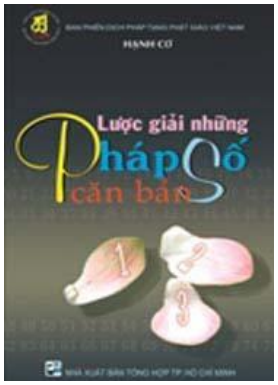
BAN BẢO TRỢ
PHIÊN DỊCH PHÁP TẠNG VIỆT NAM
PL. 2552 (2008)
LƯỢC GIẢI

NHỮNG PHÁP SỐ CĂN BẢN



Hạnh Cơ
---o0o---
Nguồn
http://www.quangduc.com
Chuyển sang ebook 01-09-2009
Người thực hiện :
Nam Thiên - namthien@gmail.com
Link Audio Tại Website http://www.phatphaponline.org

Mục Lục

LỜI THƯA NHÂN KÌ TÁI BẢN
LỜI GIỚI THIỆU
LỜI NÓI ĐẦU
LƯỢC GIẢI NHỮNG PHÁP SỐ CĂN BẢN
SỐ 01
MỘT CON ĐƯỜNG (hay MỘT CỖ XE)
MỘT LÀ TẤT CẢ, TẤT CẢ LÀ MỘT
MỘT NIỆM BA NGÀN
MỘT TÂM BA PHÉP QUÁN
Số 02
HAI CÁI THẤY CỰC ĐOAN (nhị kiến)
HAI CHƯỚNG NGẠI (nhị chướng)
HAI CON ĐƯỜNG (hay HAI CỖ XE) (nhị thừa)
HAI LẬU (nhị lậu)

HAI LOẠI HẠT GIỐNG (nhị chủng chủng tử)
HAI LOẠI NGHIỆP (nhị nghiệp)
HAI NGHIỆP BÁO (nhị báo)
HAI SỰ THẬT (nhị đế)
HAI VÔ NGÃ (nhị vô ngã)
HAI VÔ THƯỜNG (nhị vô thường)

Số 03

BA CẢM THỌ (tam thọ)
BA CẢNH (tam cảnh)
BA CÕI (tam giới)
BA CON DẤU (tam ấn - tam pháp ấn)
BA CON ĐƯỜNG (hay BA CỖ XE) (tam thừa)
BA HÌNH THÁI NHẬN THỨC (tam lượng)
BA MÔN HỌC GIẢI THOÁT (tam học - tam vô lậu học)
BA NỌC ĐỘC (tam độc)
BA NGHIỆP (tam nghiệp)
BA NGÔI BÁU (Tam Bảo)
BA NƠI QUAY VỀ NƯƠNG TỰA (tam qui - tam qui y)
BA PHÉP QUÁN (tam quán)
BA THÂN (tam thân)
BA TÍNH (tam tánh)
BA TỰ TÍNH (tam tự tính)
BA VÔ TÍNH (tam vô tính)

Số 04

BỐN CÁCH THU PHỤC (tứ nhiếp pháp)
BỐN ĐIỀU KIỆN (tứ duyên)
BỐN LĨNH VỰC QUÁN NIỆM (tứ niệm xứ - tứ niệm trú)
BỐN LOÀI (tứ sanh)
BỐN LỜI NGUYỆN LỚN
BỐN MỆNH ĐỀ (tứ cú)
BỐN NGUYÊN TỐ (tứ đại)
BỐN ƠN (tứ ân - tứ trọng ân)
BỐN PHÉP NHƯ Ý (tứ như ý túc - tứ thần túc)
BỐN PHIỀN NÃO (tứ phiền não - tứ hoặc)
BỐN SỰ Y CỨ (tứ y)
BỐN TẤM LÒNG RỘNG LỚN (tứ vô lượng tâm)
BỐN TRÍ TUỆ (tứ trí)
BỐN LOÀI (tứ sanh)
BỐN LOẠI THỨC ĂN (tứ thực)

Số 05

NĂM CÁI THẤY SAI LẠC (ngũ kiến - ngũ ác kiến)
NĂM DỤC VỌNG (ngũ dục)
NĂM KHẢ NĂNG và NĂM SỨC MẠNH (ngũ căn, ngũ lực)
NĂM GIỚI (ngũ giới)
NĂM PHÉP QUÁN (ngũ quán)
NĂM UẨN (ngũ uẩn)

Số 06

SÁU GIÁC QUAN,SÁU ĐỐI TƯỢNG của GIÁC QUAN,Và SÁU THỨC (lục căn, lục trần, lục thức)
SÁU NẺO (lục đạo - lục thú)
SÁU NGUYÊN TẮC SỐNG CHUNG HÒA HỢP
SÁU PHÁP MÔN MẦU NHIỆM
SÁU PHÉP QUA BỜ
SÁU TÍNH CHẤT CỦA HẠT GIỐNG

Số 07

BẢY CHUYỂN THỨC
BẢY ĐIỀU KHÔNG THỂ TRÁNH KHỎI
BẢY YẾU TỐ GIÁC NGỘ
BẢY PHÁP TÀI
BẢY PHÉP BẤT THỐI
BẢY PHÉP HÒA GIẢI

Số 08

TÁM BƯỚC GIẢI THOÁT
TÁM ĐIỀU GIÁC NGỘ của BẬC ĐẠI NHÂN
TÁM KHOA GIÁO
TÁM NGỌN GIÓ
TÁM NGUYÊN TẮC HÀNH ĐỘNG CHÂN CHÍNH
TÁM THỨC
TÁM TRAI GIỚI

Số 09

CHÍN CÕI
CHÍN PHẨM HOA SEN
CHÍN PHÉP QUÁN TƯỞNG TRÊN THI THỂ

Số 10

MƯỜI BỨC TRANH CHĂN TRÂU (thập ngưu đồ - thập mục ngưu đồ)
MƯỜI DÂY RÀNG BUỘC (thập triền)
MƯỜI ĐỊA (thập địa)
MƯỜI ĐỘNG LỰC SAI KHIẾN (thập sử - thập căn bản phiền não)

MƯỜI NGUYỆN LỚN của BỒ TÁT PHỔ HIỀN (Phổ Hiền thập nguyện)
MƯỜI TÔNG PHÁI (thập tông)
MƯỜI VỊ ĐỆ TỬ LỚN CỦA PHẬT (thập đại đệ tử)
MƯỜI VIỆC THIỆN (thập thiện)

CÁC SỐ KHÁC

MƯỜI HAI KHU VỰC
MƯỜI HAI NGUYỆN LỚN
MƯỜI HAI NHÂN DUYÊN
MƯỜI TÁM KHU VỰC
BA MƯƠI BẢY PHẨM TRỢ ĐẠO
MỘT TRĂM PHÁP

---o0o---

LỜI THƯA NHÂN KÌ TÁI BẢN

Kính thưa chư Tôn Đức Tăng Ni,

Kính thưa chư vị đạo hữu,

Kính thưa chư vị độc giả,

Tập sách LƯỢC GIẢI NHỮNG PHÁP SỐ CĂN BẢN do chúng tôi biên soạn, đã được Làng Cây Phong xuất bản từ 11 năm trước. Hồi đó, khi soạn sách này, chúng tôi chỉ nhắm vào một số độc giả bạn đạo giới hạn, nên chỉ soạn ngắn gọn; nhưng sau khi quyển sách ra đời, thì nó đã được phổ biến thật rộng rãi trong mọi giới độc giả.

Riêng chư Tôn Đức Tăng Ni thì vừa tán thưởng, vừa nhắc nhở soạn giả rằng: "Khi nào tái bản thì nên bổ túc cho đầy đủ hơn, để phổ biến rộng rãi hơn."

Sách đã phát hành hết từ lâu, rất nhiều quí vị Phật tử và thiện hữu tri thức đã yêu cầu cho tái bản; nhưng thời gian qua chúng tôi còn quá bận với những soạn phẩm khác, nên việc tái bản đành phải chậm lại, mãi đến hôm nay mới thực hiện được. Lần tái bản này, chúng tôi cố gắng sửa chữa những điều cần thiết, và soạn thêm những pháp số mới để bổ túc cho quyển sách được đầy

đủ hơn; nhưng dù sao thì cũng chỉ tự mình tạm cho là "đủ", chứ sự thật thì chẳng biết bao nhiêu mới là đủ!

Chúng tôi xin chân thành tri ân chư Tôn Đức Tăng Ni và chư vị Phật tử đã quan tâm và khích lệ, khiến chúng tôi luôn luôn tinh tấn trong Phật sự.

Nam Mô Thập Phương Thường Trú Tam Bảo tác đại chứng minh

Kính cẩn,

Hạnh Cơ - Tịnh Kiên

Miền Tây Gia-nã-đại, mùa An-cư PL. 2551 (2007)

---o0o---

LỜI GIỚI THIỆU

Mười năm trước đây, nhân một khóa tu với Thầy Nhất Hạnh, tôi có duyên gặp cư sĩ Hạnh Cơ, được nghe cư sĩ giảng cho một số anh chị em về Pháp Số. Sau cư sĩ Hạnh Cơ gửi cho chúng tôi những pháp số đã viết. Ai nấy đọc đều lấy làm thích thú, ước ao rằng cư sĩ sẽ hoàn thành công việc biên soạn quý hóa đó.

Tới nay thì lòng mong ước của chúng tôi đã được toại nguyện, và tôi có được niềm vui giới thiệu tập Lược Giải Những Pháp Số Căn Bản với quý vị độc giả bốn phương. Tôi là kẻ hậu học, nên không dám có lời phê bình quyển sách này. Chỉ xin nói rằng, mỗi pháp số được tác giả trình bày một cách gọn gàng và sáng sủa, không sơ sài mà cũng không đi quá vào chi tiết.

Tôi tin chắc rằng sách sẽ giúp ích rất nhiều cho những vị muốn tìm hiểu đạo Phật và sẽ có chỗ xứng đáng trong tủ sách của mọi Phật tử. Những người muốn tu thân theo phương pháp đạo Bụt sẽ thấy các lời giải thích của Hạnh Cơ rất hữu ích cho việc tu học. Đạo Bụt không phải chỉ là một kho hiểu biết mà đích thật là trình bày cho chúng ta cách sống để đạt tới an lạc trong cuộc đời này.

Tôi xin ghi nơi đây lòng ngưỡng mộ của tôi đối với tác giả, đã dồn nhiều tâm trí thực hiện một công cuộc đòi hỏi rất nhiều hiểu biết và kiên nhẫn.

Chân Hội NGUYỄN TẤN HỒNG

(1995)

---o0o---

LỜI NÓI ĐẦU

Tại núi Linh-thứu (gần thành Vương-xá), trước khi khởi sự chuyến du hành bố giáo lần cuối cùng hướng về phương Bắc (rừng Câu-thi-na – nơi sẽ nhập niết bàn), đức Thế Tôn có dạy chư tăng về Bảy Phép Bất Thối, và Ngài kết luận: "Này các vị khất sĩ! Chừng nào mà các vị còn thực hành được bảy điều ấy, gọi là bảy phép bất thối, thì đạo pháp còn hưng thịnh và giáo đoàn không bị suy

thoái." Sau đó, tại rừng Đại-lâm (gần thành Tì-xá-li), Ngài lại dạy: "Các vị khất sĩ! Những gì mà Như-Lai đã thực chứng và đã truyền lại cho quí vị, quí vị hãy thận trọng và khéo léo mà học hỏi, giữ gìn, tu tập, chứng nghiệm, và truyền đạt lại cho những thế hệ tương lai. Nếp sống phạm hạnh cần được nối tiếp vì an lạc và hạnh phúc của mọi người và mọi loài." Rồi tại rừng Câu-thi-na, trong những phút cuối cùng của cuộc đời hóa đạo, Ngài cũng còn ân cần nhắc nhở cho vị đệ tử cuối cùng là Tu-Bạt-Đà-La: "Subhadda! Ở đâu, trong đoàn thể nào mà có sự thực hành Bát Chánh Đạo là ở đó có người đạt đạo."

Qua các lời dạy trên, chúng ta thấy rõ đức Thế Tôn đã rất quan tâm đến sự tu học, thực chứng, và thực hành giáo pháp. Chánh pháp phải được tu tập, thực chứng, thể hiện, và truyền đạt thì mới trường cửu ở thế gian. Pháp bảo không phải là những bộ Đại Tạng nằm im lìm trong các tủ kinh sách, mà chính là "nếp sống như pháp" nơi các đoàn thể tu học và nơi mỗi cá nhân của tăng đoàn và Phật tử. Bởi vậy, sự học hỏi, thực hành và truyền bá Phật pháp là việc vô cùng quan trọng của người tu học.

Chúng ta thường nghe nói, giáo pháp của Phật có đến tám vạn bốn ngàn pháp môn, bất cứ người có căn cơ, trình độ cao thấp ra sao cũng đều có pháp môn thích hợp để tu học. Lời nói ấy chỉ có nghĩa, giáo pháp của Phật luôn luôn là phương tiện hướng dẫn người tu học đạt đến thành quả cuối cùng là giác ngộ và giải thoát; chúng ta đừng hiểu lầm mà cho rằng, giáo pháp của Phật có tám vạn bốn ngàn pháp môn sai khác nhau, tách biệt nhau, độc lập với nhau. Sự thật thì Phật pháp là giáo pháp viên dung, bất cứ một pháp môn nào cũng hàm chứa trong nó những pháp môn khác; một pháp môn có mặt trong tất cả pháp môn, tất cả pháp môn có mặt trong một pháp môn. Vì vậy,

khi "chọn lựa" một pháp môn để tu học thì không có nghĩa là chúng ta chỉ ôm giữ, miệt mài, "chết sống" với pháp môn đó thôi; mà chúng ta phải thấy rằng, trong lúc thực hành một pháp môn thì đồng thời chúng ta cũng đang thực hành nhiều pháp môn liên hệ khác. Bởi thế mà trong biển Phật pháp, có những pháp môn được gọi là "PHÁP SỐ", tức là tập họp một số lượng pháp môn chi tiết có tính chất liên hệ mật thiết với nhau để làm thành một pháp môn tổng quát hơn, mục đích là giúp cho sự tu tập được nhất quán, toàn vẹn. Ví dụ: Hành động đầu tiên để trở thành một Phật tử là chúng ta phải phát nguyện quay về và nương tựa (qui y). Khi phát nguyện như vậy, chúng ta không thể nói: "Tôi chỉ qui y Phật và Pháp mà thôi, chứ không muốn qui y Tăng!"; mà phải nói: "Tôi phát nguyện qui y Tam Bảo." Đã phát nguyện quay về nương tựa thì phải quay về nương tựa với đầy đủ Ba Ngôi Báu, tại vì theo đạo lí viên dung, trong Phật đã bao gồm có Pháp và Tăng, trong Pháp đã hàm chứa Phật và Tăng, và trong Tăng cũng đã hiện hữu Phật và Pháp; không thể nào có Phật nếu không có Pháp và Tăng, cũng như không thể nào có Phật và Pháp nếu không có Tăng... Như vậy, Ba Ngôi Báu (Tam Bảo) là một pháp số.

Các pháp môn có tên bắt đầu bằng các con số như một (1), hai (2), ba (3), mười (10), v.v... đều gọi là pháp số (cũng gọi là "danh số"). Trong ba tạng kinh điển, những pháp số như vậy rất nhiều. Các pháp số chúng tôi trình bày trong sách này là các pháp môn có tính cách căn bản, không những chúng xuất hiện bàng bạc trong cùng khắp kinh luận mà còn là những pháp môn nền tảng cho công phu tu tập, là những viên gạch rắn chắc cho con đường an lạc và giải thoát. Cho nên, chúng tôi sẽ trình bày các pháp số đó trong ý hướng tu học mà không phải là một "từ điển" về pháp số. Với những pháp số này, trong ý hướng tu học, chúng ta có thể khảo cứu, học hỏi, thực hành và trao đổi; lấy ánh sáng của pháp môn soi rọi cho đời sống hằng ngày, rồi lại đem những kinh nghiệm của cuộc sống phản chiếu làm cho pháp môn càng thêm sáng tỏ. Đó cũng là cách thực hành lời dạy bảo ân cần của đức Thế Tôn trước khi Ngài nhập niết bàn.

Chúng tôi hi vọng tập sách nhỏ này sẽ giúp ích phần nào cho sự tu học của đại chúng. Chúng tôi cũng mong mỏi được các bậc cao minh tôn túc chỉ bảo cho những điều sai sót mà chúng tôi biết chắc chắn là không thể nào tránh khỏi được.

Thành phố Edmonton, Gia-nã-đại,

đầu Hạ năm Ất-Hợi, PL. 2539 (1995)

Hạnh Cơ

---o0o---

LƯỢC GIẢI NHỮNG PHÁP SỐ CĂN BẢN

Cư sĩ Hạnh Cơ biên soạn, đánh máy,và trình bày trang sách

Nữ cư sĩ Tịnh Kiên đọc và sửa chữa bản thảo

Làng Cây Phong in lần thứ nhất, Montreal, 1996

Ban Bảo Trợ Phiên dịch Pháp Tạng Việt Nam

in lần thứ hai, California, 2008

(có sửa chữa và bổ túc)

---o0o---

SỐ 01

MỘT CON ĐƯỜNG (hay MỘT CỖ XE)

(nhất thừa - Phật thừa - nhất Phật thừa)

"Con đường" (hay "cỗ xe") là chỉ cho giáo pháp (vì giáo pháp có năng lực đưa con người từ cõi vô minh đến nơi giác ngộ, cho nên lấy hình ảnh chiếc xe hay con đường làm ví dụ); "một" là chỉ có một chứ không có hai, ba, bốn, v.v... – tức là duy nhất. Vậy, "một cỗ xe" là giáo pháp duy nhất đưa đến sự chứng ngộ tuệ giác viên mãn của chư Phật.

Kinh Pháp Hoa (phẩm "Phương Tiện") nói: "Chư Phật chỉ dùng một con đường (nhất thừa) để hóa độ chúng sinh, chứ không có con đường (thừa) nào khác, dù là hai hay ba..."; hoặc: "Thật ra chỉ có một con đường duy nhất (nhất Phật thừa), nhưng chư Phật tùy căn cơ mà dùng phương tiện, dạy có ba con đường (tam thừa)."

Các kinh luận thường dùng thuật ngữ này – nhất thừa – để chỉ cho giáo pháp đại thừa.[1]

---o0o---

MỘT LÀ TẤT CẢ, TẤT CẢ LÀ MỘT

(nhất tức nhất thiết, nhất thiết tức nhất)

Có thể nói, đây là mệnh đề tóm tắt toàn bộ yếu nghĩa kinh Hoa Nghiêm. Yếu nghĩa ấy nói về sự tương quan tương duyên chằng chịt của tất cả mọi sự vật trong vũ trụ: Sự vật này tức là sự vật kia, sự vật kia tức là sự vật này; một sự vật có mặt trong tất cả mọi sự vật, tất cả mọi sự vật có mặt trong một sự vật; một sự vật tức là tất cả các sự vật, tất cả các sự vật tức là một sự vật.

Nguyên lí duyên khởi cho ta thấy rằng, một sự vật không thể tự nó có mặt, mà đã do vô số các sự vật khác, không phải là nó, hợp lại cấu thành. Một cuốn sách chẳng hạn, không phải tự nó hiện ra, nhưng đã do tất cả những cái "không phải là sách" (như giấy, mực, máy in, nhân công, những vật liệu làm ra giấy, làm ra mực, làm ra máy in, rồi những thứ đã nuôi sống thợ làm giấy, thợ làm mực, thợ in v.v..., nhiều lắm, cùng khắp vũ trụ, không kể hết được!) hợp lại làm thành. Bởi vậy, giữa cuốn sách và chiếc máy in không có gì ngăn cách; trong cuốn sách có mặt tất cả các thứ giấy, mực, máy in v.v..., và đồng thời cuốn sách cũng có mặt trong tất cả các thứ kia. Hành giả khi đã đạt được cái thấy này thì tâm ý tức khắc được giải thoát khỏi những ràng buộc, những hạn chế của ngã chấp và pháp chấp, chấm dứt khổ đau.

Kinh Hoa Nghiêm (phẩm "Công Đức của Người Mới Phát Tâm Bồ Đề") nói: "Cái thấy của vị Bồ-tát phát tâm bồ đề rộng lớn thật không có giới hạn: không có gì khác nhau giữa thế giới thô lậu và thế giới vi diệu, vì thô lậu tức là vi diệu; không có gì khác nhau giữa thế giới nhỏ và thế giới lớn, vì nhỏ tức là lớn; không có gì khác nhau giữa một thế giới và vô lượng thế giới, vì một tức là vô lượng; không có gì khác nhau giữa thế giới dơ và thế giới sạch, vì dơ tức là sạch; một thế giới nằm trong vô lượng thế giới, vô lượng thế giới nằm trong một thế giới; ..."

---o0o---

MỘT NIỆM BA NGÀN

(nhất niệm tam thiên)

Trong Phật học, thuật ngữ "một niệm" (nhất niệm) thường được dùng để chỉ một ý tưởng, một sát na, một khoảnh khắc, tức là cái khoảng thời gian ngắn nhất. "Ba ngàn" ở đây tức là ba ngàn thế giới.

"Một niệm ba ngàn" – nếu nói cho đầy đủ là "trong một niệm có đủ cả ba ngàn thế giới" – là một mệnh đề khai triển từ mệnh đề "Một là tất cả, tất cả là một" ở trên. Đó là một trong những điểm đặc sắc của giáo lí tông Thiên Thai (Trung-hoa). Vị tổ của tông này, đại sư Trí Giả (tức Trí-Khải), trong bộ luận Ma Ha Chỉ Quán, đã chia ra có 10 loại thế giới trong vũ trụ:

1. Địa-ngục: thế giới của đau khổ vô cùng.
2. Ngạ-quỉ: thế giới của đói khát và bẩn thỉu cùng cực.
3. Súc-sinh: thế giới của loài vật, của ngu si tăm tối.
4. A-tu-la: thế giới của hận thù, cuồng bạo, chém giết.
5. Người: thế giới của loài người, hạnh phúc và đau khổ đều có mặt.
6. Trời: thế giới của an vui, phước đức cao hơn loài người.
7. Thanh-văn: thế giới giải thoát do kết quả của công phu tu học theo đức Phật mà được giác ngộ.
8. Duyên-giác: thế giới giải thoát do kết quả của công phu tự mình quán chiếu thực tại mà được giác ngộ, đó là một đức Phật nhưng không giảng dạy cho kẻ khác.
9. Bồ-tát: thế giới của những vị luôn luôn đem tình thương yêu, trí hiểu biết, lòng cởi mở và chí dũng mãnh để phục vụ và giúp ích cho mọi loài, và tinh tiến tu tập mãi cho đến ngày thành Phật. Nói cách khác, đó là những vị Phật tương lai.
10. Phật: thế giới của các bậc giác ngộ và giải thoát hoàn toàn.

Giáo lí tông Thiên Thai nói rằng, mười thế giới ấy tương dung tương nhiếp lẫn nhau, mỗi thế giới đều mang trong nó cả 9 thế giới kia. Trong thế giới Người chẳng hạn, cũng có sự hiện hữu của các thế giới Địa-ngục, Ngạ-quỉ, Súc-sinh, A-tu-la, Trời, Thanh-văn, Duyên-giác, Bồ-tát và Phật. Như vậy, trong vũ trụ không phải chỉ có 10 thế giới riêng lẻ, biệt lập nhau, mà có đến (10 x 10) 100 thế giới tương quan tương duyên với nhau. Sự hiện hữu của một thế giới bao hàm sự hiện hữu của cả một trăm thế giới.

Lại nữa, tất cả 100 thế giới này đều có cùng chung 10 tính chất. Đó là 10 điều kiện tồn tại của các thế giới mà giáo lí tông Thiên Thai gọi là 10 "như"[2], gồm có:

1) tướng (hình dáng bên ngoài);
2) tánh (cá tính bên trong);
3) thể (yếu tố hình thành);
4) lực (năng lực nội tại);

5) tác (tác dụng do năng lực mà có);
6) nhân (nguyên nhân để đưa đến kết quả);
7) duyên (điều kiện giúp cho nhân kết thành quả);
8) quả (kết quả có từ nguyên nhân);
9) báo (quả báo nối tiếp do nhân, duyên và quả ở trên đem lại);
10) bổn mạt cứu cánh (từ điều kiện 1 cho đến điều kiện 9, hoàn toàn đều là "như" – tức là tất cả đều là không, vì chính không là bản thể của vạn hữu)[3].
Mỗi thế giới đều có 10 "như"; vậy 100 thế giới có (100 x 10) 1.000 "như" – cũng tức là 1.000 thế giới tương quan tương duyên với nhau.
Lại nữa, ở mỗi thế giới ấy đều có đầy đủ 3 hiện tượng của thế gian là quốc độ, chúng sinh và ngũ ấm. Vậy, trong vũ trụ không những chỉ có 10, 100, hay 1.000 thế giới, mà có đến (1.000 x 3) 3.000 thế giới tương quan tương duyên với nhau.
Cả 3.000 thế giới ấy không ra ngoài một niệm, cho nên gọi là "một niệm ba ngàn"; cũng như kinh Hoa Nghiêm nói, một niệm không những bao quát cả quá khứ, hiện tại, vị lai, mà còn bao gồm cả không gian và vật thể. Hay nói cách khác, bất cứ một niệm nào của tâm cũng bao hàm cả vũ trụ vạn hữu.

---o0o---

MỘT TÂM BA PHÉP QUÁN

(nhất tâm tam quán)

Đây cũng là một yếu nghĩa của giáo lí tông Thiên Thai. Đại sư Trí Giả đã phối hợp giáo lí "ba phép quán" (tam quán) trong kinh Anh Lạc với tư tưởng "không có ngăn cách giữa không và có" (không hữu vô ngại) của Bồ Tát Long Thọ mà lập nên giáo nghĩa "một tâm ba phép quán", là một trong những giáo lí nền tảng của tông Thiên Thai. Ba phép quán là:
1. Không: quán niệm rằng tất cả mọi hiện tượng đều nương nhau mà có, cho nên chúng không có bản chất chân thật, tất cả đều là không.
2. Giả: quán niệm rằng tất cả mọi sự vật đều biến đổi luôn luôn (vô thường), không có tính đồng nhất; tuy chúng có hiện hữu, nhưng sự hiện hữu của chúng chỉ là giả tạm, không có gì tồn tại vĩnh viễn.
3. Trung đạo: quán niệm rằng tất cả mọi hiện tượng vừa là không mà cũng vừa là giả, đồng thời, không phải là không mà cũng không phải là giả.
Ba phép quán này, nếu quán niệm một cách có thứ tự – trước hết là quán niệm về không, thứ đến là về giả, sau cùng là về trung – thì gọi là "thứ đệ tam quán"; nhưng đó không phải là chủ trương của tông Thiên Thai. Đại sư

Trí Giả của tông Thiên Thai đã phát triển ba phép quán trên đây đến chỗ viên dung, không ngăn cách, không thứ tự trước sau, vượt tất cả khái niệm: trong một phép quán gồm đủ cả ba phép quán, cho nên gọi là "nhất tâm tam quán" – hay cũng gọi là "viên dung tam quán", "bất thứ đệ tam quán", "bất khả tư nghị tam quán".

Ba phép quán trên đây là ba chân lí của tông Thiên Thai: chân lí của Không, chân lí của Giả, và chân lí của Trung đạo. Ba chân lí này không cách biệt nhau mà dung nhiếp nhau, ba trong một, một trong ba. Mỗi một trong ba đều có giá trị toàn diện. Vậy, "một tâm ba phép quán" là phép quán niệm như sau:

- Khi quán niệm về không, một cái đã là không thì tất cả cũng đều là không; cả giả và trung cũng đều không (nhất không nhất thiết không).
- Khi quán niệm về giả, một cái đã là giả thì tất cả cũng đều là giả; cả không và trung cũng đều giả (nhất giả nhất thiết giả).
- Khi quán niệm về trung, một cái đã là trung thì tất cả cũng đều là trung; cả không và giả cũng đều trung (nhất trung nhất thiết trung).

Cũng cần nói thêm, "trung" không có nghĩa là ở giữa hai, mà là ở trên, vượt cả hai; cũng có thể nói nó là cả hai. "Trung" chính là thực tướng, gồm có không tướng và giả tướng. Cả ba chân lí: không, giả và trung luôn luôn hợp nhất, dung hòa và bao hàm lẫn nhau.

---o0o---

Số 02

HAI CÁI THẤY CỰC ĐOAN (nhị kiến)

Do thiếu sáng suốt, không thấu rõ được tính duyên sinh của vạn pháp, người ta đã có hai cái thấy cực đoan, đối nghịch nhau về sự vật:

1. Thấy có (hữu kiến): Có người cho rằng tất cả mọi sự vật là có thật, cho nên sinh lòng tham đắm, tranh đoạt và giữ chặt.
2. Thấy không (không kiến): Có người cho rằng tất cả mọi sự vật đều là tạm bợ, không có thật, cho nên sinh lòng nhàm chán, xa lánh.

Ngoài cặp cực đoan "có và không" này, còn một cặp cực đoan khác:

1. Thấy thường còn (thường kiến): Có người cho rằng mọi chúng sinh đều có cái TA thường còn, vĩnh viễn. Hễ là người thì muôn kiếp vẫn là người; đã là thú thì vĩnh viễn vẫn là thú. Vì vậy, làm thiện hay làm ác cũng không có gì đáng quan tâm.
2. Thấy mất hẳn (đoạn kiến): Có người quan niệm ngược lại, cho rằng, thân tâm mọi loài qua hết một đời thì mất hẳn, không còn gì cả; không có đời sau,

không có nhân quả, không có nghiệp báo, vì vậy, làm thiện hay làm ác cũng vậy thôi.
Thật ra, thấy thường còn là vì đã thấy có, và thấy mất hẳn là vì đã thấy không; rốt cục, "thường và đoạn" đã bao hàm trong "hữu và vô".
Dù thấy có hay thấy không, thấy thường còn hay thấy mất hẳn, cũng đều là cái thấy không chân chính, không đúng sự thật. Người có tu học Phật và có thực tập thiền quán thì không bao giờ bị lạc vào cái thấy cực đoan, không sáng suốt như trên; vì vạn hữu không phải có cũng không phải không, không phải thường còn mà cũng không phải mất hẳn.
Lại nữa, nếu xét theo trình độ giác ngộ thì cái thấy có là cái thấy của người chưa tu học, trí tuệ chưa được khai mở. Trong khi đó, cái thấy không là cái thấy của người có tu học, nhưng theo con đường nhỏ (tiểu thừa), cho rằng mọi sự vật là vô thường, khổ, vô ngã, và bất tịnh. Vượt trên tất cả, đối với trí tuệ của Bồ-tát thì tất cả vạn hữu vừa là KHÔNG, vừa là CÓ. Nhưng tính chất có và không ở đây siêu việt lên trên ý nghĩa có và không thông thường. Cái không ở đây là "chân không" (vạn vật không có bản ngã chân thật chứ không phải là không hiện hữu); và cái có ở đây là cái "có mầu nhiệm" (diệu hữu – vạn vật hiện hữu và tồn tại theo nguyên lí "một trong tất cả, tất cả trong một") mà chỉ có công phu thiền quán mới đạt tới được.

