tìm cầu rong ruổi nữa.

Nếu học được nghệ thuật thương thì tình thương đó sẽ làm thăng hoa đời sống và trưởng dưỡng tâm bồ đề để cùng nhau thực hiện chí nguyện độ sinh và phụng sự Tam bảo.

Bức thư này được viết bởi một sư cô, nhưng bức thư này cũng có thể được viết bởi một thầy hay một sư chú. Sư chú cũng có thể viết:

Con xin thành kính tri ân Sư ông đã sinh ra những sư cô quá sức dễ thương để cho con thương với một tình thương trong sáng, tình huynh đệ. Đối với con tình thương đó linh thiêng và cao quý lắm, cho nên con không bao giờ dám làm hoen ố từ

ngày con xuất gia cho đến bây giờ. Con thấy mình được an ninh bởi sự bảo hộ của tăng thân. Nếu ở ngoài đời chắc con sẽ còn lặn độn và khổ sở lắm với cái tình thế gian đó. Thương yêu nhau mà trong đó có chất liệu của sự thực tập giới luật và uy nghi, biết tôn kính lẫn nhau thì tình thương ấy rất đẹp và đưa mình đi rất xa.

(Pháp thoại ngày 16.05.2011 (tại thiền đường Nước Tĩnh, chùa Pháp Vân, xóm Thượng)

**Giảng giải kinh Chiếc Lưới Ái Ân - Ái
Dục Phẩm, Pháp Cú Kinh- phần 6 -
Thầy Làng Mai**

Trong thiền đường ta có thể để một chiếc đồng hồ phát ra tiếng tích tắc để đại chúng có thể thở theo nhịp của đồng hồ. Thầy không sử dụng đồng hồ mấy mươi năm rồi. Nhưng từ ngày sư chú Pháp Triển và thầy chế tác ra chiếc đồng hồ “It’s now” thì thầy sử dụng lại, không hẳn để xem giờ vì mình đã biết giờ rồi (it’s now), nhưng thầy sử dụng đồng hồ để thở. Đồng hồ đánh nhịp rất đều, mình có thể nương theo tiếng đồng hồ mà không cần phải để nhiều tâm vào. Mình chỉ cần đặt khoảng 2% tâm vào tiếng chuông và 98% tâm còn lại mình dùng để quán chiếu chuyện khác, 2% đó cũng đủ để mình thực tập.

Nếu thực tập thở theo nhịp của đồng hồ, bắt đầu quý vị có thể tập theo nhịp 2-3 tức thở vào hai giây và thở ra ba giây, thường thì hơi thở ra dài hơn hơi thở vào và sau

đó không lâu thì trở thành nhịp 3-5. Bắt đầu mình có thể đi hai bước lúc thở vào và đi ba bước lúc thở ra. Mình để tâm ở dưới bàn chân, đi cho chắm đất. Khi để tâm ở dưới bàn chân thì bước chân của mình vững, mình không bay bổng lên trời, vòm trời của sự suy tưởng.

Trong khi ngồi thiền hay nằm nghỉ cũng vậy, mình theo dõi nhịp thở 2-3 thì một lúc sau mình sẽ có nhu yếu thở sâu hơn và nhịp thở sẽ trở thành 3-5. Mình có thể giúp thêm bằng cách tăng nhịp lên 2-4 và 2-5 thì tự nhiên phổi sẽ đòi tăng thêm một giây cho hơi thở vào thành nhịp 3-5. Sau nhịp 3-5 một lúc mình thử tăng lên 3-6, 3-7 và hơi thở vào sẽ tăng thành 4-6 (bốn giây cho hơi thở vào và sáu giây cho hơi thở ra). Thở như vậy rất khoẻ, mình không cần phải cố gắng mà vẫn thấy thích

thú, nếu mình cố gắng mệt nhọc thì là sai. Mình cũng có thể đi thiền hành như vậy, bốn bước cho hơi thở vào và sáu bước cho hơi thở ra. Mình thường thức từng bước chân, từng hơi thở, nó rất ngon, nhất là khi mình thực tập ngoài trời có không khí trong lành. 3-5, 3-5, 3-6, 3-6, 4-6, 4-6. 4-6 là nhịp rất hay và người nào cũng có thể đạt tới nhịp 4-6 dễ dàng.