---o0o---

HAI CHƯỚNG NGẠI (nhị chướng)

Đây là hai thứ luôn luôn làm trở ngại, khiến cho người tu học không thể tiến đến sự chứng ngộ trí tuệ của chư Phật.
1. Chướng ngại của phiền não (phiền não chướng). "Phiền não" là những hiện tượng tâm lí xấu, làm động cơ thúc đẩy con người gây ra vô vàn lầm lỗi về cả thân, miệng và ý. Phiền não có nhiều loại, có những loại thuộc về tình cảm, có những loại thuộc về trí thức. Lòng tham dục, sự giận hờn, những tâm trạng như buồn phiền, lo lắng, ghen tức, kiêu mạng, khinh khi v.v..., là những loại phiền não thuộc về tình cảm; sự si mê, ngu muội, trì trệ, những cái thấy biết sai lầm, những tâm niệm cố chấp, bảo thủ, thành kiến, những tư tưởng ngông cuồng, tà vọng..., là những loại phiền não thuộc về trí thức; tất cả mọi thứ, chúng làm cho con người đau khổ triền miên, không có phút giây nào tỉnh thức để tu tập đạo giác ngộ, không thể nào tiến lên được địa vị giải thoát, cho nên chúng được gọi là "phiền não chướng".
2. Chướng ngại của kiến thức (sở tri chướng). "Sở tri" là những quan điểm, những cái thấy, những hiểu biết, những khái niệm thu thập được từ sự học hỏi, đọc sách..., nói chung là những kiến thức mình có được. Những kiến thức này rất cần thiết cho người tu học để đạt đến trí tuệ, chứ chính chúng

không phải là trí tuệ. Cho nên, nếu chúng ta cứ khư khư ôm giữ lấy những kiến thức ấy và cho rằng chúng là hay nhất, chúng là chân lí; chúng ta thỏa mãn với chúng, tự thấy không cần phải học hỏi gì thêm nữa, thì tức là ta đã bị mắc kẹt vào chúng, không thể nào tiến bộ được nữa; đạo Phật gọi những kiến thức đó là "sở tri chướng" – tức là những kiến thức làm trở ngại cho tiến trình giác ngộ. Cái gì mà mình vừa biết được và liền cho đó là số một, thì lập tức con đường tiến thủ của mình bị chận lại, vì vậy, hành giả phải biết phá vỡ, vượt thoát những kiến thức đã có để có thể đi xa hơn nữa. Có như thế thì tuệ giác giác ngộ – mục tiêu sau cùng của hành giả – đến một lúc nào đó mới hiển lộ ra được.

Hai thứ chướng ngại này, có khi trạng thể rất vi tế, khó nhận thấy; chúng lại luôn luôn liên kết với nhau, giúp đỡ cho nhau để bám sát theo chúng sinh, hoặc ở trạng thái phát hiện (nổi trên mặt ý thức), hoặc ở trạng thái tiềm ẩn (chủng tử nằm sâu trong tàng thức); trong khi đó thì chúng sinh cũng mù quáng đeo đuổi theo chúng như người ngủ say để tạo ra các nghiệp xấu, ngày càng chất chồng. Vì vậy, Duy Thức Học gọi chúng (phiền não chướng và sở tri chướng) là "tùy miên".

---o0o---

HAI CON ĐƯỜNG (hay HAI CỖ XE) (nhị thừa)

Giáo pháp của Phật chỉ có một con đường duy nhất là đưa đến sự chứng ngộ trí tuệ rộng lớn của chư Phật. Nhưng vì người tiếp nhận và thực hành giáo pháp ấy có nhiều căn cơ khác nhau, cao thấp không đều, cho nên đức Phật đã tùy theo mỗi trình độ mà khai thị cho những con đường khác nhau. Đó là tính cách "khế cơ" của đạo Phật. Một cách tổng quát thì có hai con đường (hay hai cỗ xe):

1. Con đường nhỏ (hay cỗ xe nhỏ – tiểu thừa): là con đường tự độ của những vị quá nhàm chán cõi thế gian vô thường, vô ngã, đầy khổ não, chỉ muốn chóng giải thoát khỏi ba cõi, đạt được quả vị A-la-hán hay Bích-chi Phật, rồi nhập niết bàn. Khuynh hướng này về sau trở thành một trong hai hệ phái lớn của Phật giáo, – sử thường gọi là Phật giáo Tiểu-thừa – được truyền bá sang các nước phía Nam và Đông Nam Ấn độ (như Tích-lan, Miến-điện, Thái-lan, v.v...), cho nên cũng được gọi là Phật giáo Nam-tông (hay Nam-truyền).

2. Con đường lớn (hay cỗ xe lớn – đại thừa): là con đường của những vị có tình thương rộng lớn, ý chí dũng mãnh, vừa nỗ lực giúp cho chính mình đạt được an lạc giải thoát mà cũng vừa giúp đời kiến tạo hạnh phúc. Họ luôn luôn vì mọi người và mọi loài mà tu tập và thực hiện hạnh bồ-tát. Mục đích của họ là hoàn thành sự nghiệp giác ngộ toàn vẹn của chư Phật. Khuynh hướng này về sau trở thành một trong hai hệ phái lớn của Phật giáo, – sử gọi

là Phật giáo Đại-thừa – được truyền bá sang các nước phía Bắc và Đông Bắc Ấn-độ (như Nepal, Tây-tạng, Trung-hoa, v.v...), cho nên cũng được gọi là Phật giáo Bắc-tông (hay Bắc-truyền)

Ở một mặt khác, "hai con đường" (hay "hai cỗ xe) cũng còn được dùng để chỉ cho hai bậc Thanh-văn (Thanh-văn thừa) và Duyên-giác (Duyên-giác thừa). Giáo pháp căn bản của người tu học theo con đường Thanh-văn là "bốn sự thật" (tứ đế), và quả vị cuối cùng của họ là A-la-hán. Trong khi đó, những người tu học theo con đường Duyên-giác (hay Độc-giác) thì chuyên quán sát cái vòng nhân quả "mười hai nhân duyên" (thập nhị nhân duyên) mà giác ngộ được chân lí và đạt được quả vị Phật Bích-chi. Trong kinh Đại Niết Bàn (Phẩm 22), đức Phật bảo BồTát Lưu Li Quang: "Chớ nghĩ rằng, tôi nghe pháp rồi trước tự độ mình, sau sẽ độ người; trước tự giải thoát rồi sau sẽ giải thoát cho người; ... Trước phải vì người, sau mới vì mình. Nên vì đại thừa chứ không nên vì nhị thừa..." Chữ "đại thừa" ở đây đức Phật dùng để chỉ cho cỗ xe Bồ-tát; còn chữ "nhị thừa" là chỉ cho các cỗ xe Thanh-văn và Duyên-giác. Vậy theo ý nghĩa này thì cả Thanh-văn và Duyên-giác đều được gọi chung là tiểu thừa.

Tóm tắt lại, danh số "Hai Cỗ Xe" (nhị thừa) có thể dùng trong hai trường hợp: một là để chỉ cho cỗ xe nhỏ (tiểu thừa) và cỗ xe lớn (đại thừa); hai là để chỉ cho cỗ xe Thanh-văn (Thanh-văn thừa) và cỗ xe Duyên-giác (Duyên-giác thừa).

GHI CHÚ: Tiểu-thừa và Đại-thừa đã là hai thực thể đối nghịch nhau rong suốt hai ngàn năm qua trong lịch sử truyền bá và phát triển của Phật giáo. Thật ra, Tiểu-thừa hay Đại-thừa, chỉ nói lên cái tình hình chuyển biến của tư tưởng Phật giáo theo nhu cầu phát triển của trí tuệ qua các giai đoạn lịch sử mà thôi. Ngày nay, Phật giáo không phải chỉ đóng khung ở các nước Tích-lan, Miến-điện, Thái-lan, hay Tây-tạng, Việt-nam, Nhật-bản v.v... nữa, mà nó đang có mặt như ánh sáng mặt trời ở khắp năm châu bốn biển. Tinh thần tu học Phật pháp của con người hiện đại cũng không còn câu nệ vào Tiểu thừa hay Đại thừa nữa. Ở Việt-nam chẳng hạn, từ thập niên 50, Phật giáo Nam-tông đã song hành phát triển với Phật giáo Bắc-tông một cách chính thức và nhịp nhàng. Các quốc gia Tây phương gần đây đã và đang tiếp nhận nhiều dòng Phật học khác nhau đến từ Tây-tạng, Tích-lan, Trung-hoa, Đại-hàn, Việt-nam, Nhật-bản, Thái-lan v.v... Cho nên ý thức phân biệt cực đoan giữa Tiểu-thừa và Đại-thừa đã đến lúc phải được tẩy xóa khỏi tâm thức của người tu học trong thời đại ngày nay. Trong cái nhìn mới, Phật giáo không có sự mâu thuẫn quyết liệt giữa tiểu thừa và đại thừa, mà chỉ có những pháp môn hành trì khác nhau đưa đến những trình độ tu chứng khác nhau, chỉ có những sự phát tâm mạnh yếu khác nhau đưa đến những thành quả phụng sự lớn nhỏ khác nhau; vả chăng chỉ có một nền PHẬT GIÁO NGUYÊN THỈ

(chỉ cho nền Phật học tối cổ thời Phật tại thế) và một nền PHẬT GIÁO PHÁT TRIỂN (chỉ cho nền Phật học từ sau thời Phật tại thế cho đến ngày nay); mà nền Phật giáo Nguyên thỉ luôn luôn là nền tảng căn bản cho nền Phật giáo Phát triển.

---o0o---

HAI LẬU (nhị lậu)

"Lậu" nghĩa là lọt xuống, rỉ ra, rịn ra; đó là tính chất của phiền não, cho nên "lậu" cũng là một tên gọi khác của phiền não. Các pháp trên thế gian có thể chia làm hai loại: hữu lậu và vô lậu.

1. "Hữu lậu" là còn có thể lọt xuống, rơi rớt lại. Các pháp hữu lậu là các pháp còn nằm trong thế giới sinh diệt khổ đau, là những nguyên nhân làm cho còn vướng mắc trong sinh tử luân hồi.

2. "Vô lậu" là không còn lọt xuống, hay rơi rớt lại nữa. Các pháp vô lậu là các pháp trong thế giới bất sinh bất diệt, là những nguyên nhân đưa đến giải thoát, niết bàn.

Thật ra, hữu lậu và vô lậu không phải là hai pháp riêng biệt, mà chỉ là hai "tính chất" của một pháp. Khi chúng ta nhìn sự vật và thấy có sinh, có diệt, có hơn, có thua, có trắng, có đen, có dơ, có sạch v.v..., thì đó là cái thấy hữu lậu – tức là cái thấy của thế giới khổ đau, của sinh tử luân hồi; còn nếu nhìn sự vật mà thấy không có sinh diệt, không có hơn thua, không có dơ sạch v.v..., tì đó là cái thấy vô lậu – tức là cái thấy của giác ngộ, giải thoát, an lạc. Một hành động bố thí chẳng hạn, nếu chúng ta bố thí để cho có danh tiếng với đời, bố thí để cho người kia phải chịu ơn ta, bố thí để được hưởng phước báo tốt đẹp ở kiếp sau..., thì hành động bố thí đó được gọi là hữu lậu, vì tuy có phước đức – dù là phước đức ở cõi trời đi nữa, nhưng vẫn là thứ phước đức nằm trong sinh tử luân hồi. Mặt khác, cũng thì hành động bố thí như vậy, nhưng khi bố thí, tâm chúng ta không vì mong cầu gì cả, không vì danh tiếng, không vì được đền ơn, không vì phước báo..., bố thí là vì bố thí, bố thí một cách vô tâm, thì hành động bố thí đó được gọi là vô lậu – nó không làm cho ta bị vướng mắc, nó đưa ta tới tự do, giải thoát, không rơi rớt lại trong vòng sinh tử luân hồi.

---o0o---

HAI LOẠI HẠT GIỐNG (nhị chủng chủng tử)

Tàng thức của chúng ta chứa đựng mọi loại hạt giống của thế gian. Tất cả những hạt giống ấy có thể chia làm hai loại:

1. Hạt giống sẵn có (bản hữu chủng tử), là những loại hạt giống vốn có gốc rễ sẵn từ đời vô thỉ. Ngay sau khi thành đạo, đức Phật liền nói: "Lạ thay! Tất

cả mọi chúng sinh đều có sẵn khả năng giác ngộ, hạnh phúc và an lạc, nhưng họ không biết, cứ để mình trôi lăn trong chốn khổ đau từ kiếp này sang kiếp khác!" Vậy, giác tánh là một trong vô số hạt giống đã có sẵn trong chúng ta từ vô thỉ.

2. Hạt giống trao truyền (tân huân chủng tử), là những loại hạt giống được nhận được do sự trao truyền từ ông bà tổ tiên nhiều đời, từ cha mẹ, dòng họ, từ bạn bè, học đường, xã hội, từ sách vở, phim ảnh v.v...

Sự phân biệt có hai loại hạt giống như trên chỉ là nhằm giúp ta dễ hiểu, dễ nhận thấy theo sự hiểu biết thông thường, và nhất là để tu tập trong những bước bắt đầu; sự thật thì bất cứ loại hạt giống nào chứa đựng trong tàng thức cũng sẵn có gốc rễ từ vô thỉ.

---o0o---

HAI LOẠI NGHIỆP (nhị nghiệp)

Có nhiều pháp số về "nhị nghiệp":

A. Dẫn nghiệp và Mãn nghiệp.

1. "Dẫn nghiệp", là hành động đưa đẩy chúng sinh đi đến một phương hướng nào đó – tức là sẽ sinh ra ở một loài nào đó trong các loài chúng sinh (Địa-ngục, Ngạ-quỉ, Súc-sinh v.v...). Khi một chúng sinh sinh vào loài Người chẳng hạn, thì chúng sinh ấy phải mang lấy thân thể, hình dáng, các giác quan, tâm ý, cách thức sinh hoạt, đi đứng, nằm ngồi, ăn uống, ngủ nghỉ v.v... giống như bao nhiêu chúng sinh khác của loài Người; vì vậy, "dẫn nghiệp" cũng còn được gọi là "tổng báo nghiệp".

2. "Mãn nghiệp", là hành động tự làm cho chính nó trở nên đầy đặn, chín muồi trong hướng đi tới của nó. Đã đành là khi sinh ra làm Người thì chúng sinh đó phải mang lấy thân thể, hình dáng v.v... của chung loài Người, nhưng trong cái thế giới loài Người đó, có người giống nam, có người giống nữ, có người xinh đẹp, có người xấu xí, có người thông minh, có người ngu dốt, có người hiền lành, có người ác độc, có người dễ thương, có người khó thương v.v..., có thể nói là "chẳng ai giống ai", đó là cái kết quả của "mãn nghiệp", và vì vậy, nó cũng còn được gọi là "biệt báo nghiệp".

B. Cộng nghiệp và Biệt nghiệp

1. "Cộng nghiệp" là do tạo những nghiệp nhân giống nhau mà nhiều chúng sinh sẽ sinh ra và cùng sống chung trong một hoàn cảnh (quả báo) giống nhau: những người cùng sinh ra trong một gia đình thì cùng thụ hưởng, chia xẻ nếp sống chung của gia đình ấy; một quốc gia đang ở trong tình trạng chiến tranh thì tất cả nhân dân trong quốc gia ấy đều phải chịu chung những bất hạnh, những tang tóc, những khổ đau cùng cực do chiến tranh gây ra;

dân chúng ở những nước tân tiến thì sẽ hưởng được những tiện nghi vật chất đầy đủ hơn dân chúng ở những nước bán khai; v.v...
2. "Biệt nghiệp" là mỗi chúng sinh phải nhận chịu nghiệp báo riêng của mình khi đang cùng sống chung với những chúng sinh khác trong cộng nghiệp như vừa nói trên. Do đã tạo những nghiệp nhân khác nhau mà những người dân của một nước đang trong thời kì chiến tranh, có người thì giàu sang nhờ chiến tranh, có người thì tán gia bại sản vì chiến tranh; có người thì phải vào sinh ra tử không trốn thoát được, nhưng cũng có người cứ ngày ngày ăn chơi phè phỡn như ở một nơi thanh bình; có người thì suốt đời lăn lóc trong trận mạc mà vẫn sống khỏe mạnh, nhưng cũng có người vừa đụng trận lần đầu đã mạng vong; có nhiều gia đình mà mọi người đã bị hi sinh hết trong chiến tranh, nhưng cũng có nhiều gia đình được an toàn ttrách nhiệm vẹn; v.v...

C. Định nghiệp và Bất định nghiệp
1. "Định nghiệp" là những nghiệp nhân chắc chắn phải đưa tới quả báo.
2. "Bất định nghiệp" là những nghiệp nhân không nhất định phải đưa tới quả báo. Trường hợp một ý niệm vừa khởi lên liền bị dập tắt ngay – tức là bị cho chìm xuống đáy tàng thức ngay – và từ đó, ý niệm ấy không bao giờ được có dịp hiện hành (tái xuất hiện trên mặt ý thức) nữa, có thể vì nó đã bị các chủng tử khác lấn áp làm cho tiêu hao, hoặc nó có thể đã bị chuyển hóa hoàn toàn, thì cái ý niệm ấy (nghiệp nhân) sẽ không đưa tới một quả báo nào cả.

D. Thiện nghiệp và Ác nghiệp1. "Thiện nghiệp" là những hành động mang tính chất từ bi, trí tuệ, sẽ đưa đến an lạc, giải thoát, giác ngộ.
2. "Ác nghiệp" là những hành động phát xuất từ tham dục, sân hận, mê muội, sẽ đưa đến sinh tử luân hồi.

---o0o---

HAI NGHIỆP BÁO (nhị báo)

"Nghiệp báo" hay "nghiệp quả" là kết quả của các hành động (nghiệp nhân) mà chúng sinh đã tạo ra; có hai loại:
1. Chánh báo, tức là kết quả chính của nghiệp, gồm có một thân thể và tất cả các hiện tượng tâm sinh lí được phát hiện trong thân thể đó.
2. Y báo, tức là hoàn cảnh, môi trường trong đó chánh báo đang sống, gồm có gia đình và những điều kiện thiên nhiên, chính trị, xã hội, kinh tế, văn hóa, v.v...

---o0o---

HAI SỰ THẬT (nhị đế)

1. Sự thật tương đối (tục đế), tức là sự thật do phân biệt, khái niệm mà có.
2. Sự thật tuyệt đối (chân đế), tức là sự thật siêu việt khỏi khái niệm, sự thật được nhìn thấy từ bản tính không phân biệt.

"Hai sự thật" là một phương pháp về nhận thức của tông Tam Luận, nhằm đả phá lối nhận thức thực tại bằng khái niệm, bằng ý thức phân biệt, so sánh, đối đãi; bởi vì nhận thức theo kiểu đó thì không thể nào nhìn thấy được bản tính chân thực của thực tại. Như vậy, theo phương pháp này của tông Tam Luận thì sự thật tương đối bao giờ cũng phải bị phủ nhận, phá đổ, cho đến khi hành giả đạt được sự thật tuyệt đối, tức là sự chứng ngộ về bản chất chân thật của thực tại bằng con đường trung dung – tức là siêu việt khỏi khái niệm. Phương pháp ấy như sau:

1.

a) Tất cả mọi người đều cho rằng mọi sự vật trước mắt đều có thật. ("Có thật" là sự thật tương đối.)

b) Nhưng hành giả thấy rằng, mọi sự vật tuy là có, nhưng đều do nhân duyên hòa hợp mà có, chứ tự chúng không có bản tính chân thật – tức là "không". ("Không có bản tính chân thật" là sự thật tuyệt đối.)

2. Nhưng, nếu cái thấy "không" của hành giả lại trở thành một khái niệm "không" để đối lập với khái niệm "có", thì:

a) Cả "có" và "không" là sự thật tương đối. Cái thấy nhị nguyên này phải bị phá đổ để tiến tới sự thật tuyệt đối – tức là thấy rằng:

b) Mọi sự vật là "không phải có cũng không phải không" – "có" và "không" vốn chỉ là hai mặt của cùng một thực tại.

3. Nếu cái thấy "không phải có cũng không phải không" lại trở thành một khái niệm để đối lập với khái niệm "có - không" thì:

a) Cả "có - không" và "không phải có cũng không phải không" đều trở thành sự thật tương đối, phải bị đả phá để tiến tới cái thấy:

b) Mọi sự vật là "không phải không phải có, cũng không phải không phải không", là sự thật tuyệt đối.

4. Lại nữa, nếu cái thấy "không phải không phải có, cũng không phải không phải không" vừa rồi lại bị khái niệm hóa, thì:

a) Cả "có - không, không phải có cũng không phải không" và "không phải không phải có cũng không phải không phải không" đều trở thành sự thật tương đối, phải bị phủ nhận để hành giả tiến tới cái thấy:

b) Mọi sự vật "không phải là không phải chẳng có, cũng không phải là không phải chẳng không", là sự thật tuyệt đối.

5. (...)

Sự phủ nhận như trên sẽ dần dần đưa đến chỗ không thể dùng lời nói để diễn đạt, không thể dùng trí năng để suy nghĩ, tức là hoàn toàn siêu việt khỏi mọi

khái niệm, mọi vọng tưởng phân biệt để thấy rõ được chân diện mục của thực tại. Tông Hoa Nghiêm gọi phương pháp nhận thức trên đây là "bốn lớp của hai sự thật" (tứ trùng nhị đế), mục đích là để phá trừ mọi chấp trước và hiển thị con đường trung dung.

---o0o---

HAI VÔ NGÃ (nhị vô ngã)

"Vô ngã" là không có một bản ngã tồn tại. Đó là một ý niệm mà đức Phật đã phương tiện nói ra để phá bỏ cái ý niệm sai lầm là "có một bản ngã tồn tại" (ngã) mà mọi người đều chấp chặt. Có hai thứ vô ngã:

1. Con người là vô ngã (nhân vô ngã). Ý niệm này nói rằng, con người do năm uẩn hợp lại mà thành, không có một bản ngã chân thực tồn tại. Khi năm uẩn tan rã thì con người cũng không còn nữa. Ý niệm này nếu được thực tập bằng thiền quán thì hành giả có thể diệt trừ được "phiền não chướng".
2. Sự vật là vô ngã (pháp vô ngã). Ý niệm này nói rằng, mọi sự vật trong vũ trụ đều do nhân duyên hòa hợp và nương nhau mà có, chứ tự nó không có bản ngã tồn tại. Khi nhân duyên tan rã thì sự vật cũng tan rã. Ý niệm này nếu được thực tập bằng thiền quán thì hành giả có thể diệt trừ được "sở tri chướng".

Kinh Niết Bàn nói: "Tất cả sự vật đều không có bản ngã và cũng không có gì là sở hữu của bản ngã. Hành giả tu tập được phép quán niệm này thì dứt trừ được tính ngã mạn, chứng được niệt bàn."

Thực ra, "vô ngã" chỉ là một khái niệm mà đức Phật đưa ra để đả phá tâm "chấp ngã" của con người, chứ không phải đó là mục đích cuối cùng để cho người tu học đạt tới. Nói cách khác, "vô ngã" chỉ là một phương tiện giúp cho hành giả khai mở tuệ giác. Kinh Niết Bàn nói: "Người trí nên biết, Như Lai vì người chấp ngã mà nói phép quán vô ngã, và muốn cho các tì kheo tu tập phép quán vô ngã."

Vì "vô ngã" chỉ là một khái niệm cho nên nó chỉ có giá trị như một trợ lực cho công phu thiền tập, và rồi nó phải bị phá bỏ thì tuệ giác mới tỏ lộ ra được. Nếu nó không bị phá bỏ thì sẽ trở thành một thứ "sở tri chướng". Trong kinh Niết Bàn, Phật dạy: "Nếu cho rằng vạn hữu đều không có ngã thì là đoạn kiến; nếu cho rằng vạn hữu có ngã thì là thường kiến... Người trí nên quán niệm rằng, 'vô ngã' chỉ là giả danh, chẳng thật..."

---o0o---

HAI VÔ THƯỜNG (nhị vô thường)

Hiện hữu chỉ là một dòng sinh diệt liên tục. Tất cả vạn pháp không có một thực thể bất biến, mà luôn luôn chuyển đổi không ngừng. Danh từ Phật

học gọi trạng thái sinh diệt, biến chuyển ấy là "vô thường", và phân biệt có hai loại:
1. Khoảnh khắc vô thường (sát na vô thường), là trạng thái sinh diệt, biến chuyển đang xảy ra liên tục trong từng giây phút của sự sống, không lúc nào gián đoạn.
2. Kiếp sống vô thường (nhất kì vô thường), là sự chuyển đổi từ một giai đoạn sinh mệnh này sang một giai đoạn sinh mệnh khác.

---o0o---

Số 03

BA CẢM THỌ (tam thọ)

Cảm thọ tức là cảm giác, là trạng thái hay kinh nghiệm tâm lí phát sinh khi nội thân tiếp xúc với ngoại cảnh. Duy Thức Học phân biệt có ba loại cảm thọ:
1. Cảm thọ khó chịu (khổ thọ): những cảm giác khó chịu, buồn phiền, đau khổ sinh ra khi ta tiếp xúc với những hoàn cảnh ngang trái, những bạo hành đày đọa.
2. Cảm thọ dễ chịu (lạc thọ): những cảm giác dễ chịu, vui thích, sung sướng sinh ra khi ta tiếp xúc với những hoàn cảnh thuận lợi, hợp ý, thích thú.
3. Cảm thọ trung tính (xả thọ – bất khổ bất lạc thọ): những cảm giác trung hòa, không dễ chịu cũng không khó chịu, không đau khổ cũng không vui sướng, hoặc không có cảm giác nào cả.

---o0o---

BA CẢNH (tam cảnh)

"Cảnh" ở đây là chỉ cho đối tượng của nhận thức; vì vậy nó có liên hệ mật thiết với "lượng" là hình thái của nhận thức. (Xin xem mục "Ba Hình Thái Nhận Thức" ở sau.) Những tên khác của "cảnh" là trần, tướng, tướng phần, sở duyên – tất cả đều có nghĩa là đối tượng của nhận thức. Cảnh có 3 loại:
1. TÁNH CẢNH: là tự thân hay thật tướng của sự vật[4]. Ở đây, sự vật hiện hữu trong đúng bản tính chân thật của chúng, không bị bóp méo, xuyên tạc hay cắt vụn bởi sự phân biệt, so sánh, suy luận hay phán đoán của nhận thức. Có 2 loại tánh cảnh:
a) Vô chất tánh cảnh: là bản thể chân thực của thực tại, cũng tức là chân như hay pháp thân. Cảnh giới này không thể đạt tới bằng các thức, mà chỉ có thể

bằng tuệ giác – tức trí tuệ giác ngộ, là loại nhận thức trực tiếp, không phân biệt. (Loại trí tuệ này khi đã phát sinh thì không còn rơi vào chỗ nhận thức sai lạc nữa, cho nên nó còn được gọi là "trí vô lậu" hay "trí bát nhã".)
b) Hữu chất tánh cảnh: là tướng trạng của vạn pháp phát hiện từ vô chất tánh cảnh. Sự phát hiện của chúng tùy thuận theo luật tương quan duyên khởi. Trong khi vô chất tánh cảnh ở trên chỉ làm đối tượng cho tuệ giác thì hữu chất tánh cảnh ở đây lại là đối tượng của "chân hiện lượng". (Xin xem mục "Ba Hình Thái Nhận Thức" ở sau.)
2. ĐỚI CHẤT CẢNH: chính là những ý tượng được cấu tạo từ hữu chất tánh cảnh để làm đối tượng cho bảy thức (nhãn, nhĩ, tĩ, thiệt, thân, ý và mạt-na thức), nhưng quan trọng hơn hết là ý thức. Nói cách khác, thức đã căn cứ trên thế giới hữu chất tánh cảnh (tức là tướng trạng của vạn pháp) để tạo nên thế giới đới chất cảnh (tức là các ý tượng) và nhận thức thế giới này như là thế giới tánh cảnh.
3. ĐỘC ẢNH CẢNH: là thế giới ảnh tượng do ý thức tái tạo hoặc sáng tạo khi nó hoạt động độc lập, không có sự cộng tác của 5 thức cảm giác (nhãn, nhĩ, tĩ, thiệt và thân thức) - nghĩa là khi không có cảm giác. Vì vậy, độc ảnh cảnh chỉ làm đối tượng cho ý thức mà thôi. Đó là thế giới của hồi tưởng, tưởng tượng và mộng mị.
Có 2 loại độc ảnh cảnh:
a) Hữu chất độc ảnh cảnh: là những ảnh tượng của tri giác và ý tượng (đới chất cảnh) đã từng là đối tượng của ý thức, được ý thức tái tạo để rồi lại lấy đó làm đối tượng cho chính nó. Những ảnh tượng này biểu hiện một cách trung thành hay đôi khi có thay đổi chút ít đối với những tri giác và ý tượng cũ. Chẳng hạn, khi ta hồi tưởng lại cái giờ phút hãi hùng trên biển cả khi chiếc ghe máy của ta bị giặc cướp hoành hành trong chuyến vượt biên mười mấy năm về trước, thì những hình ảnh đang lần lượt diễn lại trong trí nhớ của ta lúc này chính là thế giới của hữu chất độc ảnh cảnh.
b) Vô chất độc ảnh cảnh: là những ảnh tượng hoàn toàn do ý thức tạo dựng ra. Chẳng hạn, khi ta mơ tưởng về một cuộc sống huy hoàng cho chính ta trong tương lai, hoặc tưởng tượng về đời sống của một giống người ở tận một tinh cầu xa xôi nào đó, tất cả những hình ảnh tưởng tượng "viển vông" ấy đều là vô chất độc ảnh cảnh.

---o0o---

BA CÕI (tam giới)

Ba cõi cũng tức là vòng sinh tử luân hồi. Các kinh luận thường dạy rằng, tất cả mọi loài chúng sinh đều có sẵn khả năng giác ngộ (Phật tính),

nhưng vì bị các kiến chấp sai lạc làm cho mờ tối nhận thức, khiến không tự phát hiện và thắp sáng được khả năng ấy, cho nên cứ phải quanh quẩn mãi trong ba cõi. Còn ở trong ba cõi là còn bị phiền não chi phối. Chỉ khi nào đạt được quả vị giác ngộ thì mới được giải thoát ra khỏi ba cõi – tức là thoát khỏi vòng sinh tử luân hồi. Ba cõi đó là:

1. Cõi Dục (Dục giới). "Dục" là ham muốn. Cõi Dục là cõi của thực phẩm, ước muốn vật chất và dục vọng thể xác. Chúng sinh trong cõi này vì đam mê theo các "thú vui" về sắc tướng, âm thanh, mùi hương, ăn uống, chạm xúc và dâm dục cho nên luôn luôn gây ra nhiều tội lỗi, tai họa và khổ đau. Các loài chúng sinh trong cõi Dục này gồm có: Người, A-tu-la, Địa-ngục, Ngạ-quỉ và Súc-sinh. Trong 5 loài này thì loài Người có tâm ý phát triển cao hơn hết, là cảnh giới có khổ đau và hạnh phúc lẫn lộn. Bởi vậy, các vị Bồ-tát thường chọn sinh vào thế giới loài Người, nơi có nhiều hoàn cảnh thuận lợi, để phụng sự chúng sinh và tu tập các pháp môn cần thiết sau cùng để thành tựu quả Phật. Cũng bao gồm trong phạm vi cõi Dục này còn có 6 cõi Trời, tuy hưởng được nhiều phước báo hơn loài Người, nhưng vẫn là những phước báo tạm bợ, và trí tuệ thì không hơn loài Người. Chúng sinh trong 6 cõi này vẫn có hình sắc, nhưng phần vật chất của họ vô cùng vi tế, mắt người thường không thể trông thấy được. Họ đều là hóa sinh, cũng mang hình thể nam, nữ, với đầy đủ các thứ dục vọng như con người. Sáu cõi Trời của cõi Dục (Lục Dục thiên) này, từ thấp lên cao gồm có: Tứ-vương, Đao-lợi (cũng gọi là cõi trời Ba-mươi-ba – tam thập tam thiên), Dạ-ma, Đâu-suất, Hóa-lạc và Tha-hóa-tự-tại.

2. Cõi Sắc (Sắc giới). "Sắc" là hình tướng, vật chất. Đây là cõi của các vị Phạm Thiên, có hình tướng, vật chất như thân thể, cung điện v.v..., nhưng rất vi tế, đẹp đẽ, tinh diệu. Các vị trời ở đây không có tướng nam nữ, không có tham dục như ở cõi Dục, chỉ sống trong thiền định. Tùy theo mức độ cao thấp của thiền định, cõi Sắc được chia làm 4 bậc, gồm 18 cõi Trời:

a) Cõi Sơ-thiền (Sơ-thiền thiên), gồm 3 cõi Trời: Phạm-chúng (các vị trời tùy tùng của các vị Phạm Thiên), Phạm-phụ (các vị trời thân cận các vị Phạm Thiên), Đại-phạm (các vị Phạm Thiên có nhiều hạnh phúc, đẹp đẽ, tuổi thọ cao nhất trong cõi Sơ-thiền). Các vị Phạm Thiên ở các cõi này có thân thể khác nhau, nhưng cách suy nghĩ thì đều giống nhau, và trong tám thức thì không còn có tị thức và thiệt thức hoạt động.

b) Cõi Nhị-thiền (Nhị-thiền thiên), gồm 3 cõi Trời: Thiểu-quang (các vị Phạm Thiên có chút ít ánh sáng), Vô-lượng-quang (các vị Phạm Thiên có ánh sáng vô cùng), Quang-âm (các vị Phạm Thiên có ánh sáng rực rỡ). Cõi Nhị-thiền này có rất nhiều ánh sáng. Các vị Phạm Thiên ở đây đều có thân thể giống nhau nhưng cách suy nghĩ thì khác nhau, và trong tám thức thì từ cõi Nhị-thiền này trở lên, cả năm thức cảm giác đều không còn hoạt động.

c) Cõi Tam-thiền (Tam-thiền thiên), gồm 3 cõi Trời: Thiểu-tịnh (có hào quang nhỏ), Vô-lượng-tịnh (có hào quang vô hạn), Biến-tịnh (có hào quang không xao động). Cõi Tam-thiền này mọi sự đều thanh tịnh, cả thân và tâm của các vị Phạm Thiên đều hoàn toàn giống nhau.
d) Cõi Tứ-thiền (Tứ thiền thiên), gồm 9 cõi Trời: Vô-vân (cảnh giới quang đãng), Phước-sinh (cảnh giới trường cửu), Quảng-quả (hưởng phước báo rộng lớn), Vô-phiền (hoàn toàn tinh khiết), Vô-nhiệt (hoàn toàn thanh tịnh), Thiện-kiến (cảnh giới đẹp đẽ), Thiện-hiện (hoàn toàn tự tại), Sắc-cứu-cánh (cảnh giới tối thượng), Vô-tưởng (không còn tư tưởng). Đây là cõi cao nhất của Sắc giới, chúng sinh sống trong cảnh giới thiền định sâu xa, hoàn toàn tịch tịnh, chẳng những năm thức cảm giác mà cả ý thức cũng không còn hoạt động nữa.
3. Cõi Vô-sắc (Vô-sắc giới). Cõi này hoàn toàn không còn có vật chất, hình thể, cho nên cũng không có tướng nam nữ, không có dục vọng, mà chỉ thuần có nghiệp thức trú trong các cảnh giới thiền định thâm diệu. Đây là cõi cao nhất trong ba cõi, gồm có 4 cõi Trời:
a) Cõi Không-gian vô-biên (Không vô biên xứ thiên): Cảnh giới của các vị trời chỉ thấy có không gian vô biên, đã đạt được và đang an trú trong trạng thái thiền định gọi là không vô biên xứ định.
b) Cõi Tâm-thức vô-biên (Thức vô biên xứ thiên): Cõi chỉ thấy có tâm thức vô biên, là cảnh giới của chư thiên đã đạt được và đang an trú trong trạng thái thiền định gọi là thức vô biên xứ định.
c) Cõi Vô-sở-hữu (Vô sở hữu xứ thiên): Cõi này không còn có bất cứ một hiện tượng gì, là cảnh giới của chư thiên đã đạt được và đang an trú trong trạng thái thiền định gọi là vô sở hữu xứ định.
d) Cõi Phi-tưởng phi-phi-tưởng (Phi tưởng phi phi tưởng xứ thiên): Cõi này không có tri giác mà cũng không phải là không có tri giác, là cảnh giới của chư thiên đã đạt được và đang an trú trong trạng thái thiền định gọi là phi tưởng phi phi tưởng xứ định.
Trong sách Đức Phật và Phật Pháp (Phạm Kim Khánh dịch), hoà thượng Narada Maha Thera có nói: "Nên ghi nhận rằng đức Phật không nhằm mục đích truyền bá một lí thuyết về vũ trụ. Dầu những cảnh giới trên có hay không, điều ấy không ảnh hưởng gì đến giáo lí của Ngài. Không ai bị bắt buộc phải tin một điều nào, nếu điều ấy không thích hợp với sự suy luận của mình. Nhưng nếu bác bỏ tất cả những gì mà lí trí hữu hạn của ta không thể quan niệm được, thì điều ấy cũng không phải hoàn toàn là chính đáng."

---o0o---

BA CON DẤU (tam ấn - tam pháp ấn)

Con dấu dùng để chứng nhận một sự việc là thật, chắc chắn, đáng tin tưởng. Vậy từ ngữ "con dấu" (ấn) ở đây có nghĩa là chân lí, là điều chân thật được chứng ngộ và nói ra bởi bậc Giác Ngộ (Phật) mà người học trò của Phật phải tin tưởng, phải thường quán niệm để có được một nhận thức sáng tỏ về thực tại. Tất cả giáo lí nào phát biểu đúng với nội dung ba con dấu này đều là Phật pháp. Tất cả mọi nhận thức không phù hợp với ba con dấu này đều là sai lạc, tà ngụy.

A) Trong các kinh luận, ba con dấu thường được nói tới là:

1. Tất cả mọi sự vật đều biến đổi không ngừng (chư hành vô thường).
2. Tất cả mọi sự vật đều không có bản ngã chân thật (chư pháp vô ngã).
3. Bản thể của vạn hữu là vô phân biệt, lìa khỏi mọi hình tướng, mọi tri kiến, mọi khái niệm (niết bàn tịch tịnh).

Con dấu 1 và con dấu 2 (vô thường và vô ngã) nói lên tướng trạng của vạn hữu, và con dấu 3 (niết bàn) nói lên bản thể của vạn hữu.

B) Mặt khác, theo kinh Pháp Ấn thì ba con dấu này như sau:

1. Không. Bản thể của mọi sự vật là không. "Không" ở đây có nghĩa là mọi sự vật đều hiện hữu theo nguyên lí duyên sinh, không có tự ngã.
2. Vô tướng. Vì là không cho nên bản thể của vạn hữu là vô niệm – tức là không thể dùng nhận thức phân biệt và khái niệm để nhận biết, mà phải dùng trí bình đẳng, vô phân biệt mới thấy rõ được.
3. Vô tác. Trong nhận thức bình đẳng, vô phân biệt (tức trí tuệ giác ngộ) đó, sẽ không còn có sự phân biệt về chủ thể nhận thức và đối tượng nhận thức, về chủ thể chứng đắc và đối tượng chứng đắc.

"Không - vô tướng - vô tác" là ba giai đoạn liên tục, toàn vẹn của công phu thiền quán. Đó là giáo lí căn bản của Phật giáo, Kinh Pháp Ấn nói: "Pháp ấn này chính là ba cánh cửa đi vào cảnh giới giải thoát, là giáo lí căn bản của chư Phật, là con mắt của chư Phật, là chỗ đi, về của chư Phật."

---o0o---

BA CON ĐƯỜNG (hay BA CỖ XE) (tam thừa)

Kinh Pháp Hoa nói: "Thật ra chỉ có một con đường (nhất thừa), nhưng chư Phật tùy căn cơ mà dùng phương tiện, nói có ba con đường (tam thừa)..."

1. Con đường nhỏ (hay cỗ xe nhỏ – tiểu thừa) tức là con đường Thanh-văn (Thanh-văn thừa).
2. Con đường vừa (hay cỗ xe vừa – trung thừa) tức là con đường Duyên-giác (Duyên-giác thừa).

3. Con đường lớn (hay cỗ xe lớn – đại thừa) tức là con đường Bồ-tát (Bồ-tát thừa).
GHI CHÚ: Xin xem lại mục "Hai Con Đường" ở trước.

---o0o---

BA CỬA GIẢI THOÁT (tam giải thoát môn)

Do ba cửa (môn) này mà hành giả đạt tới được cảnh giới giải thoát, tự tại, an lạc. Ba cửa đó là không, vô tướng và vô tác. (Xin xem lại mục "Ba Con Dấu" vừa trình bày ở trên.)

---o0o---

BA HÌNH THÁI NHẬN THỨC (tam lượng)

"Lượng" là hình thái hay phương cách nhận thức, có 3 loại:
1. Nhận thức trực tiếp (hiện lượng): nhận thức đối tượng một cách trực tiếp, thuần túy cảm giác, không có suy luận, diễn dịch, so sánh hay phán đoán. Đây là phương cách nhận thức của năm thức cảm giác (nhãn, nhĩ, tị, thiệt và thân thức), đôi khi có sự cộng tác của thức thứ sáu là ý thức – nhưng vẫn là trực tiếp, không có suy luận hay phán đoán.
Hình thái nhận thức này có khi đúng và có khi sai. Khi đúng thì gọi là chân hiện lượng, khi sai thì gọi là tợ hiện lượng. ("Tợ" nghĩa là trông giống như cái đó chứ không phải chính thực là cái đó.)
2. Nhận thức so sánh (tỉ lượng): nhận thức mang tính cách suy luận, diễn dịch, so sánh, hay phán đoán. Đây là phương cách nhận thức của thức thứ sáu – ý thức, có khi đúng và cũng có khi sai. Khi đúng thì gọi là chân tỉ lượng, khi sai thì gọi là tợ tỉ lượng.
3. Nhận thức sai lầm (phi lượng): Thực ra, không có riêng một hình thái nhận thức độc lập nào gọi là "phi lượng". Cho nên, phi lượng chẳng qua chỉ là "tợ hiện lượng" và "tợ tỉ lượng" ở trên vừa nói – tức là nhận thức sai lầm, trông giống như cái đó chứ không phải chính là bản thân cái đó. Duy Thức Học cho rằng, thức thứ bảy (mạt-na) luôn luôn nhận thức sai lầm về sự tồn tại của một bản ngã chân thật, bất biến, cho nên hình thái nhận thức của nó luôn luôn là phi lượng.

---o0o---

BA MÔN HỌC GIẢI THOÁT (tam học - tam vô lậu học)

Mục đích của người tu học Phật là đạt tới thành quả giác ngộ, an lạc và giải thoát cho chính mình và cho cả mọi người. Mục đích ấy chỉ có thể

đạt được khi nào hành giả thể nghiệm trọn vẹn 3 phép học là Giới, Định và Tuệ.

1. Giới, hay giới luật, trên căn bản nó có nghĩa là răn cấm và ngăn ngừa, tức là cấm đoán làm các điều xấu về thân, khẩu và ý, để ngăn ngừa những hậu quả tai hại, xấu xa. Nhưng đó mới chỉ là ý nghĩa tiêu cực của nó. Trên phương diện tích cực, giới còn có nghĩa là sự thể hiện nếp sống tỉnh thức, thường trực đặt tâm ý trong chánh niệm, thực hiện các hành động cụ thể, chính đáng, nhằm xây dựng sự sống, đem lại lợi ích và an lạc cho muôn loài. Theo cả hai ý nghĩa trên thì giới đích thực là chất liệu sinh hoạt tâm linh căn bản của người tu học Phật. Nó có công năng chuyển hóa bản thân cho chính hành giả và tạo không khí hòa điệu giữa hành giả với môi trường sống chung quanh. Vì vậy mà Kinh Niết Bàn nói: "Giới là những pháp lành nâng chịu cho hành giả một cách vững vàng, chắc chắn, như những bậc thang bằng đá..."; hoặc: "Hành giả nên hành trì giới luật cho bền vững, coi đó như cái phao nổi dùng bơi qua biển cả." Kinh Di Giáo cũng dạy: "Này quí vị khất sĩ! Sau khi Như Lai diệt độ, quí vị hãy quí trọng và tôn kính giới luật, như ở nơi tối tăm mà thấy được ánh sáng, như người nghèo mà gặp được của báu. Phải xem giới luật chính là thầy của quí vị, không khác gì Như Lai còn trụ thế."

Giới thường là những điều luật do Phật chế ra – gọi là "chế giới" – cho các chúng tại gia (5 giới), sa di (10 giới), tì kheo (250 giới), tì kheo ni (348 giới), và bồ-tát (34 giới cho chúng tại gia và 58 giới cho chúng xuất gia). Nếu hành trì nghiêm túc các "chế giới" này thì hành giả sẽ có được một tác phong đứng đắn, một tư cách cao thượng, một tâm niệm trong sáng, ngay thẳng, đáng làm gương mẫu và chỗ nương tựa hoàn toàn tin cậy cho mọi người. Đó là ý nghĩa của giới điều gọi là "nhiếp luật nghi" (nghiêm trì giới hạnh), một trong 3 nhóm giới tổng quát của đại thừa (tam tụ tịnh giới) mà người tu học theo hạnh Bồ-tát cần phải hành trì.

Hai giới điều khác của "tam tụ tịnh giới" là "nhiếp thiện pháp" (làm mọi điều lành) và "nhiêu ích hữu tình" (làm lợi ích cho tất cả chúng sinh). Khác với loại "chế giới" ở trên, "tam tụ tịnh giới" là những giới luật đích thực – gọi là "tự tính giới" – của những hành giả phát tâm tu hạnh Bồ-tát mà mọi ý tưởng, ngôn ngữ và hành động đều nhằm đem lại lợi ích và an lạc cho tất cả chúng sinh.

2. Định, là sự tập trung tâm ý bằng cách sống trọn vẹn trong chánh niệm. Con người thường bị hoàn cảnh chi phối, tâm ý luôn luôn bị phân tán, cho nên cứ mải sống trong loạn động, quên lãng, đến nỗi nhiều khi không còn nhận biết mình là ai, đang làm gì, ở đâu! Bởi vậy, sự tu "giới" như trên vừa nói, sẽ giúp cho hành giả tỉnh thức, tâm ý được thắp sáng, các vọng niệm sẽ bị tiêu trừ. Hành giả sẽ thường xuyên có ý thức sáng tỏ về mình, biết mình

đang nghĩ gì, nói gì, làm gì. Sự quán niệm thường xuyên ấy sẽ làm cho sức mạnh của tâm linh được tập trung và phát triển: đó gọi là định lực.
3. Tuệ, hay trí tuệ giác ngộ, là sự nhận thức sáng tỏ về thực tại, là sự chứng ngộ chân lí của vạn hữu. Tuệ đạt được là nhờ có định lực, và đó là mục đích tối hậu của người tu học Phật.
Giới - Định - Tuệ là trình tự của giác ngộ: do Giới sinh Định, do Định phát Tuệ. Vậy, muốn đạt được trí tuệ giác ngộ thì phải tu tập thiền định; muốn có được định lực thì phải nghiêm trì giới luật. Không những là trình tự của giác ngộ, mà Giới - Định - Tuệ còn là ba yếu tố tương duyên và bất khả phân li của giác ngộ. Một vị hành giả đã đạt được tuệ giác thì không thể nào là không có giới hạnh và định lực; đã nghiêm trì giới hạnh thì cùng lúc cũng đã có định lực và trí tuệ; khi có đầy đủ định lực thì chắc chắn là giới hạnh và trí tuệ cũng viên mãn. Như thế tức là trong Giới có đầy đủ Định và Tuệ; trong Định có đầy đủ Giới và Tuệ; trong Tuệ có đầy đủ Giới và Định. Hay nói khác đi, tu Giới là đồng thời cũng tu Định và Tuệ; tu Định là đồng thời cũng tu Giới và Tuệ; và tu Tuệ là đồng thời cũng tu Giới và Định. Có một yếu tố là có đủ cả ba yếu tố; thiếu một yếu tố là không có quả vị giác ngộ.
Có thể nói, Giới - Định - Tuệ là nội dung căn bản và tổng quát nhất của tất cả các pháp môn để đưa hành giả đến đạo quả giác ngộ, giải thoát.

---o0o---

BA NỌC ĐỘC (tam độc)

Đây là ba loại phiền não gốc rễ luôn luôn đeo dính và thúc đẩy chúng sinh tạo ra vô vàn tội lỗi, gây đau khổ triền miên cho chính mình, cho xã hội, và cho cả mọi loài. Bởi vậy, người tu học xem chúng như là những nọc độc nguy hiểm, chuyên tàn phá căn thân huệ mạng mình, để lúc nào cũng tỉnh giác, ngăn chận, không để bị chúng lôi cuốn, sai sử. Ba loại nọc độc đó là:
1. Tham: tâm tham muốn mọi thứ dục vọng.
2. Sân: tâm sân hận đối với những hoàn cảnh không thuận ý.
3. Si: tâm ngu muội do bị vô minh che phủ, không thấy rõ được đâu là chánh, đâu là tà, điều gì là tốt, điều gì là xấu, thế nào là xây dựng, thế nào là phá hoại v.v...

---o0o---

BA NGHIỆP (tam nghiệp)

"Nghiệp" là hành động. Tất cả mọi hành động do chúng ta tạo ra được gọi là nghiệp nhân, và kết quả do những hành động ấy đem lại được gọi là nghiệp quả, nghiệp báo, hay quả báo. Hành động được chia làm 3 loại:

1. Hành động của thân thể (thân nghiệp), gồm những động tác đi, đứng, nằm, ngồi và tất cả những động tác khác của tay, chân và thân thể (kể cả ăn uống, đụng chạm v.v...).
2. Hành động của miệng lưỡi (khẩu nghiệp), gồm mọi lời nói và âm thanh do miệng lưỡi phát ra.
3. Hành động của tâm ý (ý nghiệp), gồm mọi tư tưởng phát sinh từ tâm ý.
Tính chất của cả ba loại hành động này có khi là thiện (giúp ích), có khi là ác (phá hoại), và cũng có khi là vô kí (trung tính, không thiện cũng không ác).

---o0o---

BA NGÔI BÁU (Tam Bảo)

Với người Phật tử thì chỉ có Phật, Pháp, Tăng là ba ngôi báu, ba viên ngọc quí nhất trên đời.
1. Phật.
Phật là bậc đã đạt được thành quả giác ngộ trọn vẹn, là người có nếp sống tỉnh thức thường trực, và là người đưa đường chỉ lối cho chúng ta trong cuộc đời.
Đức Thích-Ca Mâu-Ni, vị khai sáng ra đạo Phật cách đây 26 thế kỉ, trước hết là một con người, nhưng đó là một người đã phát huy đầy đủ khả năng giác ngộ (Phật tính) để đạt đến địa vị của một đức Phật. Ngài đã giác ngộ chân lí của cuộc sống (tự giác); rồi đem chân lí ấy truyền bá, chỉ dạy, giúp cho mọi người cùng được giác ngộ (giác tha); và như vậy tức là sự nghiệp giác ngộ của Ngài đã được thành tựu trọn vẹn (giác hạnh viên mãn).
Khả năng giác ngộ của Phật gồm có ba đức:
a) Đức TRÍ: là khả năng trí tuệ đưa đến sự giác ngộ cùng tột đối với tất cả những hiện tượng riêng biệt cùng tính cách duyên sinh của vạn hữu.
b) Đức BI: là tình thương rộng lớn thúc đẩy cho việc hóa độ một cách bình đẳng và bao quát tất cả mọi người, mọi loài, khiến cho bỏ ác làm lành, chuyển mê thành ngộ, dứt đau khổ được an vui.
c) Đức DŨNG: là ý chí mạnh mẽ để diệt trừ tất cả những động lực tiềm tàng ở bên trong cũng như những hiện tượng phát hiện ra bên ngoài của các phiền não tham, sân, si – tức là những nọc độc ghê gớm nhất gây ra tham tàn, thù hận, lừa đảo, mù quáng, giết chóc v.v... DŨNG cũng là ý chí mạnh mẽ, nhờ đó mà trí tuệ và tình thương được sử dụng triệt để trong công cuộc độ sinh, khiến cho những cực khổ, gian nguy, cám dỗ, chướng ngại đều bị khắc phục.
2. Pháp.
Pháp là đạo tỉnh thức, là con đường của tình thương, hiểu biết và cởi mở. Con đường ấy đã do đức Phật mở lối, chỉ dạy. Phật đã chứng ngộ và truyền dạy những giáo lí thích hợp với những điều kiện về sinh hoạt, tâm lí, kinh tế,

chính trị và xã hội của thời đại Ngài. Rồi trong quá trình phát triển của đạo Phật, nhiều hệ thống cấp tiến như Thiền, Duy Thức, Tịnh Độ, v.v... được xuất hiện. Những hệ thống giáo lí này cũng dung hợp những điều kiện về sinh hoạt, tâm lí, kinh tế, chính trị và xã hội của con người đương thời, và ở bất cứ nơi nào chúng được truyền tới. Bởi vậy, giáo lí của Phật đã được gọi là giáo lí khế cơ. Điều đó chứng tỏ rằng giáo lí của đạo Phật không phải là một thứ giáo lí bảo thủ, giáo điều, cứng ngắc, đóng khung, mà trái lại, nó luôn luôn cởi mở, khai phóng và tiến bộ để mở rộng chân trời tương lai. Tuy cởi mở, khai phóng, tiến bộ, nhưng những hệ thống giáo lí của đạo Phật trải qua bao đời, ở mọi nơi chốn, vẫn không bị lạc gốc, vẫn luôn luôn phù hợp với chân lí, vẫn giữ đúng các đặc tính căn bản, và tiếp nối được truyền thống từ bi, trí tuệ, hùng lực, bình đẳng và giải thoát nguyên thỉ của đạo Phật; cho nên giáo lí của Phật còn được gọi là giáo lí khế lí.

3. Tăng.

Tăng là đại chúng, là đoàn thể của những người nguyện sống cuộc đời tỉnh thức. Tăng bao gồm tất cả những đoàn thể đang tu học, hành trì hoặc hướng dẫn người khác tu học theo giáo pháp của Phật. Họ nguyện cùng nhau làm kẻ đồng hành trên con đường của hiểu biết, tình thương và cởi mở – tức là con đường giác ngộ. Đó là đoàn thể của các vị Bồ-tát; đoàn thể của những vị xuất gia; đoàn thể của những người cư sĩ tại gia.

Lại nữa, trong cái ý nghĩa là đoàn thể, TĂNG cũng còn bao hàm cái ý nghĩa hòa hợp – tức là mọi người trong đoàn thể ấy phải cùng nhau công nhận và tôn trọng những nguyên tắc sống hòa hợp để ai ai cũng hưởng được cái không khí hòa thuận, thoải mái, an lạc. Có như thế thì sự tu học và hoằng dương đạo pháp mới có kết quả tốt đẹp.

Theo lịch sử thì sau khi chứng đắc đạo quả giác ngộ, đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã đến vườn Nai (Lộc-uyển) dạy bài pháp đầu tiên (chuyển pháp luân) về đạo lí Bốn Sự Thật (tứ đế) để khai ngộ cho năm người bạn đồng tu của Ngài lúc trước. Năm vị này do sa môn Kiều Trần Như lãnh đạo, đã được Phật thâu nhận làm đệ tử xuất gia đầu tiên và làm thành tăng đoàn đầu tiên của Ngài. Chính lúc đó mà Ba Ngôi Báu (Tam Bảo) lần đầu tiên xuất hiện ở thế gian này.

Nhưng theo cái nhìn siêu lịch sử thì trong khoảng không gian vô biên và thời gian vô tận, không phải chỉ có một đức Phật mà có vô lượng vô số đức Phật; mỗi đức Phật lại có đủ ba thân (pháp thân, báo thân, hóa thân), cho nên số lượng chư Phật trong mười phương không thể nào dùng trí tưởng của con người mà biết được. Đó là Ngôi Báu Thứ Nhất (Phật Bảo). Giáo pháp của Phật cũng không phải chỉ có Bốn Sự Thật, Mười Hai Nhân Duyên, hay Sáu Phép Qua Bờ (lục độ), mà thật rộng lớn như biển cả (pháp hải) – thường được diễn tả bằng con số "tám vạn bốn ngàn pháp môn" (nghĩa là rất nhiều

pháp môn). Không phải chỉ có đức Thích Ca Mâu Ni nói ra giáo pháp ấy mà vô lượng vô số Phật trong mười phương cũng đều nói giáo pháp như vậy; cho nên sự rộng lớn của Phật pháp cũng không thể dùng trí tưởng của con người mà biết được. Đó là Ngôi Báu Thứ Hai (Pháp Bảo). Đoàn thể của những người tu học, nguyện cùng nhau làm kẻ đồng hành trên đường giác ngộ cũng có rất nhiều: đoàn thể của các chúng Bồ-tát, Duyên-giác, Thanh-văn, Tì-kheo, Tì-kheo-ni, Sa- di, Sa-di-ni, Cư-sĩ v.v... Một đức Phật làm giáo chủ của một giáo hội gồm có các chúng như vậy, thì vô lượng vô số chư Phật trong mười phương cũng vậy; cho nên số lượng các tăng thân cũng không thể nào dùng trí tưởng của con người mà biết được. Đó là Ngôi Báu Thứ Ba (Tăng Bảo). Như vậy thì sự hiện hữu của Ba Ngôi Báu không phải chỉ hạn hẹp ở một quốc độ, một thời kì, mà ở khắp ba ngàn đại thiên thế giới, trải khắp quá khứ, hiện tại, vị lai; không chỗ nào, không thời nào mà không có sự hiện hữu của Ba Ngôi Báu.

Thực ra thì sự phân biệt có ba ngôi báu khác nhau như trên chỉ nói lên được sự thật tương đối mà thôi. Người tu học Phật pháp – nhất là tu theo pháp môn thiền quán – cần phải thường xuyên quán chiếu để thấy rằng PHẬT, PHÁP, TĂNG chỉ là một. Tất cả mọi loài đều có khả năng giác ngộ (Phật tính), vậy Phật và chúng sinh (Tăng) là một. Phật pháp không thể tách rời vũ trụ vạn hữu mà có. Giác ngộ là giác ngộ cái chân lí của vũ trụ vạn hữu. Nhưng người giác ngộ và chân lí cũng không thể tách rời nhau, vì cả hai không phải là hai sự kiện độc lập với nhau, mà chỉ là một. Cho nên có Phật tức là có Pháp và Tăng; có Pháp tức là có Phật và Tăng; có Tăng thì cùng lúc cũng có Phật và có Pháp. Kinh Niết Bàn nói: "Tất cả chúng sinh đều có Phật tính. Phật, Pháp và Tăng không có gì khác biệt". Vậy thì Ba Ngôi Báu không phải tìm cầu ở nơi xa xôi nào mà vốn đã có đầy đủ trong tự thân của mỗi người. Nhưng muốn thấy (thực chứng) được điều đó, người tu học phải thường xuyên sống trong tỉnh thức và tinh cần trong công phu thiền quán. Trong nếp sống quên lãng, buông trôi sẽ không thấy được gì cả.

Dù sao thì hình tướng vẫn rất cần thiết cho người mới nhập vào nếp sống tu học. Hình tướng là phương tiện dẫn dắt bước đầu để Phật tử chúng ta đi dần vào nếp sống tỉnh thức. Do đó, một niệm Phật đường, một ngôi chùa, hay một tu viện sẽ trở nên rất hữu ích cho chúng ta; vì ở những nơi đó luôn luôn có đầy đủ biểu tượng của Ba Ngôi Báu: Phật được biểu hiện qua các ảnh, tượng; Pháp được gói ghém trong các pho kinh, luật, luận, sách báo, câu đối, bích chương v.v...; và Tăng là các chúng xuất gia và tại gia đang tu học và thực hiện mọi công tác Phật sự có ích lợi cho chúng sinh.

---o0o---

BA NƠI QUAY VỀ NƯƠNG TỰA (tam qui - tam qui y)

Sở dĩ có sự quay về là vì từ trước chúng ta đã bị bao nhiêu thứ mê hoặc làm cho sai đường, lạc lối. Chúng ta đã quen nếp sống quên lãng, tâm trí cứ luôn bị níu kéo về những hình ảnh quá khứ hoặc buông trôi theo những ảo tưởng tương lai. Vì vậy, "quay về" có nghĩa là ý thức phải được thắp sáng, từ bỏ nếp sống buông trôi, quên lãng, để sống trong tỉnh thức, nhìn rõ chân lí của thực tại vạn hữu. Muốn quay về thì phải có chỗ để quay về; và cái chỗ để quay về đó cũng đồng thời là nơi cho chúng ta nương tựa để sống. Có ba căn cứ vô cùng vững chắc để cho chúng ta quay về và nương tựa: đó là Ba Ngôi Báu (Tam Bảo) vừa được trình bày ở trên.

1. Quay về nương tựa Phật, người đưa đường chỉ lối cho chúng ta trong cuộc đời.
2. Quay về nương tựa Pháp, con đường của tình thương và sự hiểu biết.
3. Quay về nương tựa Tăng, đoàn thể của những người nguyện sống cuộc đời tỉnh thức.

Nhưng, như trong mục "Ba Ngôi Báu" ở trên đã nói, Phật - Pháp - Tăng vốn có đầy đủ nơi tự thân của mỗi người, vì vậy, quay về và nương tựa ở đây không có gì khác hơn là quay về và nương tựa nơi chính tự tính giác ngộ của chúng ta.

---o0o---

BA PHÉP QUÁN (tam quán)

(Xin xem mục "Một Tâm Ba Phép Quán" ở trước.)

---o0o---

BA THÂN (tam thân)

Tất cả chư Phật đều có đầy đủ 3 thân:

1. Pháp thân: thân chân thật, thường trú, không biến đổi, không bị giới hạn bởi không-thời-gian, không thể nắm bắt được bằng tri thức và khái niệm, không bị sinh lão bệnh tử chi phối. Pháp thân cũng tức là chân như, là pháp tính, là bản thể. Theo truyền sử thì liền sau khi thành đạo và trước khi rời gốc cây bồ đề, đức Thích Ca Mâu Ni, với chính pháp thân này, đã cùng với chư vị Đại Bồ-tát đã chứng giải thoát môn, tuyên thuyết kinh Hoa Nghiêm.
Tông Pháp Tướng còn gọi pháp thân Phật là thân tự tính.
2. Báo thân: hiện thân chúng sinh của Phật. Thân này giả hợp, vô thường, bị sinh lão bệnh tử chi phối như bao nhiêu thân chúng sinh khác. Đó là cái nhục thân của đức Thích Ca Mâu Ni từ khi nhập thai và sinh ra là thái tử Tất Đạt Đa ở thành Ca-tì-la-vệ, có 32 tướng tốt và 80 vẻ đẹp; lớn lên lập gia

đình, xuất gia tu khổ hạnh; rồi thành đạo, thuyết pháp độ sinh; và cuối cùng nhập diệt tại thành Câu-thi-na.
Tông Pháp Tướng còn gọi báo thân Phật là thân thọ dụng.
3. Hóa thân: cũng gọi là ứng thân hay ứng hóa thân, là thân hóa hiện của đức Phật. Do tâm nguyện cứu độ chúng sinh một cách bình đẳng và bao la, chư Phật thường tùy duyên mà ứng hiện làm nhiều loại thân khác nhau của các loài chúng sinh khác nhau để dễ dàng hóa độ. Kinh Hoa Nghiêm (phẩm 33) nói: "Khắp cả hư không, ở mỗi một chỗ bằng đầu sợi lông đều có vô lượng vô số cõi Phật; ở mỗi một cõi Phật như vậy, trong mỗi một niệm, Phật ứng hiện vô số hóa thân nhiều như bụi để chuyển pháp luân...".
Tông Pháp Tướng còn gọi hóa thân Phật là thân biến hóa.