Đừng nên hấp tấp, cứ thường thức nhịp 4-6, rồi quý vị sẽ thấy hai lá phổi của mình có khả năng làm việc giỏi hơn trước nhiều. Từ từ hơi thở sẽ có nhịp 5-8, năm giây cho hơi thở vào và tám giây cho hơi thở ra. Mình không cố gắng, mình làm rất thoải mái, thở vào mình bước đi năm bước, thở ra mình bước đi tám bước, mình rất hạnh phúc. Mình không để hết tâm tư vào con số mà chỉ để một chút tâm tư thôi

rồi tự nhiên nó tự đếm lấy mà lại đếm rất chính xác. 2% cho việc đếm và 98% để mình chú tâm vào những màu nhiệm của sự sống như trời xanh, mây trắng, tiếng gió, tiếng chim v.v... nhất là vẻ đẹp tuyệt vời của mùa Xuân. Khi nằm võng mình cũng có thể thực tập được như vậy. Nằm võng là một loại thiền gọi là thiền võng (hammock meditation) mà thầy rất thích.

Sau nhịp 5-8, từ từ mình đi tới nhịp 6-9. Khi mình thở vào sáu giây thì trong sáu giây đó mình đều có hạnh phúc và mình thở ra trong chín giây rất khoẻ. Một lúc sau mình thêm vào thành 6-10 hay 6-11 và tiếp đó mình tới nhịp 7-10, 7-11, 8-12. Khi có hạnh phúc nhịp 8-12 thì mình cứ thở tám giây cho hơi thở vào và mười hai giây cho hơi thở ra. Bây giờ lá phổi của mình làm việc khá, lượng dưỡng khí đưa

vào nhiều hơn và lượng thán khí đưa ra nhiều hơn. Điều đó rất tốt cho sức khoẻ của mình, làm cho máu của mình đỏ hơn. Và mình có thể đi tới 10-15 rất dễ dàng, chỉ sau mười phút là mình có thể đi từ nhịp 2-3 tới nhịp 10-15. Trong tư thế nằm, nằm trên võng hay nằm trên cỏ, nếu có đồng hồ để bên tai đánh nhịp thì mình thở rất dễ. Trong phòng ngủ, thầy có chiếc đồng hồ tic tacs, buổi tối thầy cứ nường vào tiếng đồng hồ để thở và cứ như vậy mà đi vào giấc ngủ. Trong khi thở mình không suy nghĩ ngày mai mình sẽ làm gì, mình hoàn toàn không suy nghĩ.

Nhịp 10-15 là nhịp ai cũng làm được dễ dàng chứ không chỉ những nhà yogi mới có thể làm được. Có khi thầy đã làm được 15-20. Mình thấy lá phổi của mình có khả năng rất lớn. Trong đời sống hàng ngày

mình chỉ sử dụng lá phổi sơ sơ, mình không sử dụng được hết khả năng của nó. Mình là nhà giàu mà không biết xài tiền cũng như ngoài vườn mình có nhiều rau mà không biết bỏ rau vào mì gói, chỉ ăn mì của Tú Uyên mà không biết ăn mì của Giáng Kiều.

Nếu trong thiền đường có đồng hồ đánh nhịp mà mọi người đều nghe được thì điều đó cũng không hại gì, nó không làm ồn. Nếu không có thì mình sử dụng đồng hồ riêng để thở và mình sẽ thấy phổi của mình càng ngày càng mạnh, nó làm việc càng ngày càng nhiều. Mình không ép nhưng nó làm việc có thích thú và khoẻ mạnh hơn. Trong khi ngồi thiền, mình thở và thấy hạnh phúc như vậy thì chuyện buồn ngủ không thể xảy ra. Khi khoẻ mình quán chiếu những vấn đề của mình

và của thế gian rất dễ dàng tại vì mình có nhiều định.