---o0o---

BA TÍNH (tam tánh)

Tính chất của nhận thức gồm có 3 loại:
1. Tính thiện (thiện): những nhận thức chân chính khiến tạo ra các nghiệp nhân tốt, phù hợp với chân lí, có công năng dẫn tới giác ngộ và giải thoát.
2. Tính ác (ác): những nhận thức sai lạc khiến tạo nên các nghiệp nhân xấu, có công năng dẫn tới vô minh và sinh tử luân hồi.
3. Tính vô kí (vô kí): những nhận thức không thiện mà cũng không ác, không có công năng dẫn tới giải thoát hay sinh tử luân hồi.
Không những chỉ có nhận thức, mà tất cả mọi lời nói, cử chỉ và hành động – nói chung là ba nghiệp – của con người cũng đều thể hiện tính chất của một trong ba tính ấy.
Vấn đề "tiêu chuẩn thiện ác" thật rất quan trọng đối với việc tu học. Chúng ta có thể đọc thêm sách Đạo Phật Ngày Nay (Chương X) của Nhất Hạnh để có được một hiểu biết rõ ràng, cụ thể và chính xác về vấn đề này.

---o0o---

BA TỰ TÍNH (tam tự tính)

"Tự tính" của thực tại (vạn pháp) tức là bản chất, chân tướng của thực tại. Tự tính đó là đối tượng của nhận thức. Vì không sáng suốt, không tỉnh thức, chúng ta luôn luôn có những nhận thức sai lạc về thực tại. Cho nên người tu học Phật cần phải quán chiếu thường xuyên nhằm "điều chỉnh" nhận thức để có được một cái thấy đúng đắn, cái thấy giác ngộ về chân tướng của thực tại. Khi nghiên cứu về chân tướng của thực tại, các nhà duy thức học đã phân tích có ba tự tính như sau:

1. Tự tính biến kế sở chấp. Tự tính này vạn pháp vốn không tự có, nhưng chính vì sự sai lầm của nhận thức mà thực tại phải mang lấy cái tự tính đó. Tại vì chúng ta quan niệm vạn pháp có sinh, có diệt, có thành, có bại, có thêm, có bớt, có dơ, có sạch, cái này khác cái kia, cái kia không phải cái này, cái kia tốt, cái nọ xấu v.v..., cho nên vạn pháp mới phải mang lấy những tính chất như vậy. Khi ta đang buồn thì ta nhìn cảnh vật cũng thấy buồn; cảnh vật buồn không phải là vì nó vốn có bản chất buồn, mà chính là vì nó phải mang lấy cái tâm trạng buồn của ta lúc ấy. Bởi vậy, khi còn bị vô minh che phủ, bản chất của nhận thức về thực tại của ta vốn là biến kế chấp (tức là vọng tưởng phân biệt), đã tạo ra cho thực tại những tính chất mà chúng không tự có. Cái tự tính của vạn pháp vốn do nhận thức ngu muội của chúng ta tạo ra cho chúng đó, các nhà duy thức học gọi là tự tính biến kế sở chấp.
2. Tự tính y tha khởi. "Y tha khởi" tức là nương vào cái khác mà có. Đây mới là tự tính của thực tại. Tự tính này phát hiện được là do công trình tu học và quán chiếu lâu dài về các tính chất vô thường, vô ngã và nhân duyên của vạn pháp nhằm "điều chỉnh" những nhận thức sai lạc (biến kế chấp) của chúng ta. Theo tự tính này thì mọi sự vật đều nhờ nhau và nương nhau mà sinh thành, tồn tại và hủy diệt. Không có hiện tượng nào hiện hữu độc lập với những hiện tượng khác. Kinh A Hàm nói: "Cái này có thì cái kia có; cái này không thì cái kia không; cái này sinh thì cái kia sinh; cái này diệt thì cái kia diệt." Nếu chúng ta quán chiếu và thấy được tự tính y tha khởi này của sự vật, thì chúng ta đã có khả năng chuyển hóa vô minh thành tuệ giác.
3. Tự tính viên thành thật. "Viên thành thật" là tính chất viên mãn, thành tựu và chân thật của vạn hữu. Đó chính là bản thân, thể tính, hay chân tướng của thực tại; cũng được gọi là pháp tính hay chân như. Tự tính viên thành thật ngược lại với tự tính biến kế sở chấp – vì nó không do tâm ý tạo tác ra, cho nên nó đích thực là tự tính của vạn pháp, trong đó không có sinh diệt, không có thành bại, không có thêm bớt, không có dơ sạch v.v... Bản thân (hay thể tính) của vạn hữu không thể nhận thức bằng khái niệm, không thể diễn tả bằng ngôn từ. Vạn pháp hiện hữu như thế đó, trong cách thức của chúng, không qua trung gian nhận thức phân biệt. Chỉ khi nào quán chiếu và thấy được tự tính y tha khởi của thực tại thì người tu học mới diệt trừ được mọi sai lạc của nhận thức (biến kế chấp) về thực tại, và lúc đó tự tính viên thành thật của thực tại mới hoàn toàn hiển lộ.
(Những sách có thể dùng để tham khảo thêm: Vấn Đề Nhận Thức Trong Duy Thức Học của Nhất Hạnh - Nẻo Vào Thiền Học của Nhất Hạnh - Trái Tim Mặt Trời của Nhất Hạnh.)

---o0o---

BA VÔ TÍNH (tam vô tính)

GHI CHÚ: Xin xem thêm các sách đã dẫn ở mục "Ba Tự Tính" ở trên.

Tuy tự tính y tha khởi có thể giúp phá vỡ được tính cách "biến kế sở chấp" của sự vật, nhưng dù sao thì nó vẫn chỉ được xem là một phương tiện, vì vẫn còn là một khái niệm về sự vật, và cuối cùng cũng phải bị quét sạch thì chân tướng của thực tại mới hoàn toàn được hiển lộ. Vì lí do đó, sau khi thuyết minh "ba tự tính" của đối tượng nhận thức, Duy Thức Học lại thành lập thuyết "ba vô tính" nhằm triệt tiêu hết mọi khái niệm:

1. Tướng vô tính. Tuy biến kế sở chấp là tự tính của thực tại nhưng đó cũng chỉ là một khái niệm về sự vật mà thôi, không phải đích thực là chân tướng của thực tại. Thực tại là thực tại, không phải là biến kế sở chấp, cũng không phải là không biến kế sở chấp.
2. Sinh vô tính (hay vô tự nhiên tính). Y tha khởi là tự tính của thực tại, nhưng đó cũng chỉ là một khái niệm về sự vật. Sự vật là nhân duyên sinh (y tha khởi), và nhân duyên sinh không có thực tính. Bởi vậy, thực tại là thực tại, không phải là y tha khởi, cũng không phải là không y tha khởi.
3. Thắng nghĩa vô tính (hay pháp vô tính). "Thắng nghĩa" có nghĩa là tuyệt đối, là tên gọi khác của tự tính viên thành thật. Viên thành thật cũng tức là chân như, là thực tính của vạn pháp. Dù vậy, cuối cùng thì khái niệm này cũng phải được lìa bỏ; vì với tuệ giác vô niệm, thực tại là thực tại, không phải là viên thành thật, cũng không phải là không viên thành thật.

Như vậy, "vô tính" mới chính thực là "tự tính", và thực tại trong trường hợp này chỉ hiển lộ dưới tuệ giác vô niệm, vì với bất cứ một khái niệm nào – dù đó là khái niệm "viên thành thật" – thực tại cũng chỉ là một mảnh cắt xén (biến kế) của vọng tưởng phân biệt, của tà kiến.

---o0o---

Số 04

BỐN CÁCH THU PHỤC (tứ nhiếp pháp)

"Nhiếp" là thu phục người; và "nhiếp pháp" là cách thức tiếp xúc, cư xử với người, làm thế nào cho người ta đến với mình bằng tình thân thiện và lòng tin tưởng. Nếu cuộc sống xã hội được hoàn toàn an lạc thì sự có mặt của hành giả chắc hẳn là không cần thiết. Nhưng cuộc sống lại đầy dẫy thương đau, oan nghiệt, nghi kị, hận thù, giả trá, cho nên sự có mặt của hành giả trong cuộc đời thật là quan trọng với trách nhiệm giúp xoa dịu đau thương, đánh tan nghi kị, điều chỉnh giả trá, hóa giải oan nghiệt, và xóa bỏ hận thù. Đã vậy, muốn cho tiếng nói của mình được hữu hiệu, chương trình của mình được tin nhận, cũng như muốn có được sự cộng tác của mọi người,

hành giả trước tiên phải lấy được lòng thân ái và sự tín nhiệm của mọi người đối với mình; làm sao cho sự hiện diện của mình luôn luôn là cánh hoa tươi mát cho toàn thể mọi người. Bốn phương pháp thu phục nhân tâm sau đây sẽ giúp ích rất nhiều cho hành giả trong việc xử thế.

1. Bố thí.

"Bố thí" là chia sớt, giúp đỡ người bằng tài vật hoặc bằng ý kiến, lời khuyên, thì giờ, khả năng, tâm lực, hay giáo pháp.

2. Ái ngữ.

"Ái ngữ" là lời nói ôn hòa, thành thật và thân thiết. Lời nói như thế là phải phát xuất từ tình thương và sự hiểu biết; vì có tình thương thì lời nói mới êm dịu, thành thật, và có hiểu biết thì lời nói mới thích hợp cho từng người, từng lúc và từng hoàn cảnh.

3. Lợi hành.

"Lợi hành" là làm bất cứ việc gì có thể giúp ích cho người thăng tiến trong đời sống tinh thần và vật chất.

4. Đồng sự.

"Đồng sự" là quan tâm đến công việc của người và cùng giúp một tay với họ để hoàn tất công việc đó.

(Các sách Đạo Phật Hiện Đại Hóa - chương 3; Đạo Phật Áp Dụng Vào Đời Sống Hằng Ngày - các chương 3, 4, 5 và 6; và Giới Tiếp Hiện Chú Giải - các giới thứ 4, 5, 8, 9, 11 và 12, sẽ cho ta rất nhiều lời khuyên cụ thể trong việc thực hành "tứ nhiếp pháp" này.)

---o0o---

BỐN ĐIỀU KIỆN (tứ duyên)

Theo luật duyên sinh thì bất cứ một sự vật nào trong vũ trụ cũng đều do nhiều sự vật khác hợp lại sinh ra. Những sự vật khác đó gọi là "DUYÊN" – nghĩa là điều kiện. Theo Duy Thức Học thì có bốn loại điều kiện tất cả:

1. Nhân duyên, là điều kiện chính, là chủng tử, là cái nhân để sinh ra một vật. Hạt lúa là điều kiện chính để sinh ra cây lúa; chánh niệm là điều kiện chính để phát sinh trí tuệ, v.v...

2. Tăng thượng duyên, là điều kiện phụ giúp. Dù hạt lúa là điều kiện chính, nhưng nó không phải là điều kiện duy nhất và đầy đủ, vì nếu chỉ một mình nó không thôi, cũng không thể làm nẩy sinh ra cây lúa, mà phải nhờ đến nhiều điều kiện khác như đất, nước, phân bón, ánh sáng mặt trời, sức người, sức vật, máy móc v.v..., những thứ này là tăng thượng duyên của hạt lúa. Những điều kiện phụ giúp này cũng có thuận và có nghịch, cho nên chúng có thể phân làm hai loại: những điều kiện giúp cho điều kiện chính phát sinh

và tiến triển cho đến khi có được thành quả mĩ mãn, thì gọi là "thuận tăng thượng duyên"; ngược lại, những điều kiện đe dọa, ngăn cản, phá hoại, làm cho hạt giống không thể phát sinh được, thì gọi là "nghịch tăng thượng duyên". Có điều nên chú ý, không phải lúc nào thuận tăng thượng duyên cũng là tốt và nghịch tăng thượng duyên cũng là xấu, mà cũng có trường hợp ngược lại. Nếu có những điều kiện thuận lợi nào đó đã giúp cho một tâm niệm độc ác phát sinh thành hành động gây đau khổ thì đó là những thuận tăng thượng duyên xấu; trái lại, khi một ý tưởng xấu vừa khởi lên mà người tu học biết dùng những phương pháp hữu hiệu dập tắt liền, không để cho phát hiện thành hành động, thì đó là những nghịch tăng thượng duyên tốt.

3. Sở duyên duyên, là điều kiện đối tượng của nhận thức. Danh từ "sở duyên duyên" gồm có hai danh từ nhập lại: "sở duyên" và "duyên". "Sở duyên" nghĩa là đối tượng của nhận thức; và "duyên" nghĩa là điều kiện. Duy Thức Học nói, "nhận thức luôn luôn bao gồm chủ thể nhận thức và đối tượng nhận thức". Biết thì không thể biết suông, mà phải là biết cái gì; nhận thức luôn luôn phải là nhận thức một đối tượng, cho nên, không có đối tượng thì không có nhận thức. Vì vậy, sở duyên là điều kiện thiết yếu cho thức, tức là điều kiện thiết yếu để vạn pháp có mặt.

4. Đẳng vô gián duyên, là điều kiện tiếp nối liên tục, không gián đoạn của vạn pháp. Trong dòng sống của vạn pháp cần có sự liên tục, nếu gián đoạn thì sẽ không có gì được hình thành cả. Nếu tôi của phút thứ nhất mà không có tôi của giây thứ hai tiếp nối thì sẽ không còn gì là tôi cả! Vì vậy, đẳng vô gián cũng là một điều kiện vô cùng quan trọng cho sự hiện hữu của sự vật.

Bốn điều kiện trên đây đã hợp lại mà làm nên sự vật. Chúng chính là nội dung của đạo lí "Duyên Sinh", theo đó, vạn pháp trong vũ trụ, không có sự vật nào có thể tự mình sinh ra, không có tự ngã riêng biệt, cũng không thể tồn tại một mình. Sự sinh thành và hoại diệt của một sự vật luôn luôn tùy thuộc vào sự sinh thành và hoại diệt của vạn pháp; vì vậy, Duy Thức Học nói, tự tính của vạn pháp là y tha khởi. (Xin xem lại mục "Ba Tự Tính" ở trước.)

---o0o---

BỐN LĨNH VỰC QUÁN NIỆM (tứ niệm xứ - tứ niệm trú)

1. Quán niệm thân thể nơi thân thể.

Quán niệm thân thể nơi thân thể là quán sát để có ý thức rõ rệt về mọi tư thế, trạng thái và hành động của chính thân thể mình. Hành giả luôn luôn có ý thức rõ rệt về hơi thở ra, hơi thở vào, hơi thở dài và hơi thở ngắn của mình. Hành giả biết rõ là mình đang đi, đang đứng, đang ngồi hay đang nằm. Hành giả biết rõ là mình đang ở đâu, làm gì, lúc nào. Những hành động của mình

là có mục đích hay không có mục đích. Đặc biệt lúc thiền tọa, hành giả có thể quán chiếu để thấy rõ những yếu tố cấu tạo nên thân thể mình: yếu tố rắn chắc (thịt, xương v.v...); yếu tố lưu nhuận (nước, máu v.v...); yếu tố viêm nhiệt (sức nóng); và yếu tố chuyển động (hơi thở). Hành giả cũng quán chiếu để thấy rõ từng bộ phận và các chất chứa đựng trong thân thể mình, như da, thịt, xương, đầu, tóc, tay, chân, tim, phổi, máu, phân, nước tiểu, v.v... Hành giả cũng quán sát để thấy được quá trình sinh khởi, tồn tại và hủy diệt của từng tế bào trong cơ thể cũng như của toàn vẹn thân thể mình. Hành giả lại quán tưởng đến thân thể mình sau khi chết, máu khô thịt rữa, còn lại bộ xương trắng trong lòng đất lạnh. Hoặc giả bộ xương ấy cũng có thể nằm trơ vơ trên mặt đất, còn nguyên vẹn hay rã rời nằm rải rác đó đây, từ lúc còn rắn chắc cho đến khi hoàn toàn mục nát trộn lẫn với đất đá cỏ cây. Hành giả cũng lại quán niệm để thấy được rằng da thịt này, bộ xương này, thân thể này chính thật là ta, nhưng cũng không phải là ta. Thân thể ta là hình hài này nhưng cũng không phải chỉ giới hạn, cục bộ và đơn độc trong hình hài này, mà ở đâu đâu cũng có thân thể ta: nơi ngọn cỏ, cành cây, rừng núi, sông hồ, chim muông, tinh tú...; ngược lại, tất cả những thứ ấy cũng hiện diện đầy đủ trong thân thể ta. – Ta chính là sự sống vĩnh cửu của vũ trụ, mà thân thể này chỉ là một phần rất nhỏ của ta.

2. Quán niệm cảm thọ nơi cảm thọ.

Cảm thọ là những cảm giác phát sinh khi sáu giác quan tiếp xúc với đối tượng của chúng. Quán niệm cảm thọ nơi cảm thọ là thường trực nhận diện mọi cảm giác phát sinh trong ta. Một cảnh tượng đẹp làm cho ta cảm thấy thích thú; một cảnh tượng bạo ác làm cho ta sợ hãi; một âm thanh êm dịu hay chát chúa; một giọng nói ngọt ngào hay khó chịu; một mùi thơm của hoa; một vị ngọt của thức ăn; sự nóng bức hay giá lạnh của thời tiết; sự ngứa ngáy do muỗi đốt; sự đau nhức của vết thương; một ý kiến hay làm cho ta khoan khoái; một tư tưởng xấu làm cho ta hổ thẹn v.v... Tất cả những cảm thọ ấy, dù vui hay buồn, khoái lạc hay đau khổ, về vật chất hay tinh thần, khi chúng vừa phát sinh thì hành giả biết rõ là chúng vừa phát sinh; chúng đang còn đó thì biết rõ là chúng đang còn đó; khi chúng đã tiêu mất thì biết rõ là chúng đã tiêu mất; ngay cả khi không có một cảm thọ nào có mặt thì hành giả cũng biết rõ là không có một cảm thọ nào đang có mặt trong ta. Trong khi thiền tọa, hành giả có thể quán niệm để thấy rõ nỗi đau khổ, buồn phiền mà mọi người chung quanh ta đang chịu đựng. Những nỗi khổ đau ấy hoặc là về vật chất, hoặc là về tinh thần, và gây ra do bệnh tật, đói khát, bất an, tham lam, thù hận, chiến tranh, ngu muội v.v... Hành giả cũng có thể quán tưởng đến một xã hội an lạc, trong đó mọi người được sống thanh bình, vì ai cũng hiểu biết, thương yêu và hòa thuận. Hành giả cũng có thể quán chiếu

để thấy rõ tất cả những cảm thọ như vậy ở cả trong đời sống của muôn loài: gia súc, cầm thú, cá tôm, rong rêu, hoa cỏ, núi rừng v.v...

3. Quán niệm tâm thức nơi tâm thức.

Tâm thức là tiếng dùng để chỉ chung cho các hoạt động phi sinh lí, phi vật chất, là các hiện tượng tâm lí như ý tưởng, suy nghĩ, tưởng tượng, phân biệt, hồi ức v.v... Quán niệm tâm thức nơi tâm thức là thường trực quán sát để nhận diện mọi hiện tượng tâm lí phát sinh trong ta. Khi một ý nghĩ hoặc tốt hoặc xấu vừa phát sinh, hành giả nhận biết ngay rằng nó vừa phát sinh. Khi trong tâm có ý niệm tham dục thì hành giả biết rõ rằng mình đang có ý niệm tham dục. Khi trong tâm có ý niệm sân hận, oán thù hay bực bội thì hành giả biết rõ rằng mình đang có ý niệm sân hận, oán thù hay bực bội. Khi trong tâm không có các ý niệm tham dục, sân hận, oán thù hay bực bội thì hành giả cũng biết rõ ràng như vậy. Khi lòng mình đang mê loạn, không tỉnh táo thì hành giả biết rõ rằng lòng mình đang mê loạn, không tỉnh táo. Khi tâm mình đang định tĩnh, sáng suốt, hành giả biết rõ ràng là tâm mình đang định tĩnh, sáng suốt. Khi có tâm khoan dung, từ ái, hòa thuận, hành giả biết rõ tâm mình đang như vậy. Khi có tâm kiêu mạn, nghi ngờ, ganh ghét, hổ thẹn, hối hận v.v..., hành giả đều biết rõ ràng là tâm mình đang như vậy. Khi tâm được an nhiên, thư thái, giải thoát thì hành giả có ý thức rõ rệt về tâm mình như vậy. Hành giả thường xuyên quán sát để thấy rõ quá trình sinh khởi, tồn tại, chuyển biến và hủy diệt của các trạng thái tâm lí ấy trong tâm thức mình. Khi chúng vừa phát sinh thì biết là chúng vừa phát sinh; còn đang tồn tại thì biết là còn đang tồn tại; có biến chuyển thì biết là có biến chuyển; đã tiêu mất thì biết là đã tiêu mất. Trong lúc thiền quán, hành giả có thể quán chiếu để thấy được tâm lí của người khác, một kẻ xấu mà ta đang để tâm thù ghét chẳng hạn. Ta có chịu khó quán sát thì mới hiểu được rõ ràng con người mà ta thù ghét, và nhờ đó mà ta có thể hóa giải mọi thù ghét một cách dễ dàng.

4. Quán niệm đối tượng của tâm thức nơi đối tượng của tâm thức.

Đối tượng của tâm thức, thường được gọi là "pháp". Trong đạo Phật, "pháp" là tiếng dùng để chỉ cho mọi hiện tượng trong vũ trụ. Duy Thức Học chia mọi hiện tượng này thành 100 pháp, gồm trong năm loại là sắc pháp (gồm mọi hiện tượng vật và sinh lí), tâm pháp (gồm các hiện tượng tâm lí đứng về phương diện nhận thức), tâm sở pháp (gồm các hiện tượng tâm lí vốn là thuộc tính của nhận thức), tâm bất tương ưng hành pháp (gồm các hiện tượng không thuộc tâm, sinh hay vật lí), và vô vi pháp (gồm các hiện tượng không lệ thuộc vào nhân duyên)[5]. Điều này cho ta thấy, chẳng những các hiện tượng sinh vật lí là đối tượng của tâm thức, mà ngay cả các hiện tượng tâm lí, các hiện tượng phi-tâm- sinh-vật-lí, và các hiện tượng đứng ngoài

nhân duyên cũng đều là đối tượng của tâm thức. Mặt khác, Duy Thức Học nói rõ rằng: nhận thức luôn luôn là nhận thức một cái gì, như thế cũng có nghĩa là, tâm thức và đối tượng của tâm thức chỉ là một, không có đối tượng thì chủ thể (tâm thức) cũng không có, và ngược lại, không có chủ thể thì cũng không có đối tượng. Rốt cuộc, tâm thức và đối tượng của tâm thức (trong đó có tâm thức) cũng đều là tâm thức, và "tâm quán tâm" là phương pháp mầu nhiệm để đạt tới tuệ giác. Đây không phải là điều nghiên cứu để hiểu, suy tưởng để thấy như người ta học một môn triết học, mà phải là nếp sống thường trực của người tu học. Khi tâm được định tĩnh, hành giả có thể quán niệm về nhân duyên, vô thường, vô ngã và từ bi, cho đến khi nào đạt được trình độ phá chấp, vô úy và đại bi của các vị Bồ-tát. Hành giả có thể lấy ngay bản thân mình để quán sát về hợp thể ngũ uẩn, về tính chất duyên sinh, vô thường, vô ngã v.v... của hợp thể ngũ uẩn ấy. Từ bản thân mình, hành giả quán chiếu hợp thể ngũ uẩn ấy trong vũ trụ, cho đến khi thấy rõ được sự tương quan và đồng nhất giữa mình và vũ trụ. Ta thấy ta trong ngòi bút, cuốn sách, cái bàn, cây xương rồng, ngọn xà lách, và ngược lại. Quán niệm để thấy rõ niềm vui của ta là của người, nỗi khổ của người là của ta. Nói tóm lại, tất cả "pháp môn" đều phải là đối tượng của tâm thức mà người tu học thường xuyên quán chiếu để đem tâm thức thể nhập vào trong đối tượng của tâm thức – tâm thức và đối tượng của tâm thức là một.

---o0o---

BỐN LOÀI (tứ sanh)

1. Thức ăn vật chất, ăn vào bằng miệng (đoàn, hay đoạn thực), là những thức ăn uống trực tiếp nuôi sống thân thể, có khối lượng, có màu sắc, có mùi hương, có vị nếm, và chúng ta ăn vào bằng miệng, như cơm, bánh, trái cây, nước trong, trà, rượu v.v...
2. Các loại thức ăn tinh thần, ăn bằng cách dùng các giác quan tiếp xúc với chúng (xúc thực), như hình sắc, phim ảnh, âm nhạc, mùi hương, xúc chạm v.v... Những loại thức ăn này giúp chúng ta yêu đời để sống.
3. Ý chí muốn sống (tư thực), là những suy nghĩ, những tư tưởng, những quyết tâm, những tranh thủ v.v... của chúng ta để thực hiện bất cứ điều gì nhằm giữ gìn, bảo vệ mạng sống.
4. Tâm thức chính là nền tảng của sự sống – có tâm thức mới có sự sống (thức thực).

Vì thức ăn là để nuôi dưỡng thân tâm, trị liệu các bệnh khổ, cho nên trong khi "ăn" – dù là ăn theo nghĩa nào, người tu học cần phải giữ chánh niệm, để có thể thấy rõ thức ăn mình đang ăn là thực sự "bổ dưỡng" cho thân tâm hay

chỉ là "chất độc" làm hại thân tâm. Và dĩ nhiên là chúng ta chỉ ăn các thức có tính chất bổ dưỡng và trị liệu mà thôi.

---o0o---

BỐN LỜI NGUYỆN LỚN

(tứ hoằng thệ nguyện)

Những người phát tâm tu học và thực hành hạnh Bồ-tát đều phải phát bốn lời nguyện lớn như là hành trang tinh thần cho họ vào đời để thực hiện sứ mạng của mình. Không phát bốn lời nguyện này thì công phu của hành giả sẽ trở nên vô nghĩa.

1. Lời nguyện thứ nhất: Chúng sinh không số lượng, thệ nguyện đều độ khắp.

Lời nguyện này phát xuất từ đức tính từ bi của đạo Phật. Nhìn thấy chúng sinh là nhìn thấy đau khổ. Có nhìn thấy đau khổ mới có ý chí chấm dứt khổ đau. Chữ "độ" ở đây không có nghĩa gì khác hơn là chấm dứt khổ đau để đạt tới giải thoát, an lạc. Do đó chúng ta thấy, nội dung của lời nguyện thứ nhất này gắn bó rất chặt chẽ với sự thật thứ nhất –nhận thức về khổ đau (khổ đế) – của giáo lí Bốn Sự Thật. (Xin xem mục "Bốn Sự Thật" ở sau.) Với lời nguyện này, hành giả đã nói lên ý chí của mình là quyết tâm chấm dứt khổ đau để kiến tạo hạnh phúc, an lạc cho mình và cuộc đời.

2. Lời nguyện thứ hai: Phiền não không cùng tận, thệ nguyện đều dứt sạch.

Lời nguyện này phát xuất từ đức tính hùng lực (hay dũng mãnh) của đạo Phật. Phiền não là tất cả những gì đã gây ra đau khổ cho chúng sinh. Sở dĩ đau khổ cứ triền miên đè nặng cuộc sống là vì con người không thấy được nguyên nhân gây ra đau khổ; hoặc giả có kẻ thấy được thì lại không có đủ lòng từ bi để cứu khổ mà đôi khi còn nhân đó làm cho khổ đau tăng thêm, chồng chất mãi; hoặc giả có người muốn chấm dứt khổ đau nhưng lại không có đủ hùng lực để diệt trừ phiền não là nguyên nhân gây ra đau khổ. Cho nên lời nguyện này đã nói lên ý chí của hành giả quyết tâm đem dũng lực của mình để dứt sạch mọi nguyên nhân đã gây nên đau khổ. Nội dung của lời nguyện có liên hệ mật thiết với sự thật thứ hai – nguyên nhân của khổ đau (tập đế) – của giáo lí Bốn Sự Thật.

3. Lời nguyện thứ ba: Pháp môn không kể xiết, thệ nguyện đều tu học.

Lời nguyện này phát xuất từ đức tính trí tuệ của đạo Phật. Pháp môn là tất cả những phương pháp hành động chân chính dùng để tận diệt phiền não, chấm dứt khổ đau và xây dựng hạnh phúc, an lạc. Đó là những lời Phật dạy được ghi chép trong rừng kinh điển đạo Phật, và tất cả những lời luận thuyết của hàng đệ tử Phật trải qua bao thời đại nhằm xiển dương giáo nghĩa của đức

Phật. Chữ "tu học" ở đây phải được hiểu là học hiểu giáo lí và áp dụng giáo lí ấy một cách thông minh vào đời sống hằng ngày để giúp ích cho chính mình và cho mọi người, mọi loài. Có học như vậy thì pháp môn kia mới trở thành hành trang chính yếu và quí báu cho hành giả vào đời. Pháp môn ấy sẽ là cây kiếm báu để chặt đứt mọi gốc rễ của phiền não, là viên gạch bền chắc để xây nền móng cho tòa nhà an lạc, và là nước trong, gạo trắng, hoa cỏ xinh tươi, không khí thơm lành của cõi tịnh độ. Lời nguyện đã nói lên cái ý chí khai mở trí tuệ của hành giả, vì chúng ta từng biết rằng, tình thương, trí tuệ và hùng lực là ba yếu tố cần thiết, không thể thiếu một, cho những người phát tâm thực hành hạnh Bồ-tát. Nội dung lời nguyện đã gắn bó chặt chẽ với sự thật thứ tư – phương pháp hành động để chấm dứt khổ đau và đạt tới an lạc, giải thoát (đạo đế) – của giáo lí Bốn Sự Thật.

4. Lời nguyện thứ tư: Quả Phật không gì hơn, thệ nguyện được viên thành.

Quả Phật là sự nghiệp giác ngộ đã được trọn vẹn. Đối với người tu học, không có mục đích gì khác hơn, không có địa vị nào cao hơn là đạo quả giác ngộ. Khi đã có đầy đủ ba đức tính từ bi, trí tuệ và hùng lực tức là hành giả đã có đầy đủ tư cách của một đức Phật. Cho nên lời nguyện này đã nói lên cái mục tiêu cuối cùng mà hành giả quyết tâm đạt tới, đó là sự nghiệp giác ngộ toàn vẹn sau khi đã tự độ, độ tha, tự giác, giác tha. Nội dung của lời nguyện đã gắn bó mật thiết với sự thật thứ ba – sự hiện hữu của an lạc và giải thoát (diệt đế) – của giáo lí Bốn Sự Thật.

Thật là rõ ràng, bốn lời nguyện lớn này đã được đặt nền tảng trên giáo lí Tứ Đế; và cũng vì giáo lí ấy là một nhận thức toàn bộ, bất khả phân li về các sự thật to lớn của cuộc sống, cho nên bốn lời nguyện lớn này cũng phải là một ý thức toàn bộ, bất khả phân li của hành giả khi dấn thân vào đời. Bốn lời nguyện đã được trình bày theo một thứ tự hợp lí và liên hệ mật thiết với nhau: Phải thấy được khổ đau mới có ý chí chấm dứt khổ đau để kiến tạo an lạc; muốn vậy phải tu học các phương pháp hành động chính đáng; và khi khổ đau đã chấm dứt, an lạc và giải thoát đã thành đạt thì hành giả thành tựu được sự nghiệp giác ngộ trọn vẹn.

Kinh văn Hán Việt chép bốn lời nguyện lớn này như sau:

Chúng sinh vô biên, thệ nguyện độ.
Phiền não vô tận, thệ nguyện đoạn.
Pháp môn vô lượng, thệ nguyện học.
Phật đạo vô thượng, thệ nguyện thành.

Vì có các tiếng vô biên, vô tận, vô lượng, vô thượng cho nên những lời nguyện của hành giả đã trở thành là những lời "nguyện lớn".

Trong phần "Hồi Hướng" của các nghi thức được in trong tập Nghi Thức Tụng Niệm (toàn bằng quốc văn) do nhà Lá Bối ấn hành năm 1994, bốn lời nguyện lớn này được ghi như sau:

Pháp môn xin nguyện học;
Ơn nghĩa xin nguyện đền;
Phiền não xin nguyện đoạn;
Quả Bụt xin chứng nên.

Lời nguyện "Ơn nghĩa xin nguyện đền" ở đây chỉ là một cách nói khác nhưng có phần rõ ràng, thực tế hơn cách nói "Chúng sinh vô biên, thệ nguyện độ" ở trên. Người tu học luôn luôn nhận thức rằng, tất cả mọi người, mọi loài, mọi vật trong vũ trụ đều có ơn nghĩa với ta, và đều có liên quan ơn nghĩa với nhau. Không gian, thời gian, trăng sao, không khí, đám mây, đống đất, cọng rau, cành hoa, con chim, con cá, con thú, bác nông phu, cô thợ dệt, em bé, cụ già v.v... nghĩa là tất cả những gì hiện hữu chung quanh ta cũng đều là nguồn sống hoặc có liên quan đến sự sống của ta, cho nên đều là ơn nghĩa của ta. Đã biết có ơn thì đền ơn phải là bổn phận. Và cách đền ơn chính đáng, cụ thể của hành giả là bằng mọi cách đem lại lợi ích, an lạc cho đối tượng đền ơn. Đó chính là tư cách phụng sự xã hội của những người tu học. Vậy thì ý nghĩa đích thực của chữ "độ" trên đây không có gì khác hơn là đền ơn, hay phụng sự.

---o0o---

BỐN MỆNH ĐỀ (tứ cú)

Bốn mệnh đề ở đây là bốn lời phát biểu nói lên bốn trình độ hiểu biết về vũ trụ vạn pháp của người tu học khi tuệ giác chưa sáng tỏ.

1. Có (hữu). Vũ trụ vạn hữu là có thật, nghĩa là có một bản ngã đồng nhất, chân thật.
2. Không (vô). Vũ trụ vạn hữu là không có thật, chỉ là giả hợp, hư huyễn, tạm bợ.
3. Vừa có vừa không (diệc hữu diệc vô). Vũ trụ vạn hữu là có thật về mặt bản thể nhưng lại là hư huyễn về mặt hiện tượng.
4. Không có cũng không không (phi hữu phi vô). Quan niệm vũ trụ vạn hữu là có thật về bản thể cũng không phải, mà hư huyễn về mặt hiện tượng cũng không phải.

Dù là "có", dù là "không", dù là "vừa có vừa không", cho đến "không có cũng không không", bốn mệnh đề trên vẫn chỉ là bốn khái niệm về vạn hữu; vả chăng, chúng chỉ là một chuỗi diễn tiến của việc dùng khái niệm sau để phủ nhận khái niệm trước. Trong khi đó thì thật tướng của vạn hữu không thể thấy được bằng khái niệm, không thể diễn tả bằng ngôn từ. Vậy muốn thấy được thật tướng của vạn hữu, hành giả phải vất bỏ cả bốn mệnh đề kia đi, đừng để bị mắc kẹt vào khái niệm, phân biệt. Hãy nhìn cây hồng là cây hồng. Thật tướng của cây hồng chính là cây hồng. Nếu bỏ cây hồng để đi

tìm thật tướng của cây hồng thì suốt đời cũng không bao giờ thấy được thật tướng của cây hồng.

---o0o---

BỐN NGUYÊN TỐ (tứ đại)

Chữ "nguyên tố", danh từ Phật học Hán Việt gọi là "đại", có nghĩa là nhiều, rộng lớn, bao quát, cùng khắp. Tất cả những gì gọi là sắc pháp (vật chất) ở trong vũ trụ, hay gần gũi nhất là chính xác thân con người, đều do bốn nguyên tố sau đây tạo thành:

1. Nguyên tố rắn chắc, hay "đất" (địa đại)
2. Nguyên tố ẩm ướt, lưu nhuận, hay "nước" (thủy đại)
3. Nguyên tố viêm nhiệt, hay "lửa" (hỏa đại)
4. Nguyên tố chuyển động, hay "gió" (phong đại)

Kinh Anh Lạc phân biệt có hai loại "tứ đại": tứ đại có nhận thức (tức là thân thể của các loài có tình thức) và tứ đại không có nhận thức (các loài không có tình thức). Vì vậy, trong các kinh luận thường nói, thân người là do tứ đại hòa hợp mà thành, cho nên chỉ là giả tạm, không thật có.

Ngoài bốn nguyên tố trên, có nơi còn thêm một nguyên tố nữa để thành "ngũ đại": đó là nguyên tố trống rỗng (không đại). Tính chất của hư không là không chướng ngại, nên dung chứa tất cả vạn pháp; và cũng vì có hư không nên mới có tất cả vạn pháp. Những khoảng trống trong thân người đều thuộc về không đại.

Lại nữa, khi đề cập đến năm uẩn (xin xem mục "Năm Uẩn" ở sau), thì năm nguyên tố trên (địa, thủy, hỏa, phong và không) mới chỉ được bao gồm trong "sắc uẩn"; nhưng bản thân con người, ngoài sắc uẩn (phần sinh lí) ra còn có bốn uẩn khác thuộc về tâm lí, nói chung là thức. Vì vậy, trong các kinh điển, ngoài các pháp số về tứ đại, ngũ đại còn có pháp số về lục đại, gồm có: địa, thủy, hỏa, phong, không và thức. Nhưng, khi nói đến hư không tức là nói đến không gian, mà không gian thì tự nó có phương hướng; và đã nói đến không gian thì cũng không thể bỏ sót thời gian; do đó, thỉnh thoảng chúng ta còn thấy có pháp số bát đại, gồm có: địa, thủy, hỏa, phong, không, thời, phương, thức.

---o0o---

BỐN ƠN (tứ ân - tứ trọng ân)

Đối với người tu học, tất cả những gì hiện hữu chung quanh mình đều có ơn nghĩa đối với mình; cho nên, tất cả mọi phụng sự của hành giả đối với

xã hội, dù là cho con sâu, cái kiến, đều mang ý nghĩa của sự đền ơn. Kinh luận thường nói, có bốn đối tượng đền ơn của người tu học. Theo kinh Tâm Địa Quán, bốn ơn ấy là:

1. Ơn cha mẹ.

Cha mẹ sinh thành dưỡng dục là ơn đức vô cùng thâm trọng mà hành giả suốt đời không thể nào quên được.

2. Ơn chúng sinh.

Mọi người và mọi loài chung quanh đều là nguồn sống hoặc liên quan mật thiết về mọi mặt đến sự sống của hành giả.

3. Ơn quốc vương.

Đời sống của hành giả được an ninh, cơm áo nhà ở có đủ, đi lại tiện lợi, không khí tự do thoải mái, làm cho việc hành đạo của hành giả được thuận lợi, dễ dàng, dân chúng an cư lạc nghiệp, đó là nhờ sự điều hành hữu hiệu của guồng máy lãnh đạo quốc gia.

4. Ơn Tam Bảo.

Nhờ có Phật Pháp Tăng mà hành giả có nơi để quay về và nương tựa như hôm nay. Tất cả những đức tính quí báu mà hành giả học hỏi và hành trì để làm nên nhân cách cao thượng cho mình, cũng như những hành trang tinh thần mà hành giả có được để phụng sự xã hội một cách tốt đẹp là đều do từ Tam Bảo.

Vài nơi khác lại nói bốn ơn ấy là:

1. Ơn cha mẹ.
2. Ơn sư trưởng: tức là những bậc đã cho hành giả kiến thức và khai mở cho hành giả trí tuệ cùng tình thương.
3. Ơn quốc vương.
4. Ơn thí chủ: tức là những người cung cấp cho hành giả những vật dụng cần thiết hằng ngày như cơm ăn, áo mặc, thuốc men và nhà ở.

Trong "Nghi Thức Chúc Tán" được in trong tập Nghi Thức Tụng Niệm (toàn bằng quốc văn) do nhà Lá Bối ấn hành năm 1994, bốn ơn này được kể ra như sau:

1. Ơn cha mẹ.
2. Ơn sư trưởng.
3. Ơn bằng hữu và các bậc thiện tri thức.
4. Ơn mọi loài chúng sinh, cây cỏ và đất đá.

Ở đây chúng ta thấy, "bạn bè và các bậc thiện tri thức" cũng đã đóng một vai trò quan trọng trong cuộc đời hành đạo của người tu học. Cha mẹ và sư trưởng đối với hành giả có ơn nặng đã đành, nhưng trên bước đường du phương hành hóa, đâu phải lúc nào hành giả cũng có cha mẹ và sư trưởng ở bên cạnh! Vì vậy, sự có mặt của bạn bè và các bậc thiện tri thức ở từng địa phương thật là cần thiết và hữu hiệu cho hành giả trong việc học hỏi, trao đổi

kiến thức và kinh nghiệm, hoạch định chương trình và phương sách làm việc v.v... Cho nên, họ cũng trở thành một trong bốn ơn nặng của hành giả.

---o0o---

BỐN PHÉP NHƯ Ý (tứ như ý túc - tứ thần túc)

"Như ý túc" là thành tựu như ý mong muốn. Đây là bốn phép tu tập thiền định để đạt được chánh định cùng các khả năng mầu nhiệm (thần thông), là những trợ lực giúp hành giả hoàn thành đạo quả giác ngộ.

1. Lòng mong muốn đạt được đạo quả giác ngộ (Dục như ý túc).
2. Tâm chuyên chú vào đạo quả giác ngộ (Niệm, Tâm, hay Định như ý túc).
3. Chí kiên trì tiến tới đạo quả giác ngộ (Tinh tấn như ý túc).
4. Tham cứu, suy tư, quán chiếu về thực tại để đạt được đạo quả giác ngộ (Tư duy, hay Quán như ý túc).

---o0o---

BỐN PHIỀN NÃO (tứ phiền não - tứ hoặc)

"Phiền não" là những hiện tượng tâm lí xấu xa, sai lầm, là động lực thúc đẩy con người làm nên mọi điều tội lỗi về cả ba nghiệp thân, khẩu và ý. Phiền não còn có nhiều tên gọi khác như: hoặc (sai lạc, lừa dối), kết (đọng, ngưng tụ, thắt buộc), triền (trói, ràng buộc), sử (sai khiến, thôi thúc), lậu (rơi rớt, lọt xuống). Trong tám tác dụng nhận thức[6] tính chất của thức mạt-na là chấp ngã, một tính chất sai lầm của nhận thức về ngã, mà nguyên do là sự tác động của bốn thứ phiền não sau đây:

1. Ngã si. Ngã si tức là vô minh. Vì tâm tính mê muội nên cho rằng có cái ta thực sự tồn tại mà không thấy được tính chất vô ngã của bản thân. Có thể nói, vô minh chính là bản thân của thức mạt-na.
2. Ngã kiến. Ngã kiến, hay ngã chấp, là cái thấy sai lạc do sự phân biệt ngã với phi ngã, ngã với nhân, ngã với pháp.
3. Ngã mạn. Ngã mạn là tính tự mãn, kiêu ngạo, là nguyên do của các hành động khinh khi, hách dịch, phách lối, chèn ép, lộng hành.
4. Ngã ái. Ngã ái, hay tự ái, là tự mê đắm lấy thân danh mình để rồi sinh ra tham dục, ích kỉ, ghen ghét, bảo thủ, oán thù, sân hận.

Bốn cái thấy sai lạc về ngã trên đây thường xuyên tác động trên thức mạt-na, khiến cho sinh ra mọi ác nghiệp, đã làm cho thức này trở thành là đầu mối cho dòng sinh tử luân hồi. Dù là sáu thứ phiền não căn bản hay là hai mươi thứ phiền não phụ thuộc[7] thì cũng đều do từ bốn cái thấy sai lạc về ngã này mà sinh ra; cho nên chúng cũng được gọi là "bốn phiền não căn bản".

---o0o---

BỐN SỰ CẦN MẪN (tứ chánh cần)

Ở một mục sau, khi đề cập tới "tám thức", chúng ta sẽ thấy rằng, thức a-lại-da có khả năng chứa đựng tất cả hạt giống (chủng tử) tốt và xấu. Nếu nó cứ thường xuyên tiếp nhận được các hạt giống tốt thì dần dần các hạt giống xấu sẽ bị lấn át, chuyển hóa, hoặc tiêu diệt. Khi nào trong nó chỉ còn thuần các hạt giống tốt – nghĩa là các hạt giống xấu đã hoàn toàn bị tiêu diệt, thì tự thân nó cũng sẽ được chuyển đổi để trở thành đại viên cảnh trí, một trong bốn trí tuệ của bậc giác ngộ (như mục "Bốn Trí Tuệ" sẽ trình bày ở sau). Nhưng, muốn cho thức a-lại-da thường xuyên được huân tập các chủng tử tốt như vậy, hành giả phải luôn luôn siêng năng thực hành bốn điều sau đây:

1. Phải chấm dứt triệt để các hành động xấu (kể cả về thân, khẩu và ý) đã làm nên. Đừng tái phạm, cũng không làm cho các lỗi lầm ấy to lớn thêm.
2. Phải thấy trước và kịp thời ngăn ngừa, chận đứng các hành động tội lỗi có thể, nhưng chưa xảy ra.
3. Phải thấy được và quyết tâm thực hiện các hành động tốt đáng thực hiện, nhưng chưa được thực hiện.
4. Phải tiếp tục đẩy mạnh và hoàn tất các việc tốt đang được thực hiện.

Đối với bốn điều trên đây, hành giả lúc nào cũng siêng năng và chăm chú thi hành, đừng để cho những giây phút lười biếng, xao lãng xen vào; và như thế tức là hành giả đang sống nếp sống tỉnh thức thường trực. Siêng năng như thế thì gọi là siêng năng chính đáng (chánh cần); nếu siêng năng làm những điều xấu xa, tội lỗi thì gọi là siêng năng bất chánh, chỉ đem lại đau khổ mà thôi.

---o0o---

BỐN SỰ Y CỨ (tứ y)

Có bốn điều nên y cứ và không nên y cứ mà hành giả phải thật cẩn thận để khỏi bị lầm lạc trong khi tu học:

1. Y cứ vào giáo pháp chứ không y cứ vào người dạy giáo pháp (y pháp, bất y nhân).

Giáo pháp là chân lí, là con đường, là các phương pháp hành động đưa đến chỗ diệt trừ khổ đau, có được giải thoát, an lạc, và đạt được tuệ giác siêu việt của bậc giác ngộ. Vì vậy, bất cứ kinh luận nào hàm chứa giáo pháp như thế,

bất cứ người nào giảng dạy hay trước thuật giáo pháp như thế, thì đó là nơi y cứ tu học của hành giả; còn bất cứ kinh luận nào không hàm chứa giáo pháp như thế, và bất cứ người nào, dù họ có tự xưng là Phật sống hay thánh nhân, mà không diễn nói, trước thuật giáo nghĩa như thế, thì hành giả nên tránh xa. Trong thiền môn thường có câu châm ngôn: "Dù cho là chú sa di, nhưng nói năng đúng với chánh pháp thì cũng xứng đáng để cho vị tì kheo nghe theo và học hỏi." (Sa di thuyết pháp sa môn thính.)

2. Y cứ vào ý nghĩa chứ không y cứ vào lời nói (y nghĩa, bất y ngữ).

"Nghĩa" ở đây là nội dung sâu xa, đích thực của chân lí, là thật tánh của vạn hữu. Nó thoát ra ngoài sự diễn đạt của ngôn ngữ, suy tư và khái niệm. Lời nói dù có rõ ràng, chính xác đến mức độ nào đi nữa, thì vẫn là cái khung hạn hẹp, gò bó, không đủ khả năng làm hiển lộ chân tướng của thực tại. Vì vậy, lời nói chỉ được xem là phương tiện cần thiết giúp hành giả đạt tới chân lí, như dùng chiếc bè để qua sông, như ngón tay để trỏ thấy mặt trăng. Khi đã qua sông rồi thì bỏ chiếc bè đi, khi đã thấy mặt trăng rồi thì không cần ngón tay nữa. Cũng vậy, hành giả hãy xuyên qua ngôn thuyết để tìm thấy chân lí, và khi đã thấy được rồi thì không còn y cứ vào ngôn thuyết nữa. Một câu chuyện điển hình mà chúng ta có thể dùng để chiêm nghiệm trong trường hợp này là câu chuyện đức Phật đưa cành hoa lên trước đại chúng và tôn giả Đại Ca Diếp đã nhìn cành hoa mỉm cười.

3. Y cứ vào trí chứ không y cứ vào thức (y trí, bất y thức).

Ở đây, "trí" là trí tuệ giác ngộ, và "thức" là các tác dụng nhận thức. Như mục "Bốn Trí Tuệ" sẽ được trình bày ở sau, khi tâm còn ở trạng thái ô nhiễm, mê muội, sai lầm thì gọi là "thức", và khi đã được chuyển đổi hoàn toàn sang trạng thái thanh tịnh, giác ngộ, thì nó trở thành "trí". Tính chất của nhận thức luôn luôn là biến kế chấp, cho nên chỉ đạt được tự tính biến kế sở chấp của sự vật. Chỉ có dùng trí tuệ quán chiếu tự tính y tha khởi của thực tại thì mới thấy được tự tính viên thành thật của thực tại mà thôi. Vậy người tu học không nên trông cậy vào cái biết của thức (vì đó chỉ là tâm vọng tưởng phân biệt), mà chỉ trông cậy vào cái thấy chứng ngộ của tuệ giác mà thôi.

4. Y cứ vào kinh "liễu nghĩa" chứ không y cứ vào kinh "bất liễu nghĩa" (y liễu nghĩa kinh, bất y bất liễu nghĩa kinh).

Trong ba tạng giáo điển Phật giáo, có các loại kinh luận hướng dẫn người tu học đi thẳng vào chân tướng của thực tại một cách mau lẹ, dứt khoát và trọn vẹn, được gọi là kinh "liễu nghĩa" (hầu hết là kinh điển đại thừa); còn các loại kinh luận không đề cập đến chân tướng của thực tại, hoặc có đề cập nhưng không bằng cách trực tiếp, dứt khoát, trọn vẹn, mà chỉ là dùng phương tiện để hướng dẫn từng bước một, dành cho những người có cơ trí chậm chạp, thấp kém, thì gọi là kinh "bất liễu nghĩa". Ví dụ, đối với vấn đề "sinh tử - niết bàn", kinh bất liễu nghĩa nói: Sinh tử là đau khổ. Người trí

nên chán ghét sinh tử, dứt bỏ tâm tham muốn tái sinh để hưởng được niềm an lạc giải thoát nơi cảnh giới niết bàn. Trong khi đó, kinh liễu nghĩa lại nói: Sinh tử và niết bàn chỉ là hai trạng thái của cùng một thực thể. Những cách nói như: "Phật và chúng sinh là một"; "phiền não tức là bồ đề"; "chuyển thức thành trí"; "chủ thể và đối tượng là một toàn bộ nhận thức"; "không có nhị thừa hay tam thừa mà chỉ có nhất thừa" v.v..., đều là những khai thị trực tiếp, trọn vẹn vào thực thể chân như của kinh liễu nghĩa. Mục đích của người tu học theo con đường đại là "kiến tánh thành Phật", cho nên chỉ lấy kinh liễu nghĩa làm chỗ y cứ, mà không nên trông cậy vào kinh bất liễu nghĩa; đó cũng là chủ ý của đức Phật trong các bộ kinh đại thừa như Hoa Nghiêm, Pháp Hoa, Niết Bàn v.v...

---o0o---

BỐN SỰ THẬT (tứ đế - tứ chân đế - tứ diệu đế - tứ thánh đế)

Sau khi thành đạo, đức Phật đã đến vườn Nai (Lộc uyển) gần kinh thành Ba-la-nại và nói bài pháp đầu tiên về Bốn Sự Thật (tứ đế). Năm vị sa môn đang tu tập tại đây (gồm Kiều Trần Như, Ác Bệ, Thập Lực Ca Diếp, Ma Ha Na Ma và Bạt Đề – đều là bạn đồng tu với Phật lúc trước ở rừng Khổ-hạnh), nhờ nghe pháp thoại này mà tỉnh ngộ, trở thành năm vị đệ tử xuất gia đầu tiên của Phật. Có thể nói, đó là giáo lí căn bản của đạo Phật. Tất cả mọi kinh điển, giới luật hay luận thuyết (thuộc tiểu thừa cũng như đại thừa) đều nhằm phát huy ý nghĩa sâu xa của giáo lí Bốn Sự Thật mầu nhiệm này.

1. Sự thật thứ nhất: Sự Có Mặt Của Khổ Đau (khổ đế).

Sự có mặt của khổ đau trong đời sống là sự thật hiển nhiên. Người ta chỉ có thể tìm cách để tránh khổ đau, vượt thoát khổ đau, hay tiêu diệt khổ đau, chứ không thể nào chối bỏ được khổ đau. Bương chải vì cuộc sống, nghèo túng, đói lạnh, bệnh tật, già yếu, mất mát, chiến tranh, chết chóc, biệt li, thất vọng, chia rẽ, đố kị, bất công, tủi nhục, thù hận, ngu dốt v.v..., đều là những khổ đau thường trực của đời sống mà bất cứ ai cũng phải trải qua. Kinh Chuyển Pháp Luân nói: "Quí vị nghĩ xem bên nào nhiều hơn, nếu đem so sánh nước trong bốn biển với nước mắt tuôn ra suốt cuộc hành trình dài đằng đẵng từ khi quí vị hối hả chen lấn nhảy vào dòng sông sinh tử? Quí vị đã than khóc quá nhiều vì phải chung sống với những gì không vừa ý và phải xa lìa những gì thật thân yêu trìu mến. Quí vị phải đau khổ vì cha mẹ lìa trần, vì phải mất con cái, phải chia lìa anh chị em; và nước mắt của quí vị đã đổ ra còn nhiều hơn nước trong bốn biển. Lại nữa, những dòng máu đã chảy ra từ thân xác quí vị vì bị hành hạ, tra tấn, tàn sát trong suốt cuộc hành trình dài đằng đẵng ấy cũng nhiều hơn nước trong bốn biển..."

2. Sự thật thứ hai: Nguyên Nhân Sinh Ra Khổ Đau (tập đế).
Bất cứ một hiện tượng đau khổ nào cũng đều do một hoặc nhiều nguyên nhân sinh ra. Một cách tổng quát, Phật dạy rằng, sự thiếu sáng suốt (vô minh), lòng tham dục, sân hận, là những nguyên nhân to lớn nhất đã sinh ra đau khổ. Kinh Chuyển Pháp Luân nói: "Chính lòng tham dục là nguyên nhân đưa đến khổ đau. Bị lòng tham dục chi phối và sai khiến, chúng sinh phải dính mắc và tạo ra vô số nghiệp, đưa tới muôn ngàn thống khổ như già nua, bệnh tật, chết chóc, sầu não, đau đớn, thất vọng v.v... Đến một thời gian nào đó, nước ở biển cả cạn khô, quả đất bị lửa thiêu hủy, nhưng các điều thống khổ vẫn còn tồn tại nếu chúng sinh vẫn bị màn vô minh che lấp, vẫn sa vào cạm bẫy của tham dục, vẫn hối hả chen lấn nhau nhảy vào dòng sông sinh tử."
3. Sự thật thứ ba: Sự Chấm Dứt Khổ Đau hay Sự Có Mặt Của Giải Thoát Và An Lạc (diệt đế).
Tuy khổ đau là sự thật hiển nhiên của cuộc sống, nhưng đó không phải là sự kiện bền chắc đến độ không thể phá vỡ được; trái lại, đó là sự kiện mà chúng ta có thể làm cho vơi bớt, cũng như có thể vượt thoát và tiêu diệt được. Khổ đau càng vơi bớt thì niềm vui càng to lớn; vượt thoát được khổ đau thì liền được giải thoát; chấm dứt được khổ đau thì liền có an lạc. Cho nên, nếu khổ đau đã là sự thật hiển nhiên của cuộc sống thì an lạc và giải thoát cũng là sự thật hiển nhiên của cuộc sống. Nói cách khác, khổ đau và an lạc luôn luôn là hai mặt của cùng một thực tại. Kinh Chuyển Pháp Luân nói: "Bị bối rối vì tham dục, bị cuồng loạn vì sân hận, bị mù quáng vì si mê, bị tràn ngập bởi ảo vọng, con người sẽ hướng về sự hủy diệt mình, hủy diệt kẻ khác, để rồi gánh chịu đau khổ. Cho đến khi nào tâm tham dục, sân hận, si mê bị tẩy trừ thì chừng đó con người sẽ không còn định hủy diệt mình, hủy diệt kẻ khác, và chẳng còn đau khổ nữa. Người có tâm thanh tịnh, không còn sân hận, tham vọng, phiền não, thấy các trạng huống đối đãi (như tốt xấu, lành dữ, lớn nhỏ, cao thấp, sang hèn v.v...) mà vẫn thản nhiên, không xao động, người ấy đã vượt khỏi những đau khổ về già nua, bệnh tật, sinh tử rồi vậy. Như thế, niết bàn có thể thành đạt ngay trong kiếp hiện tại. Dập tắt tham dục, sân hận, si mê, đó là niết bàn."
4. Sự thật thứ tư: Con Đường Diệt Khổ Để Đạt Được An Lạc Và Giải Thoát (đạo đế).
Muốn diệt trừ khổ đau để có được an lạc và giải thoát, người tu học phải biết cách hành động chính đáng và cụ thể. Các giáo lí đề cập về ba môn học giải thoát (tam vô lậu học), bốn lĩnh vực quán niệm (tứ niệm xứ), năm khả năng (ngũ căn), năm sức mạnh (ngũ lực), sáu phép qua bờ (lục độ), bảy yếu tố giác ngộ (thất giác chi), tám nguyên tắc hành động chân chính (bát chính đạo) v.v... đều có thể coi là những hướng dẫn căn bản, cặn kẽ, chính đáng và

cụ thể mà người tu học phải áp dụng trong đời sống hằng ngày để vượt thoát khổ đau, đem lại nếp sống hạnh phúc, an lạc cho bản thân, cho gia đình, cho xã hội và cho muôn loài. Kinh Chuyển Pháp Luân nói: "Một đàng là buông thả say mê trong các thú vui trần tục, nhơ bẩn, thấp hèn; còn đàng khác là tự chế bằng cách hành hạ thân thể; cả hai đều không thanh cao mà cũng chẳng đem lại ích lợi gì. Bậc Toàn Giác tránh cả hai nẻo đó và đã khám phá, xây đắp nên con đường đi giữa, rồi đem ra giảng giải, giáo hóa để đưa chúng sinh tới nơi an lạc, tới sự nhận xét rõ rệt, tới giác ngộ, tới niết bàn. Con đường đó không hành hạ thân thể, không gây đau đớn, than van, khổ não. Đó là con đường huyền diệu gồm có tám cách hành trì chân chính để tẩy uế nội tâm, để thấy rõ chân lí, đưa đến chấm dứt nguồn gốc khổ đau. Chẳng bao lâu nữa, chính trong kiếp này đây, nếu quí vị cố công học hỏi, trì chí thực hành thì sẽ thành đạt đạo quả giải thoát không sai."

Giáo lí bốn sự thật này được xây dựng căn cứ trên luật nhân quả, theo đó, có hai cặp nhân quả như sau được trình bày theo thứ tự Quả trước, Nhân sau:

1) Quả: Khổ đau có mặt,

Nhân: Vì có các nguyên nhân gây ra khổ đau.

2) Quả: Khổ đau chắc chắn sẽ chấm dứt,

Nhân: Do thực hành các nguyên tắc hành động chân chính.

Hai cặp nhân quả trên đây phải được nhìn trong mối tương quan mật thiết của chúng, và do đó, giáo lí Bốn Sự Thật cũng phải là một toàn bộ hệ thống nhận thức nhằm trình bày nguyên vẹn các sự thật to lớn của đời sống. Sự thật thứ nhất, sự có mặt của khổ đau, là nhận thức đầu tiên và căn bản của đạo Phật. Không có nhận thức này thì đã không có Phật và đạo Phật. Nhưng nếu chỉ có nhận thức đó mà thôi, hay nói cách khác, nếu chỉ dừng lại ở nhận thức đó thì cũng không bao giờ có Phật và đạo Phật. Vì sao? Vì khổ đau chỉ là một mặt của đời sống, trong khi đó, ở mặt khác của đời sống, chúng ta còn thấy có hạnh phúc và an lạc. Vì thế, cả sự có mặt của khổ đau (sự thật thứ nhất) và sự có mặt của hạnh phúc và an lạc (sự thật thứ ba) đều là những nhận thức căn bản của đạo Phật. Phải có đủ hai nhận thức như thế mới gọi là đạo Phật. Và mục tiêu của đạo Phật là gì? Điều chắc chắn không phải là chỉ nhằm trình bày một cách tiêu cực về hai nhận thức đó. Mục tiêu của đạo Phật là chấm dứt khổ đau để đạt tới an lạc và giải thoát. Muốn vậy, trước hết phải thấy được khổ đau và có ý chí muốn dứt trừ khổ đau. Muốn dứt trừ khổ đau thì phải tìm cho ra những nguyên nhân xa gần nào đã gây ra khổ đau; vì chúng ta biết rằng, chỉ cần diệt trừ được những nguyên nhân kia thì khổ đau tức khắc chấm dứt. Cho nên việc tìm kiếm để thấy rõ nguyên nhân của khổ đau là một công phu vô cùng quan trọng của người tu học. Nó đòi hỏi sự tập trung tâm ý, óc sáng suốt, tinh thần dũng cảm, vô tư và thành thật. Sau khi các nguyên nhân gây ra đau khổ đã được khám phá, bây giờ hành giả sẽ tìm

và chọn các phương pháp hành động chính đáng và thích hợp nhất để trừ khử các nguyên nhân ấy.
Do trên chúng ta thấy, luật nhân quả áp dụng vào giáo lí Bốn Sự Thật sẽ là chiếc chìa khóa hữu hiệu cho người tu học, dùng mở tung các cánh cửa của ngôi bệnh viện to lớn là đời sống của chính mình và của nhân loại, trong đó đang có nhiều căn bệnh trầm kha cần phải được chẩn trị. Những lời Phật dạy trong các kinh điển luôn luôn là những hướng dẫn căn bản và thực tế, nhưng phải được áp dụng một cách thông minh – vừa khế lí lại vừa khế cơ – vào đời sống hằng ngày thì mới trở nên có giá trị lớn lao và hữu ích cho chính mình và cho cả muôn loài; chứ nếu chỉ được đọc tụng suông thì chúng sẽ trở thành một thứ sở tri chướng như bao nhiêu sở tri chướng khác.

---o0o---

BỐN TẤM LÒNG RỘNG LỚN (tứ vô lượng tâm)

Danh từ Phật học Hán Việt gọi bốn tấm lòng rộng lớn là "tứ vô lượng tâm". Chữ "vô lượng" trong kinh luận Phật giáo thường dùng, bao giờ cũng có nghĩa là rất nhiều, không thể đếm, đo đạc, hay đong lường được. Riêng ở đây, chữ "vô lượng" hay "rộng lớn" còn mang ý nghĩa là bao trùm tất cả, không hạn hẹp bởi không gian và thời gian; bình đẳng, không phân biệt ta - người, thân - sơ, bạn - thù, người - vật, trí - ngu, lành - dữ, sang - hèn, v.v... Bốn tấm lòng rộng lớn là bốn đức tính cao thượng mà các đức Phật và các vị Bồ-tát luôn luôn thực hiện trong việc độ sinh để đem lại lợi ích, an lạc cho tất cả chúng sinh.