Hạnh phúc của mình đi ra từ trong tâm. Nhiều người nghĩ mình có hạnh phúc là do những điều kiện từ bên ngoài đem đến, nhờ mình có cái này hay có cái kia, mình có sự may mắn này hay có sự may mắn kia, mình không gặp tai nạn này hay không có tai nạn kia. Hạnh phúc đối với họ là có sự may mắn và không có tai nạn. Nhưng nhìn cho kỹ thì cái may mắn đó không hẳn đã là may mắn, tai nạn đó chưa hẳn đã là tai nạn. Đôi khi những cái mình gọi là tai nạn lại giúp mình lớn lên rất mau để mình có cái thấy, cái hiểu, cái thương sâu sắc hơn. Đó không phải là sự rủi ro, là tai nạn mà là một điều kiện, một may mắn. Nếu mình nghĩ là mình không có hạnh phúc thì mình phải xét lại. Đó là

một cái thấy nhưng có thể đó không phải là sự thật. Mình không có hạnh phúc là tại vì mình chứ không phải tại hoàn cảnh hay tại người kia. Nếu có tu mình có thể chấp nhận được hoàn cảnh, chấp nhận được sự vật như vậy và mình vẫn có thể có hạnh phúc trong mọi hoàn cảnh. Nói như vậy không có nghĩa là mình thụ động, mình không cố gắng làm để thay thế và đi tới. Mình vẫn làm, mình vẫn thiết kế cho tương lai, vẫn lo chuyện này chuyện kia; nhưng không hẳn có cái đó mình mới có hạnh phúc. Có cái đó thì tốt mà không có cái đó mình vẫn hạnh phúc như thường. Phải tự thách thức mình như vậy.

Ví dụ mình đang đợi Visa để qua nước ngoài tu học thêm với tăng thân. Và mình nghĩ rằng, khi nào có Visa và qua được bên đó thì mình mới có hạnh phúc. Nhưng

Sự việc có thể xảy ra hoàn toàn ngược lại, mình chờ đợi để qua được nước ngoài nhưng sau đó mình thất vọng. Mình thấy mình ngu quá, đang ở an lành bên nhà tự nhiên qua đây làm chi cho khổ. Là một người thực tập giỏi thì khi nộp đơn xin Visa mình nói: nếu xin được thì mình đi, nếu không được cũng chẳng sao. Có cũng hạnh phúc mà không có cũng hạnh phúc. Mình có hạnh phúc ngay trong trường hợp này, mình tìm hạnh phúc ngay trong điều kiện mình đang có. Bụt dạy: Mình có đủ điều kiện để hạnh phúc rồi nhưng tại vì mình không nhận diện được nó nên mình mới đi tìm những điều kiện hạnh phúc mới.

Thầy chúng nghiệm được sự thật là hạnh phúc từ trong tâm ra mà không phải tới từ bên ngoài. Đối với người tu, hạnh phúc

nằm ở niềm tin của mình. Mình có niềm tin, có một con đường, mình có ước nguyện làm gì đó để cho đời bớt khổ, mà hề có nguyện là có năng lượng. Đức Địa Tạng tượng trưng cho đại nguyện, có nguyện trong người thì đời mình mới có ý nghĩa. Phải có một sự thích thú nào đó, sự thích thú đó được biểu hiện bằng hành động trong đời sống hàng ngày gọi là hạnh. Đó là *tín, nguyện và hạnh*.