1. Lòng từ rộng lớn (từ vô lượng tâm).

Từ là trang trải niềm vui đến tất cả mọi người, mọi loài. Do có lòng từ rộng lớn cho nên hành giả có thể giúp ích cho tất cả đều được lợi ích, an vui, về cả vật chất lẫn tinh thần. Tình thương rộng lớn bao giờ cũng là vô điều kiện, chứ nếu là có điều kiện thì không phải là "từ vô lượng tâm". Để thể hiện lòng từ, trước hết chính ta phải là nguồn vui rồi mới san sẻ niềm nui cho người, chứ nếu lấy niềm vui của người này đem cho người khác thì không phải là lòng từ.

2. Lòng bi rộng lớn (bi vô lượng tâm).

Bi là lòng xót xa khi thấy mọi người, mọi loài đang bị dày vò trong khổ đau. Do có lòng bi rộng lớn mà hành giả biết buồn cái nỗi buồn của người, khổ đau vì sự khổ đau của người, từ đó hành giả sẽ khám phá ra các nguyên nhân và tìm phương pháp hành động chính đáng để chấm dứt niềm đau nỗi buồn ấy. Phải đem người đau khổ ra khỏi cảnh khổ mới gọi là "bi vô lượng tâm", và đó mới là ý nghĩa của sự cứu khổ; còn nếu lấy cái khổ của người này để

dời sang cho người khác thì không phải là lòng bi, mà chỉ là hành động của kẻ ác mà thôi.

3. Lòng hỉ rộng lớn (hỉ vô lượng tâm).

Hỉ là niềm vui có được khi hành giả trông thấy người khác đã thoát được khổ đau và đang có an lạc. Do có lòng hỉ rộng lớn mà hành giả luôn luôn biết vui cái vui của người. Đó là niềm vui trong sáng trong một không khí an lạc, hạnh phúc chân thật; hoàn toàn trái ngược với niềm vui gượng gạo do lòng đố kị vì thấy người khác được an lạc, hoặc niềm vui kiêu hãnh, tự mãn vì nghĩ rằng niềm an lạc của người là do mình mà có.

4. Lòng xả rộng lớn (xả vô lượng tâm).

Xả là sự buông bỏ, không chấp trước, không ôm giữ tri kiến, không phân biệt, không bị vướng mắc bởi thành bại, khen chê. Do có lòng xả rộng lớn mà hành giả trừ khử được lòng tham dục, hận thù và đố kị. Do có lòng xả rộng lớn mà hành giả có thể chịu đựng, hi sinh vì người, cũng như không từ bỏ bất cứ công tác độ sinh nào. Do có lòng xả mà hành giả dứt bỏ được ý thức tự mãn, kiêu mạn hoặc niềm thất vọng, buồn phiền bởi những thành công và thất bại trong các công tác phục vụ xã hội. Do có lòng xả mà hành giả bỏ được những "sở tri" của mình để lắng nghe kẻ khác và tiếp nhận những kiến thức đúng đắn mới, hầu có thể thẳng tiến mãi trên đường giác ngộ. Tóm tắt lại, chỉ khi nào có được "xả vô lượng tâm" thì hành giả mới có được niềm vui hồn nhiên, trong sáng và thanh thoát (tức là hỉ vô lượng tâm) của một người giải thoát, đạt đạo.

Bốn tấm lòng rộng lớn Từ, Bi, Hỉ, Xả là bốn đức tính khác nhau, nhưng cùng liên quan mật thiết với nhau, trong đó, Xả được coi là đức tính bao trùm, là chất liệu cần thiết để làm nên ba đức tính kia. Thật thế, nếu có Từ mà không có Xả thì tình thương tuy có nhưng cũng chỉ vì ta mà thương; nếu Bi mà không có Xả thì sự xót xa kia cũng chỉ là xót xa cho chính ta; Hỉ mà không có Xả thì niềm vui kia có được là chỉ vì ta mà thôi; hoàn toàn đều không phải là rộng lớn. Cho nên có thể nói, nếu không có lòng Xả thì cả "bốn tấm lòng rộng lớn" đều không thành đạt được.

Lại nữa, bốn đức tính trên đây cũng có khi được gộp lại thành hai cặp: "từ bi" và "hỉ xả". Sự gộp lại này cho thấy một điều rất quan trọng, là Từ và Bi bao giờ cũng phải đi đôi với nhau, không thể nào có Từ mà không có Bi, hoặc có Bi mà không có Từ; trong khi đó, Hỉ và Xả cũng như vậy. Phải thấy rằng, từ bi là đặc tính khởi đầu và căn bản của tinh thần đạo Phật; bởi vì, như trong mục "Bốn Sự Thật" ở trên vừa nói, đạo Phật được xây dựng bắt đầu bằng sự nhận thức rõ rệt về khổ đau, nhưng muốn có được cái nhận thức ấy thì trước hết phải có lòng từ bi. Không có lòng từ bi sẽ không bao giờ nhìn thấy được khổ đau, do đó cũng không thể nào có được ý thức và hành động cứu vớt khổ đau. Cho nên đôi khi đạo Phật còn được gọi là đạo Từ Bi là vì

vậy. Trong khi đó, hỉ xả là nếp sống thường trực của những bậc đạt ngộ trong đạo Phật. Thật vậy, chỉ có những bậc đã giải thoát, an lạc, tự tại mới thực sự có được nếp sống hỉ xả, cho nên đôi khi đạo Phật còn được gọi là đạo Hỉ Xả. Xét cho cùng thì chúng ta phải nói cho đầy đủ rằng, đạo Phật là đạo Từ Bi Hỉ Xả, vì đã có từ bi thì đồng thời cũng có hỉ xả, đã có được hỉ xả thì tức là cũng đã có từ bi; không thể có từ bi nếu không có hỉ xả, cũng như không thể có hỉ xả nếu không có từ bi; Từ Bi Hỉ Xả là nếp sống toàn bộ, trọn vẹn của hạnh Bồ-tát.

---o0o---

BỐN TRÍ TUỆ (tứ trí)

Nguyên tắc căn bản được đặt ra cho người tu học là phá trừ tà kiến (cái thấy sai lạc do chấp trước, cắt xén, phân biệt) để thấy được chân tướng của thực tại. Đây chính là tuệ giác siêu việt của bậc giác ngộ – mà danh từ Phật học Hán Việt gọi là "xuất thế gian trí", "vô phân biệt trí", hay "nhất thiết chủng trí". Tuệ giác này chỉ có thể đạt được khi hành giả hoàn toàn không còn sự phân biệt về nhân và ngã, chủ thể và đối tượng, chứng đắc và đối tượng của chứng đắc – nghĩa là khi mà mọi thứ kiến chấp hoàn toàn bị dập tắt. Từ ngữ "đạt được" ở đây không có nghĩa là có thêm được một cái gì mới mẻ từ đâu đến, nhưng đó chính là sự chuyển đổi từ một trạng thái này sang một trạng thái khác ở chính ngay một thực thể. Ở đây, tuệ giác là sự chuyển đổi từ tám tác dụng nhận thức(1) ô nhiễm, sai lầm, trở thành bốn trí tuệ thanh tịnh, giác ngộ.

1. Đại viên cảnh trí.

"Đại viên cảnh" là tấm gương lớn tròn đầy. Tuệ giác này chính là bản thể hoàn toàn trong sạch, sáng suốt, không còn bị bất cứ thứ bợn nhơ nào che lấp, hoặc làm cho mờ tối. Nó được hình dung như một tấm gương to lớn, vẹn toàn, trong sáng, không chỗ nào bị sứt mẻ hay vẩn đục, dính bụi, rọi chiếu rõ ràng chân tướng vạn hữu. Tuệ giác này chính là trạng thái thanh tịnh, giác ngộ của thức a-lại-da(1) sau khi các chủng tử ô nhiễm tiềm tàng trong thức này đã được chuyển hóa tận gốc rễ. Hay nói cách khác, đây là một thực thể mà khi còn ở trạng thái ô nhiễm thì tức là thức a-lại-da, và khi đã được chuyển đổi thành hoàn toàn thanh tịnh thì tức là trí đại viên cảnh – và đó cũng tức là chân như, là bản thể, là pháp thân.

2. Bình đẳng tánh trí.

"Bình đẳng tánh" tức là tính không kiến chấp, không phân biệt, không cắt xén. Tuệ giác này có khả năng thấy được tính cách bình đẳng của vạn pháp. Nó hoàn toàn thoát khỏi sự ràng buộc của tà kiến, chấp trước, phân biệt nhân

và ngã, chủ thể và đối tượng. Vì không còn bị tà kiến chi phối nên hành giả có thể hóa hiện tự do, tùy cơ ứng dụng trong mọi công tác độ sinh. Bình đẳng tánh trí chính là trạng thái thanh tịnh, giác ngộ của mạt-na thức(1) sau khi các kiến chấp mê muội của thức này đã bị phá vỡ.

3. Diệu quán sát trí.

Đây là tuệ giác chuyển đổi từ ý thức[8]. Nó có khả năng nhìn thấu được tâm lí của mọi loài chúng sinh, thấy rõ được mọi nhu yếu và mọi vấn đề khó khăn của họ, cũng như biết được một cách sáng tỏ các giáo lí cùng là phương tiện thích hợp dùng để cứu giúp, khiến họ có thể tự tỉnh thức và mở mang giác tính. Nó cũng còn có thể thực hiện được những phép mầu nhiệm – mà ta thường gọi là thần thông – trong công việc độ sinh.

4. Thành sở tác trí.

"Sở tác" là những gì có thể làm, nên làm và đang làm – ở đây là công tác độ sinh. "Thành" là hoàn tất, mang ý nghĩa như trong các từ kép "hoàn thành", "thành công", "thành tựu". Thành sở tác trí là tuệ giác được chuyển đổi từ năm thức cảm giác(1). Nó có khả năng thực hiện được mọi phép mầu nhiệm trong các công tác độ sinh.

"Những tuệ giác được chuyển từ các thức mà thành ấy chỉ có thể nhận thấy được trong lĩnh vực tự tại hóa hiện. Những người đã giác ngộ, tuy sinh hoạt trong thế gian, nhưng không bị kiềm thúc bởi nghiệp báo và triền sử[9]. Lí do có mặt của họ là để độ sinh. Vì vậy, trong nhân cách họ, vốn là hoa trái của sự hóa hiện từ diệu thể viên thành thực[10], các tuệ giác kia tác động như những phép nhiệm: tuệ giác không còn là thức. Nhìn một bông hoa, bậc giác ngộ cũng thấy như bất cứ ai rằng đó là một bông hoa. Sự khác nhau giữa hai bên là ở chỗ bông hoa của bậc giác ngộ không phải là một sản phẩm của biến kế chấp[11]." (Nhất Hạnh, Vấn Đề Nhận Thức Trong Duy Thức Học, Lá Bối, Paris, 1978, trang 114)

---o0o---

BỐN LOÀI (tứ sanh)

Các kinh điển Phật giáo thường dùng chữ "bốn loài" (tứ sanh) để chỉ cho bốn cách thức từ đó các sinh vật được sinh ra ở thế gian:

1. Các loài sinh vật sinh ra từ bào thai trong bụng mẹ (thai sanh), như loài người, các giống thú như bò, trâu, ngựa v.v...
2. Các loài sinh vật sinh ra từ trứng (noãn sanh), như các giống chim, rắn, rùa v.v...

3. Các loài sinh vật sinh ra chỗ ẩm thấp (thấp sanh), như các giống bọ, côn trùng v.v...
4. Các loài sinh vật sinh ra bằng cách chuyển hóa (hóa sinh), như các giống tằm, bướm v.v...
Người Phật tử thường xưng tán đức Phật là bậc "Đạo Sư của ba cõi", và là đấng "Cha Lành của bốn loài". Khi cứu độ chúng sinh, các vị Bồ-tát luôn luôn đem tình thương trải rộng một cách bình đẳng trên cả bốn loài.

---o0o---

BỐN LOẠI THỨC ĂN (tứ thực)

Thức ăn là để nuôi sống cả thân lẫn tâm của chúng sinh. Có bốn loại thức ăn:
Danh từ Phật học Hán Việt gọi lĩnh vực quán niệm là "niệm xứ" hay "niệm trú". Niệm là có ý thức, để tâm tới, thuật ngữ thiền học gọi là quán niệm. Xứ là chỗ, nơi, lĩnh vực, đối tượng; niệm xứ là đối tượng hay lĩnh vực quán niệm – tức là nơi mà hành giả để tâm tới, đặt ý thức lên đó. Trú nghĩa là ở, như trong từ ngữ "cư trú", "an trú"; niệm trú là duy trì ý thức trên đối tượng quán niệm – tức là quán chiếu đối tượng trên ngay đối tượng đó.
Từ lâu nay người học Phật thường được dạy về bốn lĩnh vực quán niệm như sau:
1. Quán niệm rằng thân thể là không trong sạch (quán thân bất tịnh). Hành giả hãy quán niệm rằng, thân thể là xác thịt do cha mẹ sinh ra. Tất cả những gì làm nên và chứa đựng trong thân thể (như da, thịt, máu, mủ, phân, nước tiểu v.v...) đều dơ bẩn, hôi hám, không có thứ gì là trong sạch.
2. Quán niệm rằng mọi cảm thọ đều là đau khổ (quán thọ thị khổ). Hành giả hãy quán niệm rằng, dù cảm thọ có vui có khổ, nhưng ở thế gian không bao giờ có cái vui chân thật, còn cái khổ thì đầy dẫy. Nếu có cái vui thì cũng chỉ là tạm bợ, và chỉ là cái khổ trá hình; rốt cuộc, cái vui lại là nguyên nhân của cái khổ. Bởi vậy, tất cả mọi cảm thọ đều chỉ là đau khổ. Có chỗ cũng giải thích "thọ thị khổ" là có nhận lãnh là có đau khổ. Trước tiên là nhận lãnh cái thân này, cái tâm này; sau đó là nhận lãnh các thứ cơm ăn, áo mặc, nhà ở, thuốc thang, mọi thứ vật dụng, rồi nào là sắc, thanh, hương, vị, xúc, v.v..., tất cả những gì ta thọ nhận trong đời sống đều là nguồn gốc sinh ra đau khổ.
3. Quán niệm rằng tâm ý là vô thường (quán tâm vô thường). Hành giả hãy quán niệm rằng, tâm ý luôn luôn thay đổi, từng phút từng giây, không bao giờ ngưng nghỉ. Không có một ý nghĩ, một trạng thái tâm lí nào là bền vững, chắc chắn.

4. Quán niệm rằng vạn pháp là vô ngã (quán pháp vô ngã). Hành giả hãy quán niệm rằng, vạn pháp ở thế gian đều do nhân duyên hòa hợp mà làm nên, không vật gì có bản tính độc lập, chân thật.

Mục đích của phương pháp quán niệm như trên là để hành giả tự cảnh giác trên đường tu tập. Khi đã thấy rõ thân thể là dơ nhớp thì hành giả sẽ nhàm chán nhục dục, sẽ diệt được những ham muốn thể xác, không để mình bị lôi cuốn bởi những quyến rũ của ái dục. Khi đã thấy rõ được tất cả mọi cảm thọ, mọi cái thọ nhận đều là đau khổ thì hành giả không còn để cho mình bị tham đắm vào những thú vui thường tục, những nghiện ngập trác táng, những nhu cầu quá độ hay vô ích chỉ nhằm thỏa mãn lòng tham. Khi đã thấy rõ tâm ý là vô thường thì hành giả có thể tùy từng trường hợp, từng hoàn cảnh mà đối trị với những vọng tưởng, những tà niệm của chính mình; hoặc có thể giữ được tâm bình thản trước những oan nghịch, những phản trắc của tình đời. Khi đã thấy rõ các pháp là vô ngã thì hành giả đã mở được con mắt tuệ cho chính mình, một niệm tham cũng không còn, tâm chấp trước cũng tiêu mất.

Đành rằng bốn phương pháp quán niệm trên là những hướng dẫn tốt cho sự tu tập, nhưng nếu nhìn kĩ lại, ta thấy chúng có mang tính cách giáo điều, khuôn khổ, gò bó. Tại sao khi quán niệm thân thể thì chỉ thấy nó là bất tịnh, mà không thấy nó cũng là vô thường, vô ngã v.v...? Tâm là vô thường, chứ thân thể, cảm thọ và vạn pháp không vô thường sao? Về pháp cũng vậy. Những thuộc tính bất tịnh, đau khổ, vô thường, vô ngã của vạn pháp dĩ nhiên là có thực, nhưng hành giả phải quán chiếu để thấy chứ không phải do người khác bảo như vậy thì biết như vậy. Sự thực thì công phu quán chiếu – và quán chiếu càng sâu sắc – sẽ đem lại cho hành giả những cái thấy sáng tỏ hơn nhiều về thực tại; như quán chiếu về thân thể chẳng hạn, hành giả sẽ thấy được những sự bất tịnh của thân thể mà đồng thời cũng thấy được cả những mầu nhiệm của thân thể; đối với cảm thọ, tâm ý v.v... cũng vậy. Cuộc sống có mặt tiêu cực nhưng cũng có mặt tích cực; có khổ đau nhưng cũng có hạnh phúc; có những thọ nhận vô ích, tội lỗi, nhưng cũng có những thọ nhận hữu ích, tốt đẹp.

Vậy chúng ta hãy thực tập phương pháp quán niệm theo tinh thần kinh Bốn Lĩnh Vực Quán Niệm (Niệm Xứ Kinh) thử xem. Phương pháp của kinh này là quán chiếu thân thể, cảm thọ, tâm thức và đối tượng của tâm thức (tức là "pháp") với tinh thần không chán ghét mà cũng không ham thích, không xa lánh cũng không vồ vập, không đè nén cũng không buông trôi. Cứ quán sát mà đừng đặt sẵn một định kiến nào, đừng tỏ một thái độ nào. Hãy cứ quán chiếu, và quán chiếu thật sâu sắc thì tự tính của vạn pháp tự nhiên sẽ hiển bày, và hành giả sẽ đạt được những cái thấy thật là mầu nhiệm về sự sống.

---o0o---

Số 05

NĂM CÁI THẤY SAI LẠC (ngũ kiến - ngũ ác kiến)

"Kiến" là thấy, là nhận định, là quan điểm. Vì không tu học Phật pháp, vì không đủ sáng suốt, người ta thường bị mắc kẹt vào năm quan điểm sai lầm trong khi nhìn thực tại. Năm quan điểm sai lầm này cũng là năm trong mười loại phiền não gốc rễ (thập căn bản phiền não) – cũng gọi là mười động lực sai khiến (thập sử)[12], đã góp phần mạnh mẽ trong việc tạo khổ đau cho đời sống.

1. Cái thấy sai lạc về ngã (thân kiến).

Nhìn thân thể, người ta không thấy được đó là thành phẩm của hợp thể ngũ uẩn, không thấy được tính cách giả tạm của nó mà lại cho rằng thật có thân, và chính thân này là ta (ngã kiến). Từ quan điểm cho rằng "có thân ta" ấy mà nhìn ra chung quanh, người ta lại thấy có rất nhiều những người, những vật khác là "thuộc về ta" (ngã sở kiến); cái thấy "có thân ta" và "thuộc về ta" ấy là cái thấy sai lạc về "ngã" – tức là "thân kiến".

2. Cái thấy cực đoan (biên kiến).

Do cái thấy sai lạc về ngã mà sinh ra cái thấy cực đoan, hoặc cho rằng cái ngã kia sau khi chết là mất hẳn (đoạn kiến); hoặc nó sẽ tồn tại vĩnh viễn, nếu là người thì muôn kiếp vẫn làm người, con heo con chó thì nghìn đời vẫn là con heo con chó (thường kiến). Những quan niệm cho rằng một là thế này, hai là thế nọ, như bảo mọi vật là có thật hay mọi vật là không; đã thích ai thì cứ cho người đó là hoàn toàn tốt, chỉ theo phục vụ, ca tụng, tâng bốc, tuyên truyền cho người đó, và coi những người khác là hoàn toàn xấu, đáng khinh khi v.v..., những cái thấy như thế đều là cực đoan; từ đó mà người ta hay chia phe, chia đảng, chia bè, chia phái để tranh giành lợi lộc, hơn thua, thị phi, rồi sinh ra hận thù, ganh ghét, hờn oán, phá hoại.

3. Cái thấy xuyên tạc, không đúng sự thật (tà kiến).

Một khi đã có quan điểm cố chấp về ngã và về tính cách thường còn hay mất hẳn của ngã thì người ta sẽ không thấy được lí duyên sinh, luật nhân quả cùng là các tính chất khổ, không, vô thường, vô ngã và bất tịnh của vạn vật. Và khi đã không được soi sáng bằng các đạo lí trên thì cái thấy sẽ không thể nào đúng với sự thật; vả chăng, đó chỉ là cái thấy méo mó, xiêu vẹo, xuyên tạc sự thật. Những quan niệm cho rằng mọi việc ở đời đều đã do trời định, đều đã được thượng đế an bài sẵn cả rồi; vạn vật trong vũ trụ là do một đấng sáng tạo sinh ra; đau bịnh, hoạn nạn là do ông thần này hành, bà thần kia phạt v.v..., đều là tà kiến.

4. Cố chấp vào những kiến thức đã có (kiến thủ kiến).

Đối với ba cái thấy ở trên (thân, biên và tà kiến), người có tu học Phật pháp, có thực tập quán chiếu, chắc chắn sẽ thấy được tính cách sai lầm của chúng; ngược lại, người không tu học Phật pháp sẽ cho đó là những quan điểm chính đáng. Vì cho là đúng nên họ khư khư ôm giữ lấy, và suốt đời cứ nhìn sự vật bằng các quan điểm ấy; không có gì làm cho sửa đổi được. Nguy hại này còn có thể lan tràn nếu họ có ý muốn tuyên truyền để thuyết phục hoặc cưỡng ép người khác phải theo quan điểm của họ. Thái độ cố chấp ấy gọi là "kiến thủ kiến". Dĩ nhiên, những người có tu học thực sự thì nhận thức của họ chắc chắn sẽ được điều chỉnh, cái thấy của họ không còn sai lạc nữa mà trở nên đúng đắn, hợp với giáo pháp. Dù vậy, nếu họ lại tự mãn với những kiến thức đó, khư khư ôm giữ lấy, không chịu học hỏi thêm để tiến tới nữa, thì những kiến thức ấy, dù là đúng đắn, chính đáng đến đâu, cũng lại hóa thành một thứ kiến thủ kiến; bởi vì, khi mà trí tuệ giác ngộ chưa đạt được thì mọi kiến thức, dù là chính đáng, đều chưa phải là chân lí tuyệt đối, cần phải vượt bỏ để tiếp tục học hỏi và tiến tới nữa. Như leo lên bậc cấp, phải bỏ bậc cấp thứ nhất mới bước lên được bậc cấp thứ hai, và kế tiếp... Nếu không vượt bỏ kiến thức đã có thì hành giả phải bị mắc kẹt vào kiến thủ kiến, và sẽ không tiến thêm được trên nấc thang giác ngộ.

5. Cố chấp vào các giới cấm sai lạc (giới cấm thủ kiến).

Cũng như chữ "thủ" trong từ "kiến thủ" ở trên, chữ "thủ" ở đây có nghĩa là ôm giữ lấy, bảo vệ lấy, bị mắc kẹt vào một cái gì. Giới luật, như chúng ta đã có dịp đề cập tới trong mục "Ba Môn Học Giải Thoát" ở trước, là một trong ba yếu tố tu học căn bản đưa hành giả đến thành quả giác ngộ. Nhưng trong thế giới loài người từ xưa đến nay, kể cả trong thế kỉ trụ thế của đức Phật, chúng ta thấy nhan nhản những loại giới cấm sai lầm, vô lí mà người ta hoặc bị mê hoặc, hoặc bị cưỡng bách phải tuân giữ. Ví dụ, có thứ giới cấm bảo rằng, người ta phải tôn kính con bò, không được ăn thịt hay đánh đập nó – dù nó có phá làng phá xóm hay húc chết người cũng không được đụng đến nó. Hoặc có thứ giáo điều bảo mọi người phải tin rằng trái đất hình vuông, hoặc mặt trời quay chung quanh trái đất, ai nói khác điều đó là phản loạn, phải bị hành hình! v.v... Những luật lệ như vậy đều là sai lạc, không phải là giới luật của người có trí tuệ. Mặt khác, có những người tu học Phật pháp, lấy giới luật Phật chế làm kim chỉ nam hành động, nhưng vì thiếu sáng suốt hay vì tính cố chấp, nông cạn, không thấy được bản chất của giới luật, nên trong lúc hành trì có thể gây hậu quả tai hại cho chính bản thân, và còn có khi cho cả những người chung quanh. Ví dụ, có người vì muốn hành trì giới "bất sát" một cách triệt để, đã nhịn ăn uống mà chết, vì nghĩ rằng, dù ăn một miếng cơm hay uống một ngụm nước, cũng đã giết hại không biết bao nhiêu là sinh mạng! Có người lại cho rằng, tu hành là đừng để tâm đến thế sự, rồi cứ ẩn cư thiền tọa, bỏ mặc cuộc đời đói khổ, đau thương, quên mất nhiệm vụ

độ sinh cao cả của người tu học. Đó đều là thái độ cố chấp vào giới luật của những người "y ngữ, bất y nghĩa", trái ngược với ý thức "y nghĩa, bất y ngữ" (một trong "Bốn Sự Y Cứ" vừa trình bày ở trước) của người tu học chân chính, có được cái thấy sáng suốt về bản chất của giới luật và hành trì một cách thông minh để đem lại lợi lạc cho bản thân và cho cả môi trường sống chung quanh.

---o0o---

NĂM DỤC VỌNG (ngũ dục)

Tất cả những gì có sức quyến rũ con người trong cõi Dục này, được giáo lí Phật giáo bao gồm trong 5 thứ. Chúng là đối tượng ham muốn của con người; và cũng vì lòng tham đắm của con người sâu thăm thẳm, rộng không bờ bến, dai dẳng không ngưng nghỉ, bám chặt không buông thả, cho nên con người đã trở nên ích kỉ, mù quáng, ngông cuồng, hiểm ác, dã man, tàn bạo, để từ đó gây ra không biết bao nhiêu cảnh thống khổ, đau thương cho chính đồng loại, và cả đồng bào hoặc đồng tộc của mình. Năm thứ dục vọng ấy là:

1. Tiền của (tài): chỉ cho tất cả những thứ gì có thể làm thành tài sản vật chất của con người.
2. Sắc dục (sắc): cũng gọi là ái dục, tức là đời sống tình dục, lạc thú thể xác của con người do sự luyến ái giữa nam nữ đem lại.
3. Danh vị (danh): danh vọng và địa vị của con người trong xã hội.
4. Ăn uống (thực): những gì có thể nuôi sống thân mạng con người.
5. Ngủ nghỉ (thụy): sự ngủ nghỉ và tất cả những gì liên quan đến nó.

Mặt khác, trong kinh Hiền Nhân, năm thứ dục vọng được kể ra như sau:

1) Các thứ hình sắc tốt đẹp ở trần gian (sắc – đối tượng tham dục của mắt).
2) Các thứ âm thanh tuyệt diệu (thanh – đối tượng tham dục của tai).
3) Các loại mùi hương thơm quí (hương – đối tượng tham dục của mũi).
4) Các thức ngon vị ngọt (vị – đối tượng tham dục của lưỡi).
5) Các sự chạm xúc êm dịu, đê mê của da thịt (xúc – đối tượng tham dục của thân).

---o0o---

NĂM KHẢ NĂNG và NĂM SỨC MẠNH (ngũ căn, ngũ lực)

"Căn" là gốc rễ (như trong từ "căn bản"), là điểm tựa (như trong từ "căn cứ"). "Ngũ căn" là năm nền tảng, năm điểm tựa, từ đó các pháp lành được phát sinh; hay nói cách khác, đó là năm khả năng phát sinh và nuôi lớn các thiện pháp. Năm khả năng đó là:

1. Lòng tin tưởng sâu đậm vào Ba Ngôi Báu (tín căn).
2. Chí kiên trì tu học và hành đạo (tinh tấn căn).
3. Thường trực sống trong tỉnh thức (niệm căn).
4. Tâm ý tập trung, tĩnh lặng (định căn).
5. Quán chiếu để thấy rõ chân lí (tuệ căn).

Khi "năm khả năng" (ngũ căn) trở nên lớn mạnh thì chúng sẽ là "năm sức mạnh" (ngũ lực) có thể đánh tan mọi phiền não, chướng ngại. Vì vậy, năm khả năng và năm sức mạnh bao giờ cũng liên quan mật thiết với nhau. Có được năm khả năng là có được năm sức mạnh:

1. Khi lòng tin tưởng vào Ba Ngôi Báu trở nên lớn mạnh (tín lực) thì có thể đánh tan được mọi tin tưởng sai lầm.
2. Khi chí kiên trì tu học và hành đạo trở nên lớn mạnh (tinh tấn lực) thì có thể đánh tan tính lười biếng, buông lung, hôn trầm của bản thân.
3. Khi nếp sống tỉnh thức đã trở nên lớn mạnh (niệm lực) thì không còn những tư tưởng sai quấy, không nghĩ đến những điều vô ích.
4. Khi sự tập trung của tâm ý trở nên lớn mạnh (định lực) thì mọi loạn tưởng sẽ tan biến hết.
5. Khi trí tuệ quán chiếu trở nên lớn mạnh (tuệ lực) thì mọi phiền não, kiến chấp, vô minh đều bị bật hết gốc rễ.

Do tính chất đó, năm khả năng và năm sức mạnh đã trở thành những trợ lực quan trọng cho hành giả trên tiến trình giác ngộ.

---o0o---

NĂM GIỚI (ngũ giới)

Ý nghĩa của "giới" đã được đề cập tới trong mục "Ba Môn Học Giải Thoát" ở trước. Năm giới sau đây được dành riêng cho chúng tại gia. Dù vậy, chẳng những chúng làm căn bản đức hạnh cho chúng tại gia mà còn làm căn bản đức hạnh cho cả chúng xuất gia.

1. Không sát hại (bất sát sinh).

Không được giết hại sinh mạng, không được tán thành sự chém giết. Phải tìm mọi cách có thể để bảo vệ sinh mạng. Phải chọn một nghề nghiệp không gây tàn hại cho con người, muôn vật và thiên nhiên.

2. Không trộm cướp (bất đạo).

Không được lấy làm tư hữu những tiền bạc và của cải không phải do mình tạo ra, hoặc do người khác biếu tặng. Phải biết ngăn ngừa những kẻ tích trữ và làm giàu bất lương không kể gì đến sự đau khổ của những kẻ bị áp bức và thua thiệt.

3. Không tà dâm (bất tà dâm).

Không được ăn nằm với những người không phải là vợ hay chồng mình. Phải ý thức được những đau khổ mà mình có thể gây ra cho kẻ khác vì hành động bất chính của mình. Muốn bảo vệ hạnh phúc của mình và của người khác thì phải biết tôn trọng những cam kết của mình và của người khác.

4. Không vọng ngữ (bất vọng ngữ).

Không được nói những điều sai với sự thật. Không được nói những lời gây chia rẽ và căm thù. Không được loan truyền những tin tức mà không biết chắc là có thật. Không được phê bình và lên án những điều mình không biết chắc. Không được nói những điều có thể tạo nên sự bất hòa trong gia đình và trong đoàn thể, những điều có thể làm tan vỡ gia đình và đoàn thể. Phải nói những lời chân thật và có giá trị xây dựng sự hiểu biết và hòa giải.

5. Không uống rượu và dùng các chất ma túy (bất ẩm tửu).

Không được uống rượu và dùng các chất ma túy. Phải ý thức được rằng thân thể mình là do tổ tiên và dòng họ trao truyền lại, và tàn hại thân thể mình bằng rượu và các chất ma túy là một tội bất hiếu đối với tổ tiên và dòng họ.

---o0o---

NĂM PHÉP QUÁN (ngũ quán)

Có ba pháp số về "Năm Phép Quán":

A. Năm Phép Quán Ngưng Loạn Tưởng (ngũ đình tâm quán).

Năm phép quán niệm này có công năng chận đứng loạn tưởng, dập tắt phiền não, làm cho tâm ý được định tĩnh, sáng suốt, là bước đầu của tiến trình tu định.

1. Quán niệm thân thể và vạn vật đều là nhiễm ô, không trong sạch (bất tịnh quán), do đó mà chận đứng được tâm tham dục.
2. Quán niệm để thấy mọi người và mọi loài đang phải sống khổ đau vì vô minh, do đó phát khởi tình thương rộng lớn (từ bi quán), và nhờ vậy mà dứt bỏ được tâm sân hận, oán thù.
3. Quán niệm về đạo lí duyên khởi trong quá trình sinh diệt của vạn hữu (nhân duyên quán) để thấy rõ chân tướng của thực tại, nhờ đó mà dứt bỏ được tâm ngu si, tà kiến, cố chấp.
4. Quán niệm về 6 nguyên tố (lục đại: rắn chắc, lưu nhuận, viêm nhiệt, chuyển động, trống rỗng, tâm thức) tạo thành bản thân, hoặc về 18 khu vực (thập bát giới) của thân (6 căn), cảnh (6 trần), và nhận thức (6 thức). Sự phân tích này giúp ta thấy được sự giả hợp của thân tâm mà ta thường cho đó là cái "ta", nhằm đánh tan tâm chấp ngã (ngã kiến). Danh từ Phật học Hán Việt gọi phép quán niệm này là "giới phân biệt quán". ("Giới" nghĩa là khu vực.)

5. Quán niệm hơi thở bằng cách đếm hơi thở vô, hơi thở ra (sổ tức quán), nhằm "cột" tâm lại, không để giây phút nào bị tán loạn, xao lãng.
Có chỗ lại cho rằng, vì phép quán niệm thứ tư (giới phân biệt quán) có cùng tính chất với phép quán niệm thứ ba (nhân duyên quán), nên gom lại thành một – chỉ có nhân duyên quán; và phép quán niệm thứ tư được thay bằng Phật quán, tức là quán niệm về thân tướng trang nghiêm, thanh tịnh và các đức tính cao thượng của đức Phật, từ đó mà bao nhiêu phiền não, nghiệp chướng đều bị tiêu trừ.

B. Năm Phép Quán Trước Khi Ăn (thực thời ngũ quán).
Ăn cơm có quán niệm là ăn cơm trong chánh niệm, ăn cơm trong tỉnh thức, ăn cơm trong an lạc. Quán niệm như sau:
1. Nhìn bát cơm, hãy quán niệm về những nguồn lực đã làm cho có bát cơm, như: bác nông phu, con trâu, cái cày, hạt giống, đất, nước, ánh sáng, nhà máy xay lúa, phương tiện chuyên chở v.v... Quán niệm như vậy để thấy rằng, bát cơm đến với ta không phải là chuyện giản dị; không phải chỉ cần bỏ ra đồng bạc là có được bát cơm. Sự hiện hữu của bát cơm trước mặt ta đồng thời là sự hiện hữu của cả vũ trụ, trong đó có sự hiện hữu của ta. Bát cơm nuôi sống ta, đồng thời bảo cho ta biết là ta đang mang một nguồn ơn nghĩa vô tận mà ta có nhiệm vụ phải đáp đền.
Khi đã thực tập thuần thục, ta có thể quán niệm điều này bằng một ý tưởng ngắn gọn: "Thức ăn này là tặng phẩm của đất trời và công phu lao tác."
2. Nhìn bát cơm, hãy quán niệm về bản thân ta, xem có tư cách xứng đáng để ăn bát cơm ấy không. Ta nên lặp lại câu nói ở trên: "không phải chỉ cần bỏ ra đồng bạc là có được bát cơm." Có những người giàu có tiền muôn bạc triệu nhưng không có tư cách xứng đáng để ăn bát cơm, hoặc có lúc không có được bát cơm để ăn. Trong thiền môn có câu châm ngôn : "Bất tác bất thực" (không làm thì không ăn). Ý nghĩa của câu châm ngôn này là chính ta phải bỏ công sức ra để góp phần vào việc làm cho có bát cơm, để ta không phải hổ thẹn khi bưng bát cơm lên đưa vào miệng. Bưng bát cơm lên mà không thấy hổ thẹn tức là ta được ăn cơm trong an lạc. Như trên vừa nói, sự hiện hữu của bát cơm trước mặt ta cũng đồng thời là sự hiện hữu của cả vũ trụ, vì vậy, không cứ gì phải trực tiếp cày cấy, xay lúa giã gạo mới là đóng góp công sức vào bát cơm, mà ta có thể cống hiến bất cứ khả năng nào mà ta có, cùng với thì giờ và tâm lực cho cuộc đời, là ta đã góp phần vào việc làm cho có bát cơm rồi vậy.
Khi đã thực tập thuần thục, ta có thể quán niệm điều này bằng một ý tưởng ngắn gọn: "Xin nguyện sống xứng đáng để thọ nhận thức ăn này."
3. Nhìn bát cơm, dù ta đã quán niệm và tự biết mình có tư cách xứng đáng để ăn bát cơm, nhưng không vì thế mà cho rằng "ta có quyền ăn cho thỏa

thích!" Ta nên tiếp tục quán niệm để biết xót thương những người đang chịu đói khát ở khắp nơi trên thế giới. Quán niệm như thế ta sẽ bỏ được tính tham lam và phát triển tình thương trong ta, để một ngày nào đó, có thể lắm, ta sẽ làm được một cái gì để góp phần vào việc thay đổi tình trạng bất công của cuộc sống hiện nay.
Khi đã thực tập thuần thục, ta có thể quán niệm điều này bằng một ý tưởng ngắn gọn: "Xin nhớ ngăn ngừa những tật xấu, nhất là tật tham lam."
4. Ngồi trước bát cơm mà lòng tham đã bị dập tắt thì hành giả sẽ thấy được rằng, bát cơm quả thật là phương thuốc mầu nhiệm để nuôi dưỡng và trị bệnh gầy yếu cho cơ thể. Khi đã thấy rõ như vậy, hành giả sẽ biết quí trọng thức ăn, và càng cẩn trọng trong việc chọn lựa thức ăn – nghĩa là chỉ ăn những thức ăn nào có tính chất nuôi dưỡng mà không gây tật bệnh cho cơ thể. Cẩn trọng như thế là vì hành giả luôn luôn có ý thức rằng, nếu hành giả khỏe mạnh, an vui thì những người liên hệ chung quanh cũng khỏe mạnh, an vui; nếu hành giả bệnh tật, đau khổ thì họ cũng bị ảnh hưởng y như vậy.
Khi đã thực tập thuần thục, ta có thể quán niệm điều này bằng một ý tưởng ngắn gọn: "Chỉ xin ăn những thức ăn có tác dụng nuôi dưỡng và ngăn ngừa tật bệnh."
5. Nếu sự đam mê ăn uống không làm cho hành giả tu học và hành đạo được thì đói khát cũng không thể nào làm cho hành giả tu học và hành đạo được. Cho nên, khi nhìn bát cơm để trước mặt, hành giả hãy quán niệm để thấy đó là nguồn năng mầu nhiệm để nuôi sống và bảo vệ thân mạng. Thân mạng có được bảo vệ thì đạo nghiệp mới viên thành. Không riêng gì cho hành giả, mà bát cơm cũng còn là nguồn năng mầu nhiệm để nuôi sống và bảo vệ thân mạng của bao nhiêu triệu người đang bị đói khổ trên thế giới, cũng như của muôn loài chúng sinh khác. Bệnh đói là một chứng bệnh vô cùng thê thảm trong đời sống nhân loại và mọi loài chúng sinh! Nếu ngồi trước bát cơm mà thấy được điều đó thì hành giả sẽ phát khởi tình thương rộng lớn và tâm nguyện vì đời phụng sự, đem khả năng và tâm lực giúp người cứu vật, cho đến khi thành tựu đạo nghiệp.
Khi đã thực tập thuần thục, ta có thể quán niệm điều này bằng một ý tưởng ngắn gọn: "Vì muốn thành tựu đạo nghiệp nên thọ nhận thức ăn này."

C. Năm Phép Quán của Bồ Tát Quán Thế Âm (Quán Âm ngũ quán).
Sở dĩ được gọi là "năm phép quán của Bồ Tát Quán Thế Âm" là vì năm phép quán niệm này được ghi trong kinh Pháp Hoa (phẩm "Phổ Môn"), khi đức Phật tán dương hạnh nguyện độ sinh của đức Bồ Tát Quán Thế Âm.
1. Chân quán: Quán chiếu về tính không của vạn hữu để trừ khử mọi kiến chấp và tư tưởng sai lạc, từ đó thấy rõ thật tướng bình đẳng của vạn hữu.

2. Thanh tịnh quán: Quán chiếu về tính giả của vạn hữu để diệt trừ tận gốc rễ mọi phiền não, dù là những loại phiền não vi tế nằm trong sâu thẳm tận cùng của tàng thức (a-lại-da), nhờ đó mà tâm thức hoàn toàn thanh tịnh.
3. Trí tuệ quán: Khi mọi gốc rễ thâm sâu của vô minh đã bị bật tung hết rồi, khi mà mọi chủng tử ô nhiễm đã chuyển hóa sang trạng thái thanh tịnh hết rồi, thì tuệ giác bừng sáng, chiếu rọi mười phương, diệu dụng tự tại vô ngại.
4. Bi quán: Do tâm nguyện độ sinh, Bồ-tát dùng ba phép quán ở trên quán chiếu mọi khổ não của chúng sinh để giúp họ diệt khổ.
5. Từ quán: Do tâm nguyện độ sinh, Bồ-tát dùng ba phép quán ở trên quán chiếu mọi khổ não của chúng sinh để đem niềm an vui đến cho họ.
Nếu đem so sánh, ta thấy ba phép quán đầu của năm phép quán này có phần phù hợp với ba phép quán của tông Thiên Thai(1):
- chân quán - - - - - - - - - - - - - - - - - không quán
- thanh tịnh quán - - - - - - - - - - - - giả quán
- trí tuệ quán - - - - - - - - - - - - - - - - trung quán
Nhưng khác nhau ở chỗ, ba phép quán của tông Thiên Thai chỉ đề cập đến thành quả giác ngộ mà không đề cập đến hạnh nguyện độ sinh như ở năm phép quán của Bồ Tát Quán Thế Âm.
Mặt khác, nếu so sánh với bốn trí tuệ của bậc giác ngộ(2), ta có thể coi chân quán là bình đẳng tánh trí, thanh tịnh quán là đại viên cảnh trí, trí tuệ quán là diệu quan sát trí, và bi quán cùng với từ quán là thành sở tác trí.

---o0o---

NĂM UẨN (ngũ uẩn)

"Uẩn"[13] là nhóm, là tích tụ. Năm uẩn là năm yếu tố kết hợp tạo nên bản thân con người, gồm có:
1. Sắc (sắc uẩn), là tất cả các bộ phận sinh lí, nói chung là thân thể của con người.
2. Thọ (thọ uẩn), là cảm giác sinh lí sinh ra khi các giác quan của thân thể tiếp xúc với đối tượng của chúng. Cảm giác có thể là dễ chịu (lạc thọ), khó chịu (khổ thọ), hoặc không dễ chịu cũng không khó chịu (xả thọ).
3. Tưởng (tưởng uẩn), là tri giác, tức là sự nhận biết đối tượng của nhận thức con người. Ví dụ, nhìn tượng Phật thì biết là tượng Phật, nghe tiếng chuông thì biết là tiếng chuông, ngửi mùi nhang thì biết là mùi nhang v.v...
4. Hành (hành uẩn), là chỉ chung cho tất cả mọi hiện tượng, mọi sự vật được hình thành do nhân và duyên, tức là vạn pháp trong vũ trụ (ở cả ba lĩnh vực: tâm, sinh, và vật lí). Riêng hành uẩn ở đây là chỉ cho "tâm hành", tức là tất cả những hiện tượng tâm lí của con người. Duy Thức Học nói, có cả thảy 51 hiện tượng tâm lí – gọi là 51 tâm sở, trong đó có hai uẩn thọ và tưởng ở trên;

nhưng vì phạm vi hoạt động của thọ và tưởng quá quan trọng – gần như suốt ngày, lúc nào ta cũng sống với thọ và tưởng – nên ở đây hai hành này được tách riêng thành ra hai uẩn, và 49 hành còn lại thì được gộp chung trong một uẩn là "hành uẩn".

5. Thức (thức uẩn), là tâm thức, nói tổng quát, đó là căn bản thức (Duy Thức Học gọi là thức a-lại-da), và nói chi tiết thì đó là tám thức: nhãn, nhĩ, tị, thiệt, thân, ý, mạt-na và a-lại-da – Duy Thức Học gọi chúng là tâm vương, các kinh luận thường gọi một cách tổng quát là tâm, ý hay thức. Sở dĩ thức được gọi là "tâm vương" là vì ta nhìn thức ở phương diện căn bản, trong khi đó, nếu nhìn thức ở phương diện hành tướng, hiện khởi hay hoạt động thì ta có những hiện tượng tâm lí mà Duy Thức Học gọi là tâm sở – tức là nội dung của tâm vương. Tâm vương cũng giống như đại dương, còn tâm sở cũng giống như những ngọn sóng trên mặt đại dương. Ba uẩn trên kia: thọ, tưởng và hành, là thuộc về "tâm sở".

Năm yếu tố kết hợp thành bản thân con người như trên chỉ là cách phân chia cho dễ thấy. Trong năm yếu tố đó thì yếu tố đầu (sắc) là vật chất, còn cả bốn yếu tố sau đều là tinh thần; vì vậy mà có chỗ chỉ phân chia con người làm hai phần, là danh (tinh thần, gồm cả 4 uẩn: thọ, tưởng, hành và thức) và sắc (thể xác, là sắc uẩn). Hai phần đó, nói theo cách thông thường tức là thân (sắc) và tâm (danh). Lại nữa, theo tinh thần Duy Thức Học thì thức (tức là tàng thức hay a-lại-da thức) là nơi sinh khởi ra mọi hiện tượng; cho nên rốt cuộc, năm uẩn cũng chỉ là một uẩn duy nhất mà thôi: đó là THỨC.

Mặt khác, khi ta nói về "bốn nguyên tố" (tứ đại: địa, thủy, hỏa, phong) cấu thành thân thể con người, thì cả bốn nguyên tố này đều thuộc về "sắc uẩn". Khi ta nói đến "sáu nguyên tố" (lục đại) tạo thành bản thân con người thì 5 nguyên tố đầu (địa, thủy, hỏa, phong, không) thuộc về sắc uẩn, còn nguyên tố thứ sáu (thức) thì bao gồm cả 4 uẩn là thọ, tưởng, hành và thức.

---o0o---

Số 06

SÁU GIÁC QUAN,SÁU ĐỐI TƯỢNG của GIÁC QUAN,Và SÁU THỨC (lục căn, lục trần, lục thức)

Bất cứ một hiện tượng nào trong vũ trụ, không phải tự nó sinh ra, mà phải nương vào những hiện tượng khác, và chỉ khi nào hội đủ các điều kiện cần thiết, thuận lợi, thì mới phát sinh được. Cái "BIẾT" của chúng ta cũng vậy, muốn được phát sinh cũng phải có điều kiện: đó là khi các giác quan tiếp xúc với đối tượng của chúng.

Duy Thức Học gọi giác quan là "căn", đối tượng của giác quan là "trần" hay "cảnh", và cái biết là "thức". Khi căn tiếp xúc với trần thì phát sinh ra thức. Căn là các hiện tượng sinh lí; trần là các hiện tượng vật lí; và thức là các hiện tượng tâm lí. Theo Duy Thức Học thì con người có cả thảy là tám thức(1), nhưng vì chỉ có sáu thức là có liên hệ mật thiết với các hiện tượng sinh-vật-lí (không có các hiện tượng này thì chúng không thể phát sinh và tồn tại được), nên ở đây chúng ta có các pháp số riêng nói về 6 thức và 12 điều kiện cần thiết để phát sinh ra chúng, là 6 căn và 6 trần:

1. Mắt (nhãn căn) tiếp xúc với hình sắc (sắc trần), phát sinh ra cái biết ở mắt – tức là thấy (nhãn thức).
2. Tai (nhĩ căn) tiếp xúc với âm thanh (thanh trần), phát sinh ra cái biết ở tai – tức là nghe (nhĩ thức).
3. Mũi (tị căn) tiếp xúc với mùi hương (hương trần), phát sinh ra cái biết ở mũi – tức là ngửi (tị thức).
4. Lưỡi (thiệt căn) tiếp xúc với vị (vị trần), phát sinh ra cái biết ở lưỡi – tức là nếm (thiệt thức).
5. Thân thể (thân căn) xúc chạm với các vật thể (xúc trần), phát sinh ra cái biết ở thân thể – tức là cảm xúc (thân thức).
6. Ý (ý căn, hay thức mạt-na) tiếp xúc với ý tượng (pháp trần), phát sinh ra cái biết ở ý – tức là nhận biết (ý thức).

Duy Thức Học phân biệt có hai phần của một giác quan (căn): phần lộ ra ngoài, dễ trông thấy bằng mắt thường, gọi là giác quan thô phù (phù trần căn), và phần ẩn kín bên trong, khó trông thấy được bằng mắt thường, gọi là giác quan vi tế (thắng nghĩa căn, hoặc tịnh sắc căn). Như con mắt (nhãn căn) chẳng hạn, tất cả các bộ phận bên ngoài của con mắt, nhìn là thấy ngay, là giác quan thô phù; còn võng mô, thần kinh thị giác là giác quan vi tế. Vậy có thể nói, tất cả hệ thống thần kinh cảm giác và trung tâm tiếp nhận ấn tượng cảm giác ở trong não bộ đều là giác quan vi tế, và đó là phần chính yếu để phát sinh ra nhận thức. Lại nữa, trong sáu căn thì ý căn là giác quan đặc biệt nhất. Nó cũng gồm có hai phần, nhưng cả hai phần đều không thể trông thấy bằng mắt thường được. Phù trần căn của nó là phần vi tế ẩn trong não bộ, vẫn còn nằm trong lĩnh vực sinh lí, nhưng thắng nghĩa căn, phần chính yếu của nó thì hoàn toàn thuộc lĩnh vực tâm lí, không thể dùng bất cứ một dụng cụ khoa học nào để thấy được nó, đó là một tác dụng nhận thức: thức mạt-na[14]. Nói cách khác, thức mạt-na chính là căn cứ địa của ý thức. Trong khi đó, đối tượng của ý căn là pháp trần cũng không phải là những hiện tượng vật chất cụ thể và giản dị như các "trần" khác, mà rất phức tạp và trừu tượng, bao gồm các đối tượng cảm giác, các ý tượng, ảnh tượng, và tư tưởng không ảnh tượng.

Khi nói: căn tiếp xúc với trần phát sinh ra thức, mới nghe thì có vẻ giống như chủ trương duy vật, nhưng sự thật không phải thế. Căn và trần ở đây mới chỉ là điều kiện phụ giúp (tăng thượng duyên) – một trong bốn điều kiện (tứ duyên)[15] để hình thành một hiện tượng. Thức đã có hạt giống ở trong tàng thức, và đó mới là điều kiện chính (nhân duyên) để phát sinh ra thức.

Khi chỉ cần nói đến năm giác quan và năm đối tượng thì chúng ta có hai pháp số là năm căn (gồm mắt, tai, mũi, lưỡi và thân) và năm trần (gồm hình sắc, âm thanh, mùi, vị và xúc chạm).

Mặt khác, có khi chúng ta còn thấy có một pháp số gọi là "Sáu Tiếp Xúc" (lục nhập)[16], dùng chỉ chung cho sáu căn và sáu trần. Sáu tiếp xúc bao hàm "sáu tiếp xúc trong" (lục nội nhập – tức là sáu căn) và "sáu tiếp xúc ngoài" (lục ngoại nhập – tức là sáu trần). Vậy, danh số "lục nhập" ở đây có một nghĩa đầy đủ là "lục nội nhập" và "lục ngoại nhập" tiếp xúc với nhau để phát sinh ra sáu thức. Nếu cộng "6 tiếp xúc trong" với "6 tiếp xúc ngoài", chúng ta có "Mười Hai Tiếp Xúc". Rốt cuộc, "6 tiếp xúc" cũng tức là "12 tiếp xúc", mà danh từ Phật học Hán Việt gọi là "thập nhị nhập", hay "thập nhị xứ" (nghĩa là 12 khu vực). Nếu gộp chung cả 6 căn, 6 trần và 6 thức thì chúng ta sẽ có một pháp số liên hệ khác nữa là "Mười Tám Khu Vực" (thập bát giới).

---o0o---

SÁU NẺO (lục đạo - lục thú)

"Đạo" là đường đi nẻo về; "thú" là xu hướng, đi tới. Pháp số này được tất cả các kinh luận Phật giáo dùng để chỉ đích xác cho cái vòng lẩn quẩn của sinh tử luân hồi. Sáu nẻo luôn luôn là "sáu nẻo luân hồi", tức là sáu thế giới, sáu môi trường sống của các loài chúng sinh còn phải nhận chịu những quả báo đau khổ, bị ràng buộc bởi phiền não, bị che phủ bởi vô minh, chưa được an vui, giác ngộ, giải thoát; gồm có: 1) Trời, 2) Người, 3) A-tu-la, 4) Súc-sinh, 5) Ngạ-quỉ, 6) Địa-ngục. Sáu nẻo này là 6 trong 10 thế giới đã đề cập trong mục "Một Niệm Ba Ngàn" ở trước. Nếu phân chia theo cách khác thì chúng ta có pháp số "Ba Cõi" (đã trình bày ở trước) và "Chín Cõi" (sẽ trình bày ở sau). Nghiệp chính là động lực duy nhất đưa chúng sinh đến, đi, lui, tới (luân hồi) trong sáu nẻo này.

---o0o---

SÁU NGUYÊN TẮC SỐNG CHUNG HÒA HỢP

(lục hòa)

Khi còn tại thế, đức Phật đã chế ra sáu nguyên tắc sống chung hòa hợp để áp dụng trong nếp sống tăng đoàn. Tuy vậy, vì sự lợi ích thiết thực và phổ cập của chúng, ngày nay, sáu nguyên tắc sống này không những được áp dụng cho chúng xuất gia mà còn cho cả chúng tại gia, để kiến tạo cho hàng Phật tử một đời sống gia đình và xã hội hạnh phúc nhất và tiến bộ nhất.

1. Người Phật tử cùng chia xẻ với nhau một mái nhà (nếu là một gia đình), hay một hoàn cảnh sinh hoạt cộng đồng (nếu là một đoàn thể, một tổ chức); chấp nhận một cách hoan hỉ sự có mặt của nhau. (Thân hòa đồng trụ.)
2. Người Phật tử cùng học tập và giữ gìn những giới luật cũng như những kỉ luật đã được chấp nhận như là những nguyên tắc hướng dẫn đời sống của cộng đồng. (Giới hòa đồng tu.)
3. Người Phật tử chia xẻ và trao đổi với nhau những kiến thức và kinh nghiệm tu học mà mình có được. Những kiến thức và kinh nghiệm này sẽ bổ túc cho nhau những thiếu sót, sẽ hàn gắn và gây lại niềm tin tưởng cho nhau sau những thất bại, sẽ khai mở cho nhau những chân trời mới lạ trong quá trình tu học cũng như phụng sự xã hội. (Kiến hòa đồng giải.)
4. Tài sản công cộng là của chung mọi người, người Phật tử có quyền chia xẻ và sử dụng tùy theo
nhu yếu của mình, không bao giờ lấn át người khác, cũng không khởi tâm chiếm hữu làm của riêng. Mọi người cùng có trách nhiệm giữ gìn, bồi đắp những tài sản chung đó. (Lợi hòa đồng quân.)
5. Người Phật tử giữ gìn lời nói thật từ tốn, không cãi cọ, tranh chấp và giận hờn với những người khác; nói lời nhã nhặn, xây dựng và bồi đắp, không gây chia rẽ, không làm tan rã đoàn thể. (Khẩu hòa vô tránh.)
6. Người Phật tử luôn luôn cởi mở, bỏ tính cố chấp, biết lắng nghe và dung hòa những ý kiến khác biệt nhau để chấp nhận nhau và sống an vui với nhau trong tình thương và hiểu biết. (Ý hòa đồng duyệt.)

---o0o---

SÁU PHÁP MÔN MẦU NHIỆM

(lục diệu môn - lục diệu pháp môn)

Thiền tập là bước khởi hành quan trọng của nếp sống tỉnh thức. Có sáu pháp môn mà nếu thực tập đúng mức thì sẽ rất hữu hiệu cho công phu thiền tập. Sáu pháp môn này sở dĩ được gọi là mầu nhiệm vì chúng thực sự là những cánh cửa đưa hành giả đến thành quả giác ngộ.

1. Phép đếm hơi thở (sổ tức môn).

Giai đoạn đầu tiên và sơ đẳng của công phu thiền tập là đếm hơi thở. Mục đích của việc đếm hơi thở là để chận đứng loạn tưởng. Hành giả có thể thực

tập theo những điều chỉ dẫn trong sách Phép Lạ Của Sự Tỉnh Thức của thiền sư Nhất Hạnh (nhất là những điều mang số 3a, 3b và 3c, mục "Ba Mươi Mốt Bài Thực Tập").

2. Phép theo dõi hơi thở (tùy tức môn).

Sau khi tâm ý đã được "cột" lại bằng cách đếm hơi thở, hành giả hãy bỏ phép đếm hơi thở đi mà thực tập phương pháp tiếp theo là theo dõi hơi thở. Phương pháp này có khả năng làm tăng thêm sự định tâm; đồng thời nó cũng có công dụng dưỡng thần[17], và làm phát sinh niềm hỉ lạc. Để thực tập, hành giả có thể áp dụng các điều hướng dẫn mang số 3e và 3g (mục "Ba Mươi Mốt Bài Thực Tập") và phần đầu của kinh Quán Niệm trong sách Phép Lạ Của Sự Tỉnh Thức.

3. Phép dừng lại (chỉ môn).

Tâm ý của hành giả bây giờ đã được tĩnh lặng. Hãy tiếp tục nắm giữ hơi thở điều hòa, nhưng bỏ sự theo dõi hơi thở đi, để bước vào pháp môn thứ ba là làm cho sự quên lãng, sự mê muội của tâm ý dừng lại. Mục đích của hành giả khi thực tập pháp môn này là để có được chánh niệm. Quên lãng, mê muội, loạn tưởng là những tình trạng "thất niệm" (nghĩa là mất chánh niệm). Vậy, làm cho tâm ý dừng lại không có nghĩa là cắt đứt tâm ý hay nhốt tâm ý lại, mà là chuyển tâm ý từ thất niệm thành chánh niệm. Cách thực tập tốt nhất cho pháp môn này là cách "nhận diện". Nhận diện là nhận biết rõ ràng về mọi tư thế (đi, đứng, nằm, ngồi) và mọi hành động (nghĩ gì, nói gì, làm gì) của thân thể mình. (Xin xem hướng dẫn thực tập trong sách Phép Lạ Của Sự Tỉnh Thức.)

4. Phép nhìn để thấy rõ (quán môn).

Thiền tập không phải là ngồi yên lặng để suy nghĩ về một vấn đề. Thiền tập là để đạt được tuệ giác, và tuệ giác chỉ bừng sáng nhờ công phu quán chiếu (nghĩa là nhìn sâu để thấy rõ) chứ không phải nhờ suy nghĩ. Thiền sư Nhất Hạnh nói: "Mục đích của thiền quán là để thấy được mặt mũi của thực tại, thực tại này là tâm và đối tượng nhận thức của tâm." (Trái Tim Mặt Trời, Lá Bối xuất bản.) Vậy, trong thiền tập, công trình quán chiếu (quán môn) bao giờ cũng phải đi song song với công trình nhận diện (chỉ môn). Về giáo lí hướng dẫn cho chỉ môn và quán môn này, xin xem sách Trái Tim Mặt Trời (quan trọng nhất là các tiết mục "Niệm, Định và Huệ", "Bung Một Nồi Ngô", "Khán Một Thoại Đầu", "Chánh Niệm Vừa Là Nhân Vừa Là Quả", và "Suy Tư Về Cái Không Thể Suy Tư" của Chương Một). Về thực tập, xin y cứ theo sách Phép Lạ Của Sự Tỉnh Thức (phần thực tập) và các kinh Quán Niệm, An Ban Thủ Ý, Bách Thiên Tụng Bát Nhã.

5. Phép trở về (hoàn môn).

"Chỉ" và "quán" phải được coi là hai pháp môn trung tâm của công phu thiền tập; đó chính là động lực mạnh mẽ nung nấu cho tuệ giác bừng sáng.

Nhưng nếu cứ mải mê quán chiếu rồi để cho tâm ý đi sai lạc vào nẻo kiến chấp, phân biệt (thấy có tâm và vật, có chủ thể quán chiếu và đối tượng quán chiếu) thì tuệ giác lại không thể nào bừng sáng được. Cho nên hành giả phải thực tập pháp môn "trở về" để đập vỡ những thành kiến, cố chấp (tức là phá trừ ngã chấp). "Trở về" tức là trở về với thực tại chân lí, trở về để nhìn thấy bản tính của mình, bằng cách thắp sáng hiện hữu, ý thức rõ ràng về hiện sinh của vạn hữu, thấy rõ vạn hữu trong liên hệ mật thiết với tự tính. Nói cách khác, trở về với thực tại chân lí là thấy thực tại bằng trực giác kinh nghiệm của con mắt giác ngộ chứ không phải bằng tri giác phân biệt, suy tư, hay khái niệm.

6. Phép trong sạch (tịnh môn).

Pháp môn "trở về" đã giúp hành giả phá vỡ mọi khái niệm, mọi vọng tưởng phân biệt để thấy rõ được mặt mũi chân thật của thực tại mầu nhiệm; nhưng nếu hành giả còn thấy rằng chính mình đã chứng đắc tư cách ấy thì tâm ý của hành giả vẫn còn vướng mắc, còn có chỗ "trụ", còn có ý niệm "thọ", và như thế tức là tâm ý vẫn còn bị ô nhiễm. Vậy đến đây, hành giả cần trong sạch hóa tâm ý đến tận cùng bằng cách gột rửa hoàn toàn ý niệm về "trụ", về "đắc", về "chứng ngộ" v.v...; nghĩa là hành giả phải ở trong trạng thái được diễn tả như trong kinh Kim Cương là "vô sở trụ", hay trong kinh Bát Nhã là "vô sở đắc", hoặc như trong kinh Bốn Mươi Hai Chương là "vô niệm, vô trụ, vô tu, vô chứng". Đó là trạng thái giác ngộ và giải thoát toàn vẹn. Ở trạng thái này, hành giả là người hoàn toàn tự do, tự chủ, bình thản, an lạc, không còn bị bất cứ một vọng tưởng nào đánh lừa, hoặc một khái niệm nào che khuất; do đó, với trí phương tiện của bậc giác ngộ, hành giả có thể tới lui tự tại trong biển sinh tử để hành đạo mà không cần phải trốn tránh hay sợ hãi gì nữa.