Mỗi ngày, làm những công việc có thể thỏa mãn được cái nguyện sẽ đem lại cho mình rất nhiều hạnh phúc. Xây dựng tăng thân, xây dựng tình anh chị em, giúp đỡ những người xung quanh là chuyện mình có thể làm trong đời sống hàng ngày. Làm ngay trong ngày hôm nay, đừng đợi tới ngày mai tại vì ngay trong ngày hôm nay mình đã có khả năng làm được rồi. Suy

nghĩ như vậy có thể đem lại rất nhiều hạnh phúc, đó là chánh tư duy. Mình suy nghĩ với tình thương, với sự hiểu biết, chấp nhận; mình không suy nghĩ với sự bực bội và trách móc. Chỉ suy nghĩ đúng đắn thôi đã đem tới hạnh phúc rồi. Lời nói của mình có từ bi, có hiểu biết thì trong lòng mình khỏe nhẹ. Viết một lá thư hay nói một câu trong điện thoại diễn bày được cái hiểu, cái thương, cái chấp nhận đã đem lại cho mình và cho người kia rất nhiều hạnh phúc. Chuyện đó không phải đợi đến ngày mai, hôm nay mình cũng đã làm được.

Mình làm một việc đơn giản như: nấu cơm, cắt cỏ, lật rau cho chúng, hay hướng dẫn một sư em cách tu tập hoặc giải tỏa những khó khăn cho một sư chị sư em thì tất cả những điều ấy mình đều có thể làm

được ngay ngày hôm nay. Tại vì mình có tín, có nguyện nên mình phải bộc lộ ra bằng hành và hành động đó đem lại rất nhiều hạnh phúc cho mình và cho những người xung quanh. Mình phải tìm hạnh phúc ngay trong hành, đừng ngồi đó mà chờ đợi ngày mai. Người anh hùng không phải là người ôm bom cảm tử mà là người làm được những chuyện như vậy ngay ngày hôm nay.

Nếu trong quá khứ mình đã có những lỗi lầm, vụng dại thì mình phải dùng tín, nguyện và hạnh của mình để chuyển hóa ngay trong ngày hôm nay. Ai mà không có những đại đột, lầm lỗi. Nhưng người tu phải thấy những lầm lỗi đó không có lợi cho lý tưởng, cho đời tu của mình. Mình phải thức tỉnh và mình muốn chấm dứt chúng. Mình nên phát lộ với thầy: “Bạch

Thầy, con đã làm chuyện không đáng làm“. Và thầy chấp nhận cho mình. Thầy chấp nhận cho mình tại vì thầy tin vào mình, tin vào khả năng làm mới của mình. Niềm tin đó rất đẹp, tình thầy trò vẫn còn tại vì thầy còn tin ở đệ tử và đệ tử còn tin ở thầy. Khi đệ tử không còn tin ở thầy và thầy không còn tin ở đệ tử thì làm sao có hạnh phúc nữa? Khi mình lên phát lộ với thầy và thầy chứng minh cho mình tức là thầy tin mình có thể làm được. Niềm tin đó làm cho mình có hạnh phúc và làm cho thầy có hạnh phúc. Nếu mình không giữ cái nguyện của mình, nếu mình không thực hiện cái hạnh của mình thì niềm tin đó sẽ tan biến. Niềm tin bị sói mòn thì mình mất hạnh phúc và thầy cũng mất hạnh phúc.

Mình đã hứa với thầy mình sẽ chuyển hóa, mình sẽ không làm chuyện đó nữa mà mình không tôn trọng lời hứa thì niềm tin bị sói mòn nơi thầy và nơi chính bản thân mình. Tình thầy trò không còn vững chãi như ngày xưa. Mình phải làm thế nào để niềm tin đừng bị đổ vỡ tại vì niềm tin đổ vỡ thì mình đánh mất lý tưởng. Sự liên hệ giữa mình với thầy nằm ở chỗ hai thầy trò cùng đi một hướng và mình có cam kết với nhau là chỉ đi về hướng đó thôi. Chừng nào hai thầy trò còn cùng đi về một hướng thì hạnh phúc vẫn còn tại vì niềm tin vẫn còn. Nếu mình không giữ lời hứa sau khi đã phát lộ thì trong tâm mình sự đổ vỡ sẽ xảy ra và mình không còn hạnh phúc.

Bài kệ 24

Nhược giác nhất thiết pháp 若覺一切
法

Năng bất trước chư Pháp 能不著諸
法

Nhất thiết ái ý giải 一切愛意解

Thị vi thông thánh ý 是為通聖意

Thấy và hiểu được tự tánh các pháp, không còn bị vướng vào một pháp nào, biết cách gỡ ra mọi sợi dây ái dục trong tâm ý, như thế là đã nắm được ý chỉ của Bụt.

Nhược giác nhất thiết pháp: Nếu giác ngộ được bản tính của tất cả các pháp.

Năng bất trước chư pháp: và có khả năng không bị dính vào các pháp. *Bất trước* là không bị kẹt vào. Sở dĩ mình bị kẹt vào là tại vì mình chưa hiểu nó, mình chưa thấy được chân tướng của nó. Nếu

hiểu được chân tướng của nó thì mình sẽ không bị kẹt vào nó. Nó có trở thành một cái bẫy hay một nhà tù hay không là do mình có thấy được nó hay không? Chúng ta thấy rất rõ: Sự giải phóng, sự cứu chuộc không phải do ân huệ của một vị thần linh ban tới mà do trí tuệ của mình.

Giác là trí tuệ, là sự tỉnh thức (enlightenment). Thấy được chân tướng của đối tượng đó, mình sẽ không trở thành nô lệ của nó. Mình không trở thành nạn nhân của nó và nó không trở thành tù ngục của mình.

Nếu thấy được bản chất của tất cả các pháp thì sẽ có khả năng không bị dính vào những pháp ấy.

Nhất thiết ái ý giải: Ái ý là dục ý, là tâm ái dục, tâm ham muốn của mình. *Giải* là

cởi ra. Chữ giải cũng có nghĩa là hiểu, nhưng ở đây có nghĩa là thoát ra. Tất cả dục ý đều được cởi bỏ. Ái ý là một sợi dây, trong truyện Kiều có câu: “Lại mang lấy một chữ tình. Khăng khăng mình buộc lấy mình vào trong”. Giải là cởi trói, cởi bỏ sợi dây ái ý.

Thị vi thông thánh ý: Như thế là đã hiểu được lời dạy của Đức Thế Tôn. *Thánh* là bậc thánh nhân, là Đức Thế Tôn. *Thông* là hiểu được.

Bài kệ 25

Chúng thí Kinh thí thắng 眾施經施勝

Chúng vị Đạo vị thắng 眾味道味勝

Chúng lạc Pháp lạc thắng 眾樂法樂勝

Ái tận thắng chúng khổ 愛盡勝眾苦

Trong các thứ hiến tặng, hiến tặng chánh pháp là quý hơn cả. Trong các mùi hương, hương đạo đức là thơm tho hơn hết. Trong các thứ hạnh phúc, hạnh phúc được sống trong chánh pháp là hạnh phúc lớn nhất. Không có phương pháp nào chiến thắng được khổ đau một cách tận cùng bằng sự thực tập dứt trừ ái dục.

Chúng thí Kinh thí thắng: Chữ 施 còn được đọc là thi, thi có nghĩa là làm (thi hành). Nhưng chữ 施 ở đây được đọc là thí tức là hiến tặng. Trong các loại hiến tặng, hiến tặng kinh là tốt quý hơn hết. Chữ *Kinh* không có nghĩa là cuốn kinh mà thôi mà còn có nghĩa là giáo pháp, giáo pháp của Bụt dạy. Chỉ cho người thoát ra khỏi tình trạng hệ lụy gọi là pháp thí.

Có ba loại bố thí: tài thí, pháp thí và vô úy thí. Tài thí là cho tiền bạc, cơm ăn áo mặc

đề bớt nghèo khổ. Pháp thí là cho một con đường để thoát khỏi tình huống bế tắc, khổ đau. Trong ba loại hiến tặng thì pháp thí là quý hơn cả. *Thắng* là thù thắng.

Chủng vị Đạo vị thắng: Trong các loại vị ngon ngọt thì hương vị của đạo đức là ngon ngọt hơn hết.

Chủng lạc Pháp lạc thắng: Trong tất cả các niềm vui, niềm vui của sự thực tập giáo pháp là lớn hơn cả. Được có cơ hội để thực tập giáo pháp với những người bạn tu của mình là một niềm vui rất lớn mà mình lại đi bỏ niềm vui đó (pháp lạc, dharma-sukha) thì rất uổng. Trong các thứ hạnh phúc, hạnh phúc thực tập chánh pháp là hạnh phúc lớn nhất. Theo nguyên tắc, mình là người hạnh phúc nhất trên đời tại vì mình đang có pháp lạc.

Ái tận thắng chúng khổ: Chúng khổ là tất cả mọi khổ não. Muốn vượt thắng được mọi khổ não, phương pháp hay nhất là chấm dứt ái nhiễm tại vì ái nhiễm đem tới khổ đau nhiều nhất. Chấm dứt ái nhiễm là phương pháp diệt trừ khổ đau hay nhất.

Ở đây đưa ra ba ví dụ (bồ thí, hương vị và giáo pháp) để kết luận rằng trong những phương pháp diệt khổ thì chấm dứt ái dục là phương pháp hay nhất.

Bài kệ 26

Ngu dĩ tham tự phược 愚以貪自縛

Bất cầu độ bỉ ngạn 不求度彼岸

Tham vi bại xứ cố 貪為敗處故

Hại nhân diệc tự hại 害人亦自害

Người u mê thường lấy sợi dây tham dục để tự trói mình, người ấy chưa có ước

mong vượt sang bờ bên kia. Tham dục gây bại hoại, đem lại tai họa cho mình và cho kẻ khác.

Ngu dĩ tham tự phược: *Tham* là tham dục. *Tự phược* là tự trói mình. *Giải* là mở trói. Người u mê (không thông minh) thường lấy sợi dây tham dục để tự trói mình.

Bất cầu độ bỉ ngạn: Không có sự mong ước đi qua bờ bên kia. Bờ bên kia là bờ của an vui, của tự do, của thanh thoi. Nhưng người này không có tư niệm thực đó, rất là tội nghiệp.

Người tu phải bắt đầu bằng ý nguyện muốn vượt thoát bờ bên này để đi sang bờ bên kia. Ước nguyện đó rất quý, vì không có chí nguyện thì đời đời kiếp kiếp mình sẽ ở trong trầm luân khổ ải. Người không

có trí tuệ lấy sợi dây tham dục để tự trói mình và không có nhu yếu đi sang bờ bên kia. “Cho tôi suốt đời được làm một tên nô lệ“, đó là ý muốn của người đó, người đó không muốn có tự do. Là người xuất gia, mình nói ngược lại: “Tôi chỉ muốn một cái, đó là tự do!“

Tham dục vi xứ cố: Tham dục đưa mình tới hoàn cảnh bại hoại.

Hại nhân diệt tự hại: Tham dục làm hại cuộc đời của mình và làm hư cả cuộc đời của người khác. Khi bị vướng vào sợi dây tham dục thì mình gây khổ đau cho người khác, mình lạm dụng tình dục của trẻ em, mình lạm dụng tình dục của người lớn, mình làm tan nát gia đình và cuộc sống của họ, đồng thời mình cũng làm tan nát cuộc đời của chính mình.

Bài kệ 27

Ái dục ý vi điền 愛欲意為田

Dâm oán si vi chủng 姪怨癡為種

Cố thí độ thế giả 故施度世者

Đắc phước vô hữu lượng 得福無有量

Tâm tham dục là ruộng đất, tham sân si là hạt giống, đối với người có khả năng bố thí và độ đời thì những phước đức thu hoạch được không thể đo lường.

Ái dục ý vi điền: *Điền là ruộng.* Tâm ái dục là một thửa ruộng mà...

Dâm oán si vi chủng: trong thửa ruộng đó mình gieo hạt giống tham, sân và si. *Chủng* là hạt giống. *Dâm* là tham dục, *oán* là sự giận hờn, *si* là sự u mê. Ái dục, oán

hòn, si mê, ba loại hạt giống đó mình đã gieo vào trong miếng đất của tâm ý.

Cố độ thí độ giả: Cho nên những người biết thực tập bố thí và độ đời thì...

Đắc phước vô hữu lượng: phước đức không thể nào đong đực. *Đắc phước* là phước đức thu hoạch được.

Trong bản tiếng Pali phước là thu hoạch lớn (maha-phala), great harvest. Phala là hoa trái. Những người biết thực tập bố thí và độ đời thì gặt hái được những hoa trái không thể đo lường.

Chúng ta có thể tập hợp hai bài kệ 26 và 27 thành một bài kệ cho sát với bài kệ thứ 356 trong Dhammapada tạng Pali:

Ngu dĩ tham tỵ phước 愚以貪自縛
Bất cầu độ bỉ ngạn 不求度彼岸

Ái dục ý vi điền 愛欲意為田
 Dâm oán si vi chủng 姪怨癡為種
 Tham vi bại xứ cô 貪為敗處故
 Hại nhân diệc tự hại 害人亦自害
 Cố thí độ thế giả 故施度世者
 Đắc phước vô hữu lượng 得福無有量

Người u mê thường lấy sợi dây tham dục để tự trói mình, người ấy chưa có ước mong vượt sang bờ bên kia. Tâm tham dục là ruộng đất, tham sân si là hạt giống. Cái tham dục đó gây bại hoại cho mình và cho người khác. Trái lại, đối với người có khả năng bố thí và độ đời thì những phước đức thu hoạch được không thể đo lường.

Bài kệ 28

Bạn thiếu nhi hóa đa 伴少而貨多
 Thương nhân truật dịch cụ 商人怵惕
 Thị dục tặc hại mạng 嗜欲賊害命
 Cổ tuệ bất tham dục 故慧不貪欲

Người đồng hành thì ít, hàng hóa chuyên chở thì nhiều, kẻ thương nhân lâm vào trạng thái lo lắng, kinh sợ. Biết rằng cái đam mê dục lạc là tên giặc có thể làm tổn hại thân mạng của mình, bậc trí giả không còn chạy theo tham dục.

Bạn thiếu nhi hóa đa: *Bạn là người đồng hành. Người đồng hành thì ít mà hàng hóa thì nhiều. Đây là những người đi buôn đi qua những khu rừng vắng hay những sa mạc rất nguy hiểm. Họ có thể bị cướp và mất mạng như chơi.*

Đi buôn rất nguy hiểm! Nếu mình chở hàng hóa nhiều mà số lượng người cùng đi với mình ít thì có thể bị cướp chặn đường lấy hàng hóa và giết mình.

Thương nhân truật dịch cụ: *Thương nhân* là người đi buôn. *Truật* là sợ hãi. *Dịch* là kinh hoàng. *Cụ* là sợ.

Hàng hóa thì nhiều mà người đồng hành thì ít, người thương nhân lâm vào hoàn cảnh hoảng sợ, kinh hoàng.

Thị dục tặc hại mạng: *Thị* là ham thích, tham đắm. Ham thích ái dục là những tên cướp làm hại tính mạng của mình. Đó là những tên cướp chặn đường lấy đồ và giết hại thương gia cho nên mình phải sợ những tên giặc đó. Những tên giặc đó là ai? Những tên giặc đó, tên của nó là ái

dục. Sự ham thích ái dục là những tên giặc chặn đường ám hại mình.

Cố tuệ bất tham dục: Cho nên những người có tuệ giác không vướng vào tham dục.

Trong bản tiếng Pali nói: Mình sợ hãi giống như một con thỏ sợ bị người ta bắt.

(Đây là bài Pháp thoại ngày 20.05.2010 tại thiền đường Hội Ngàn Sao, chùa Cam Lộ, xóm Hạ)

(Nguồn: Làng Mai)