Nếu coi hai pháp môn "sổ tức" và "tùy tức" là giai đoạn khởi đầu, hai pháp môn "chỉ" và "quán" là giai đoạn trung tâm, thì hai pháp môn "hoàn" và "tịnh" chính là giai đoạn hoàn tất của công phu thiền tập. Nhưng đó cũng chỉ là cái nhìn phương tiện mà thôi. Thực ra, cũng như những pháp số khác, đối với pháp số này, hành giả cũng phải có một cái nhìn toàn bộ để thấy rõ mối liên hệ chặt chẽ giữa sáu pháp môn với nhau. Một pháp môn có mặt trong tất cả sáu pháp môn, và ngược lại, cả sáu pháp môn đồng thời có mặt trong một pháp môn. Trong lúc thiền tập cũng vậy, nếu thiếu một pháp môn nào trong sáu pháp môn này thì công phu tu tập sẽ trở thành dở dang, không đem lại kết quả trọn vẹn.

---o0o---

SÁU PHÉP QUA BỜ

(lục độ - lục ba la mật)

Người Trung-hoa phiên âm tiếng Phạn "pàramità" thành "ba-la-mật-đa", hay gọn hơn là "ba-la-mật", và dịch nghĩa là "đáo bỉ ngạn", hay "độ". Nghĩa tiếng Việt của "đáo bỉ ngạn" là đến bờ bên kia, và "độ" là qua, vượt qua, đưa qua. Đạo Phật thường ví vô minh, mê muội như là dòng sông (sông mê), và sinh tử luân hồi như là biển cả (biển sinh tử). Vậy, "qua bờ" là vượt qua sông mê để đến được bờ giác ngộ, vượt qua biển sinh tử để đến được bến giải thoát. Sáu phép qua bờ là sáu hạnh tu tập lớn lao của người phát tâm Bồ-tát. Nhờ thực hành sáu đại hạnh này mà Bồ-tát có thể tự mình đến (tự độ) và đưa bao nhiêu người khác cùng đến (độ tha) bờ giác ngộ.

1. Bố thí.

"Bố thí" là san sẻ, giúp đỡ người khác bằng những gì mình có. Hành giả có thể bố thí bằng những phương tiện vật chất như tiền của, cơm áo, thuốc men v.v... Hành giả có thể bố thí bằng sự dạy dỗ, giảng thuyết giáo pháp nhằm nâng cao trình độ hiểu biết, khai mở trí tuệ, làm cho người ta thấy được điều hay lẽ thật và quay về nếp sống cao thượng. Hành giả có thể bố thí bằng những lời khuyên giải, trấn an, khuyến khích, hoặc bằng các hành động dũng cảm, tin cậy để đưa người ra khỏi những tình trạng bế tắc, nghi nan, bối rối, khủng hoảng, lo âu, sợ hãi. Hóa giải được những hận thù giữa hai người, hai nhóm, hai chủng tộc, hai quốc gia v.v... để đưa họ trở về sống trong hòa bình, thương yêu và tin cậy là một hành động bố thí thật lớn lao và có ý nghĩa của hành giả. Tóm lại, trong tất cả mọi trường hợp, hành giả biết đem khả năng, thì giờ và tâm lực để phục vụ giúp đời, đều là những hành động bố thí chính đáng của người thực hiện hạnh Bồ-tát.

2. Trì giới.

"Trì giới" là giữ gìn giới hạnh để ngăn ngừa tội
lỗi, tạo cho mình cái phong cách đoan trang, hành vi chính đáng. Giới có khả năng giúp cho hành giả thường xuyên sống trong chánh niệm, tăng trưởng định lực và phát huy trí tuệ. (Xin xem lại mục "Ba Môn Học Giải Thoát" ở trước.)

3. Nhẫn nhục.

"Nhẫn nhục" là nhịn nhục, chịu đựng. Tục ngữ Việt-nam có câu: "Một câu nhịn chín câu lành." Chữ "nhịn" ấy là nói lên đức tính nhẫn nhục của con người đức độ. Với đức tính này, hành giả có thể chịu đựng được mọi nghịch cảnh bất cứ từ đâu tới. Nhưng đừng hiểu lầm rằng, muỗi đốt thì cứ để yên cho muỗi đốt, không chống cự, thì gọi là chịu đựng! Trường hợp này, đức Phật có dạy bằng một câu chuyện ngụ ngôn như sau: Có một người ngu si, trông thấy đầu một vị sư không có tóc thì cho rằng đó là cái mõ, bèn lấy gậy đánh như đánh mõ. Trong lúc đó thì vị sư lại nghĩ rằng, đã là kẻ tu hành thì

phải nhẫn nhục, rồi cứ đứng yên chịu đánh, cho đến khi bể đầu! Đó không phải là vị sư tu hạnh nhẫn nhục. Người đánh kia đã ngu si mà vị sư ấy cũng không sáng suốt hơn gì! Ý nghĩa của hạnh nhẫn nhục là khi gặp các nghịch cảnh như vậy thì hành giả không sinh tâm giận dữ, oán hận, than trách kẻ nghịch, nhưng cũng không âm thầm chịu đựng một cách khờ dại, thụ động, mà phải tìm cách hóa giải để hoán cải kẻ nghịch bằng tất cả tình thương, sự hiểu biết và lòng cởi mở của mình. Vì có tình thương và trí tuệ soi sáng, hành giả có thể chịu đựng được cảnh bất công, đàn áp, không kêu than, không thù hận, nhưng cũng phải vì mình và vì người, tìm mọi cách thay đổi tình trạng bất công, đàn áp ấy, để cho mọi người cùng có được đời sống công bằng, hạnh phúc. Mặt khác, người tu hạnh nhẫn nhục không những chỉ chịu đựng được nghịch cảnh mà còn chịu đựng được cả những sức tấn công của ái dục, giàu sang, danh lợi và địa vị, bởi vì thực chất của những thứ này vẫn chỉ là những nọc độc làm hại huệ mạng của hành giả. Không những thế, khi đạt được những thành quả tốt đẹp trong các công tác Phật sự, ngay cả khi chứng đắc những pháp môn đang tu tập, mà hành giả vẫn an nhiên, không kiêu căng, không tự mãn, không thấy mình có chứng đắc, đó là hành giả đang thực hành hạnh nhẫn nhục ở mức độ cao tột. Tóm lại, người có đức nhẫn nhục là người luôn luôn có thái độ hòa nhã, an nhiên, tự tại trong mọi trường hợp, nghịch cảnh cũng như thuận cảnh, thất bại cũng như thành công, chưa chứng đắc cũng như đã chứng đắc.

4. Tinh tấn.

Sống giữa hoàn cảnh xấu xa mà không bị ô nhiễm, gọi là "tinh"; tâm niệm lúc nào cũng hướng về các việc chân chính, gọi là "tấn". Vậy chữ "tinh tấn" nói lên cái ý chí kiên trì, dũng mãnh của hành giả luôn luôn thăng tiến trong sự nghiệp giác ngộ, như đã được trình bày trong mục "Bốn Sự Cần Mẫn" ở trước.

5. Thiền định.

"Thiền định" là trạng thái tĩnh lặng của tâm ý, khi mọi loạn tưởng, vọng động đã hoàn toàn lắng đọng. (Xin xem lại mục "Ba Môn Học Giải Thoát" ở trước.)

6. Trí tuệ.

"Trí tuệ" là tuệ giác sáng tỏ sau khi đã diệt trừ mọi phiền não, kiến chấp, vô minh. (Xin xem lại mục "Ba Môn Học Giải Thoát" ở trước.) Kinh Di Giáo dạy: "Trí tuệ chân thật là chiếc thuyền chắc chắn có thể chở ta qua khỏi biển già, biển bệnh, biển chết; là ngọn đèn rất sáng tỏ có thể soi sáng tận cùng chỗ tối tăm u ám; là thang thuốc mầu nhiệm chữa lành mọi chứng bệnh; và là cây búa lớn chặt đứt cả vô minh."

Đối với sáu phép qua bờ này, trong khi quán chiếu cũng như thực hành, người tu học phải thấy được mối liên quan mật thiết của chúng. Chúng theo

nhau như bóng với hình. Chúng bổ túc cho nhau và đồng thời làm nền tảng cho nhau. Trong bố thí đồng thời cũng có mặt của trì giới, nhẫn nhục, tinh tấn, thiền định và trí tuệ; và trong nhẫn nhục, trí tuệ v.v... cũng vậy. Cứ thiếu đi một pháp môn thì năm pháp môn kia sẽ trở nên yếu ớt, què quặt. Sáu phép qua bờ là cả một toàn bộ đại hạnh của Bồ-tát.

---o0o---

SÁU TÍNH CHẤT CỦA HẠT GIỐNG

(chủng tử lục nghĩa)

Hạt giống (chủng tử) là nguồn năng lượng phát hiện ra mọi hiện tượng. Tất cả mọi hạt giống đều được chứa đựng trong tàng thức (sẽ được đề cập tới trong mục "Tám Thức" ở sau). Hạt giống có sáu tính chất:

1. Biến chuyển từng sát na (sát na diệt). Vì tính chất của tàng thức là luôn luôn chuyển biến và hoạt động liên tục không gián đoạn, cho nên tất cả mọi hạt giống chứa đựng trong nó cũng luôn luôn chuyển biến, sinh diệt từng sát na, liên tục không gián đoạn.
2. Quả sinh ra cùng lần với nhân (quả câu hữu). Trong hạt giống (nhân) đã sẵn ẩn tàng có quả. Vì vậy, hễ có nhân là đồng thời có quả. Khi mắt thấy sắc thì tức khắc có cái "biết" của mắt. Cái biết của mắt chính là hạt giống (nhân) chứa trong tàng thức mà cũng chính là cái biết được sinh ra (quả) khi mắt tiếp xúc với sắc.
3. Liên tục chuyển biến theo thức (hằng tùy chuyển). Khi thức phát khởi và biến chuyển thì hạt giống cũng biến chuyển theo thức, liên tục không gián đoạn.
4. Duy trì được tính chất của nó (tánh quyết định). Nếu nó là hạt giống lành thì nó luôn luôn giữ được tính chất lành của nó. Nếu nó là hạt giống giận thì nó luôn luôn giữ được tính chất giận của nó.
5. Đợi có đầy đủ các điều kiện cần thiết mới phát hiện (đãi chúng duyên). Phải có tai tiếp xúc với âm thanh thì hạt giống "nhĩ thức" mới phát hiện.
6. Hạt giống đem lại kết quả của chính nó (dẫn tự quả). Hạt giống nào thì phát khởi hiện hành của hạt giống ấy. Hạt giống lúa thì đem lại kết quả là cây lúa.

---o0o---

Số 07

BẢY CHUYỂN THỨC

(thất chuyển thức)

Theo Duy Thức Học, trong tám thức (sẽ trình bày trong mục "Tám Thức" ở sau) thì thức a-lại-da là "căn bản thức"; bảy thức còn lại là mạt-na thức, ý thức, nhãn thức, nhĩ thức, tị thức, thiệt thức và thân thức, đều do căn bản thức chuyển biến và biểu hiện ra, cho nên bảy thức này được gọi là "chuyển thức".

---o0o---

BẢY ĐIỀU KHÔNG THỂ TRÁNH KHỎI

(thất pháp bất khả tị)

1. Sinh ra đời là điều không thể tránh khỏi (sinh bất khả tị). Kiếp trước đã tạo nghiệp nhân (dù thiện, dù bất thiện) thì kiếp này phải sinh ra đời để nhận lấy kết quả của nghiệp, đó là điều không thể nào tránh khỏi được.
2. Già nua là điều không thể tránh khỏi (lão bất khả tị). Thân này đã được sinh ra thì phải có lúc già yếu, đó là điều không thể nào tránh khỏi được.
3. Bệnh là điều không thể tránh khỏi (bệnh bất khả tị). Thân này đã được sinh ra thì phải có lúc bị đau bệnh, đó là điều không thể nào tránh khỏi được.
4. Chết là điều không thể tránh khỏi (tử bất khả tị). Đã có sinh thì phải có tử, đó là điều không thể nào tránh khỏi được.
5. Quả báo của tội lỗi là điều không thể tránh khỏi (tội bất khả tị). Đã gây ra những nghiệp nhân tội lỗi thì phải nhận chịu những quả báo đau khổ, trầm luân, đó là điều không thể nào tránh khỏi được.
6. Quả báo của thiện nghiệp là điều không thể tránh khỏi (phúc bất khả tị). Đã tạo ra những nghiệp nhân tốt lành thì phải hưởng được những quả báo an vui, hạnh phúc, đó là điều không thể nào tránh khỏi được.
7. Duyên sinh là điều không thể tránh khỏi (nhân duyên bất khả tị). Tất cả mọi hiện tượng đều do nhân duyên hòa hợp mà sinh thành, tất cả những sự việc như tốt, xấu, họa, phúc, giàu, nghèo, sống lâu, chết yểu v.v... cũng không ngoài đạo lí ấy, đó là điều không thể nào tránh khỏi được.

"Bảy điều không thể tránh khỏi" trên đây là những sự thật của đời sống, hành giả có thể dùng để thực tập như là những đề tài quán chiếu trong lúc thiền tập. Các điều số 1, số 2, số 3 và số 4 sẽ giúp cho hành giả đánh tan được mọi nỗi lo âu, sợ hãi, chán nản, thất vọng khi đối diện trước những khổ đau của kiếp sống; các điều số 5 và số 6 sẽ giúp cho hành giả thấy rõ hậu quả của những hành động của chính mình, đánh tan mọi hoài nghi, thắc mắc để vững chí, kiên trì (tinh tấn) trong việc chuyển hóa thân tâm; điều số 7 giúp hành giả phá vỡ màn vô minh từ lâu đã từng che khuất trí tuệ, thấy rõ chân tướng của thực tại vạn hữu. Một cách tóm tắt, khi đã ngộ được 7 điều trên đây thì hành giả tức khắc vượt thoát sinh tử.

---o0o---

BẢY YẾU TỐ GIÁC NGỘ

(thất giác chi - thất giác ý - thất giác phần
- thất bồ đề phần)

Đây là bảy yếu tố tạo nên quả vị giác ngộ. Theo kinh Niết Bàn, bảy yếu tố này gồm có:

1. Chánh niệm (niệm giác phần): thường xuyên an trú trong chánh niệm.
2. Chọn lựa pháp môn (trạch pháp giác phần - phân biệt giác phần): Chữ "trạch" ở đây có nghĩa là tư duy và khảo sát. Mọi sự việc ở đời đều có những sự việc thiện và những sự việc bất thiện, trong nội tâm cũng có những tư tưởng thiện và những tư tưởng bất thiện. Có dùng trí năng để tư duy và khảo sát thì mới thấy rõ được cái gì là thiện nên tu tập và cái gì là bất thiện cần phải được chuyển hóa.
3. Kiên trì (tinh tấn giác phần): bền chí tu tập, không biếng nhác, không gián đoạn.
4. Vui vẻ (hỉ giác phần): tâm ý vui vẻ, lời nói ôn hòa, thái độ nhã nhặn.
5. Thư nhẹ (khinh an giác phần): tâm thư thái, nhẹ nhàng, mọi phiền não, kiến chấp đều rũ bỏ.
6. Tĩnh lặng (định giác phần): tâm ý hoàn toàn tĩnh lặng, không còn tán loạn, không còn vọng tưởng.
7. Buông bỏ (xả giác phần): rũ bỏ hết mọi "sở tri", mọi kiến chấp về ngã và pháp, tâm hoàn toàn trong sáng, bình đẳng. Vì "sở tri" (hay kiến chấp) thuộc về tư tưởng, tức là "hành uẩn" trong năm uẩn, cho nên "xả giác phần" ở đây cũng còn được gọi là "hành xả giác phần".

Khi công phu tu tập bảy yếu tố này đạt đến chỗ thuần thục thì tuệ giác bừng sáng, cho nên chúng được gọi là "bảy yếu tố giác ngộ".

---o0o---

BẢY PHÁP TÀI

(thất pháp tài - thất thánh tài)

"Pháp tài" là sự giàu có về tâm linh (khác với sự giàu có về vật chất), là của cải, vốn liếng tinh thần mà hành giả luôn luôn dùng làm hành trang trên suốt con đường tu học và phụng sự chúng sinh, cho đến khi đạt được quả vị giác ngộ. Có bảy thứ pháp tài:

1. Đức tin (tín tài).

Đức tin là loại của cải căn bản và cần thiết trước nhất mà hành giả phải có. Nó chính là lương thực để nuôi sống hành giả. Đức tin ở đây không phải là thứ tín ngưỡng mù quáng, mà là niềm tin tưởng có được do sự quán sát,

phán đoán, nhận định và thực nghiệm; cho nên đã có đức tin thì sẽ có quyết định hành động, không có đức tin thì sẽ không có gì cả.

2. Chí kiên trì (tinh tấn tài).

Ngọn lửa nung hoài thì hạt bắp trong nồi sẽ bung ra; ánh sáng mặt trời chiếu rọi hoài thì cái hoa phải nở. Chí kiên trì (hay đức tinh tấn) đối với người tu học cũng giống như ngọn lửa đối với nồi bắp hay ánh sáng mặt trời đối với bông hoa, là năng lượng chính yếu mà nếu được nung nấu một cách bền bỉ, liên tục thì bông hoa giác ngộ nơi hành giả, một ngày nào đó cũng sẽ nở ra rạng rỡ.

3. Giới luật (giới tài).

Nếu đức tin là lương thực thì giới luật vừa là sư trưởng, vừa là thiện tri thức, và cũng vừa là y phục quí báu nhất của người tu học. Nó ngăn ngừa mọi lỗi lầm về cả thân, khẩu và ý; và do đó, nó còn là chiếc chìa khóa để cho hành giả dùng mở cánh cửa giác ngộ. (Xin xem lại ý nghĩa và tính chất của "Giới" trong mục "Ba Môn Học Giải Thoát" ở trước.)

4. Tâm hổ thẹn (tàm quí tài).

Biết hổ thẹn đối với những lỗi lầm của chính mình (tàm), và biết hổ thẹn khi thấy mình không siêng năng, trong sạch, tỉnh thức bằng người khác (quí), đó là hai món đồ trang sức đẹp đẽ nhất của người tu học. Trong khi tính tự mãn, kiêu ngạo sẽ đưa hành giả xa rời dần quả vị giác ngộ, thì tâm biết hổ thẹn sẽ đưa hành giả ngày càng đến gần với
quả vị giác ngộ. Kinh Di Giáo dạy: "Tâm biết hổ thẹn là món đồ trang sức đẹp nhất trong các món đồ trang sức. Cũng như cái móc sắt, tâm biết hổ thẹn có thể chế ngự tất cả mọi lầm lỗi của con người. Bởi vậy, người tu học lúc nào cũng nên biết hổ thẹn."

5. Lắng nghe (văn tài).

Lắng nghe là nghe trong tỉnh thức. Lắng nghe (văn), rồi suy gẫm, quán chiếu (tư) về điều mình nghe, và đem áp dụng những điều ấy vào nếp sinh hoạt hằng ngày (tu), đó là ba phương pháp tu học có năng lực làm phát sinh trí tuệ (tam tuệ học). "Lắng nghe" ở đây phải được coi là giác quan của người tu học. Hành giả sử dụng các giác quan của mình một cách tinh thục trong đời sống thì sẽ đem lại hạnh phúc, an lạc cho chính mình và mọi người, mọi loài. Vì vậy, biết lắng nghe cũng là một trong những hành trang cần thiết của hành giả trên đường đi đến giác ngộ.

6. Buông bỏ (xả tài).

Buông bỏ là tiếng dùng để diễn tả đức độ của người khi đạt được tâm bình đẳng, nghĩa là đã dứt bỏ được những "sở tri", những thành kiến, cố chấp, phân biệt tốt xấu, bạn thù, thương ghét v.v.... Có đức xả thì tâm từ bi trở nên vô cùng rộng lớn; do đó, sự thực hành bố thí của hành giả sẽ vô cùng lợi lạc và không biên giới. Vì vậy, "xả" chính là thứ phương tiện chuyên chở tốt

nhất để đưa hành giả đi khắp các nẻo đường phụng sự xã hội, và cuối cùng là đến quả vị giác ngộ. (Xin xem lại mục "Bốn Tấm Lòng Rộng Lớn" ở trước.)

7. Định và Tuệ (định tuệ tài).

Làm cho sự lãng quên, tâm loạn động dừng lại (chỉ) thì định lực (định) phát sinh. Quán chiếu để thấy rõ (quán) chân tướng thực tại thì trí tuệ (tuệ) phát sinh. Nói cách khác, "định tuệ" là kết quả có được từ "chỉ quán"; cho nên chỉ quán và định tuệ lúc nào cũng không rời nhau, và trở nên các thành phần chủ yếu của giác ngộ. Hay có thể nói một cách chính xác hơn, định tuệ chính là bản thân của giác ngộ. Hành giả có thể tu tập hết mọi phương pháp, nhưng nếu không có định tuệ thì quả vị giác ngộ vẫn là một cái gì hết sức xa vời, không làm sao với tới được. Vậy, định tuệ phải được coi chính là hơi thở của hành giả. Hành giả nắm giữ định tuệ như nắm giữ hơi thở của mình.

Bảy thứ pháp tài trên đây cũng được coi là bảy thứ thánh tài, tức là bảy thứ của cải của các thánh nhân, được liệt kê ở nhiều kinh, và có khác nhau chút ít. Theo các kinh Bảo Tích và Niết Bàn, chúng gồm có: tín, giới, văn, tàm, quí, xả, và tuệ (tàm quí được chia làm hai, và không có tấn). Kinh Pháp Cú: tín, giới, tàm, quí, văn, bố thí, và tuệ (tàm quí được chia làm hai, không có tấn và xả, thêm bố thí). Kinh Báo Ân: tín, tấn, giới, tàm quí, văn xả, nhẫn nhục, và định tuệ (văn và xả hợp làm một, thêm nhẫn nhục).

---o0o---

BẢY PHÉP BẤT THỐI

(thất bất thối pháp)

"Các vị khất sĩ! Như Lai sẽ chỉ dạy cho các vị bảy phương pháp để giữ gìn cho chánh pháp và giáo đoàn không bị suy thoái. Các vị hãy lắng nghe.

"Thứ nhất là các vị nên thường xuyên gặp mặt nhau trong những buổi họp mặt đông đủ để học hỏi và luận bàn về chánh pháp.

"Thứ hai là các vị tới với nhau trong tinh thần hòa hợp và đoàn kết, và chia tay nhau trong tinh thần hòa hợp và đoàn kết.

"Thứ ba là cùng tôn trọng và sống theo giới luật và pháp chế một khi những giới luật và pháp chế ấy đã được ban hành.

"Thứ tư là biết tôn trọng và vâng lời các bậc trưởng lão có đạo đức và kinh nghiệm trong giáo đoàn.

"Thứ năm là sống một nếp sống thanh đạm và giản dị, đừng để bị lôi cuốn vào tham dục.

"Thứ sáu là biết quí đời sống tĩnh mặc.

"Thứ bảy là biết an trú trong chánh niệm để thực hiện an lạc và giải thoát, làm chỗ nương tựa cho các bạn đồng tu.

"Này các vị khất sĩ! Chừng nào mà các vị còn thực hiện được bảy điều ấy – gọi là bảy phép bất thối, thì đạo pháp còn hưng thịnh và giáo đoàn không bị suy thoái. Không một yếu tố nào bên ngoài có thể phá hoại được giáo đoàn. Chỉ có những phần tử từ bên trong giáo đoàn mới có thể làm cho giáo đoàn tan rã mà thôi. Các vị khất sĩ! Khi con sư tử chúa của mọi loài ở chốn sơn lâm ngã quị, không có một loài nào dám đến ăn thịt nó; chỉ có những con trùng phát sinh từ bên trong thân thể của sư tử mới ăn thịt được sư tử mà thôi. Các vị hãy bảo vệ chánh pháp bằng cách sống theo bảy phép bất thối, đừng bao giờ tự biến mình thành những con trùng trong thân thể của con sư tử."
(Trích trong Đường Xưa Mây Trắng của Thích Nhất Hạnh, San Jose, Lá Bối in lần thứ hai - 1992, trang 546 - 547. Hai câu được in chữ đậm trong đoạn trên là chủ ý của soạn giả.)

---o0o---

BẢY PHÉP HÒA GIẢI

(thất diệt tránh pháp)

"Diệt tránh" nghĩa là dập tắt sự tranh cãi, xung đột. Trong đời sống tập thể, nhiều khi có những ý kiến bất đồng về một vấn đề, khiến đưa tới xích mích, tranh cãi, làm mất đi cái không khí hòa hợp giữa đại chúng. Sự tranh cãi thường xảy ra khi hai hoặc nhiều người, trong lúc học tập chung, đã có những kiến giải khác nhau về cùng một vấn đề, hoặc không đồng ý với nhau về việc thực thi một biện pháp, một kế hoạch, và nhất là khi phải phán quyết hành vi của một vị nào đó là có tội hay vô tội, hoặc tội nặng hay tội nhẹ, hoặc người phạm tội không chịu nhận tội v.v... Để tránh xảy ra những trường hợp làm mất hòa khí như vậy, đại chúng thường áp dụng bảy biện pháp dập tắt sự tranh cãi (thhất diệt tránh pháp) nhằm đem lại không khí hòa hợp cho tập thể. Tuy bảy biện pháp này thuộc về giới luật tì kheo và tì kheo ni, nhưng vì sự ích lợi rộng rãi và thiết thực, chúng có thể được đem áp dụng trong bất cứ một tăng thân tu học nào. Bảy biện pháp đó là:

1. Biện pháp "hiện tiền":

Hai bên bất đồng ý kiến được mời đối diện trực tiếp tranh luận trước đại chúng, dùng kinh luận hoặc giới luật đối chiếu để soi rõ vấn đề; từ đó tìm ra các lẽ phải trái, và cùng nhau chấm dứt tranh cãi.

2. Biện pháp "ức niệm":

Cho nhân chứng trần thuật những sự việc đã tuần tự xảy ra, cùng những nguyên cớ nào đã đưa đến sự xung đột hiện tại; từ đó tìm ra lẽ phải trái để hòa giải xung đột.

3. Biện pháp "bất si":

Nếu có chứng cớ rằng, hành động trái phép đã xảy ra khi đương sự đang ở trong tình trạng tâm ý cuồng loạn, hoặc đã hành động một cách không có ý thức, hoặc đương sự không ngoan cố ngụy biện để tự bào chữa trong lúc luận tội, thì sẽ không xảy ra sự tranh cãi.

4. Biện pháp "tự ngôn":

Không dùng uy lực của đại chúng để áp đảo tinh thần đương sự, nhưng tạo điều kiện thuận lợi để cho đương sự tự phản tỉnh và thành thực bộc lộ sự sai quấy của mình. Điều này hết sức quan trọng vì nó ngăn chận được sự tranh luận ngay từ lúc đầu.

5. Biện pháp "đa ngữ":

Nếu sự tranh luận đã kéo dài mà không đưa đến kết quả nào thì đại chúng có thể dùng phương pháp biểu quyết (hoặc công khai, hoặc bỏ phiếu kín); ý kiến của bên đa số sẽ là ý kiến quyết định.

6. Biện pháp "tội xử sở":

Nếu một đương sự quả thật có hành động lầm lỗi mà cứ chối cãi quanh co, không chịu nhận lỗi, thì đại chúng có thể dùng phương pháp "yết ma"(1), hỏi ba lần, nếu trong đại chúng không có ai phản đối thì hình phạt sẽ đương nhiên có hiệu lực đối với đương sự.

7. Biện pháp "thảo phú địa":

Nếu sự việc quá nghiêm trọng và phức tạp mà đại chúng thấy lúng túng, không quyết định, thì đại chúng có thể trình sự việc ấy lên quí vị cao cấp trong hàng giáo phẩm của tu viện hoặc hội đồng giáo hội để nhờ phán quyết.

Trong khi áp dụng, không nhất thiết là phải dùng hết cả bảy biện pháp này cùng một lúc, nhưng tùy mỗi trường hợp, đại chúng có thể dùng một, hoặc hai, hoặc nhiều hơn, miễn sao chấm dứt được tranh cãi và thực hiện được sự hòa giải, đem lại không khí yên tĩnh, hòa hợp trong đại chúng.

CHÚ THÍCH

Để hiểu rõ từ ngữ và phương pháp "yết ma", xin xem Việt Nam Phật Giáo Sử Luận II của Nguyễn Lang, Lá Bối, Paris, 1978 - Chương XVII, mục "Giới Pháp".

---o0o---

Số 08

TÁM BƯỚC GIẢI THOÁT

(bát giải thoát)

Giải thoát là cởi bỏ được mọi sự trói buộc. Khi hành giả diệt trừ được mọi phiền não, không còn bị ràng buộc bởi những kiến chấp, chướng ngại, mê muội, thì được giải thoát. Thành quả giải thoát này gồm có tám bước, do

công phu tu tập tám phép thiền định mà đạt được. Khi đã đạt được cả tám bước giải thoát ấy rồi thì hành giả liền vượt thoát ra ngoài ba cõi, chấm dứt sinh tử luân hồi.

1. Bước giải thoát đầu tiên:

Trong tự thân đã sẵn có tâm tham ái về chính sắc thân của mình, vì muốn diệt trừ tâm tham ái ấy, hành giả quán chiếu để thấy rõ tính chất bất tịnh, vô thường của thân thể mọi người. Do sự quán chiếu này mà tâm tham ái tự thân không còn nữa. Đó là bước giải thoát đầu tiên của hành giả. (Nội hữu sắc tưởng, quán ngoại sắc giải thoát.)

2. Bước giải thoát thứ hai:

Tuy tâm tham ái tự thân đã dứt, nhưng tâm tham ái đối với cõi Dục vẫn còn nhiều, cho nên hành giả cần tiếp tục quán chiếu để thấy rõ hơn nữa tính chất vô thường, bất tịnh của vật chất (sắc thân mọi người) ở cõi Dục; từ đó diệt trừ được tâm tham ái đối với cõi Dục. Đó là bước giải thoát thứ hai của hành giả. (Nội vô sắc tưởng, quán ngoại sắc giải thoát.)

3. Bước giải thoát thứ ba:

Khi tâm tham ái đối với tự thân và vật chất cõi Dục đã không còn khởi động nữa thì cái đẹp hiển hiện. Tâm ý của hành giả bấy giờ trở nên trong sạch, sáng suốt, và tiếp tục quán chiếu để thấy rõ sự nhiệm mầu của thực tại vạn hữu; từ đó niềm an lạc phát sinh và tăng trưởng trong khắp tự thân. Hành giả hoàn toàn an trú trong cảnh giới an lạc ấy, và đạt được bước giải thoát thứ ba. (Tịnh giải thoát, thân tác chứng, cụ túc trú.)

4. Bước giải thoát thứ tư:

Với tâm ý trong sáng, không tham đắm, không vướng mắc, hành giả vượt ra khỏi phạm vi hạn hẹp của tự thân để quán chiếu tính chất vô biên của không gian và đồng nhất mình với không gian vô biên đó; đồng thời hành giả cũng thấy rõ tính cách đồng nhất giữa không gian vô biên và các vật thể. (Không vô biên xứ giải thoát.)

5. Bước giải thoát thứ năm:

Tiến thêm một bước, hành giả quán chiếu để thấy rõ rằng, cả không gian và thời gian đều dung nhiếp lẫn nhau, nương vào nhau mà tồn tại; cả hai đều không đứng độc lập với nhận thức, mà chính là những biểu tượng của nhận thức. Hành giả an trú trong chánh niệm "tâm thức bao hàm cả không thời gian", tức là an trú trong bước giải thoát thứ năm. (Thức vô biên xứ giải thoát.)

6. Bước giải thoát thứ sáu:

Hằng ngày chúng ta nhìn thực tại bằng các khuôn khổ của tư tưởng – tức là những ý niệm đối đãi về trong - ngoài, có - không, sinh - diệt, cao - thấp, trên - dưới, lớn - nhỏ, v.v... Nhưng tự thân thực tại thì không bao giờ mang lấy những khuôn khổ như vậy. Cho nên, khi tu tập phép thiền định thứ sáu

này, hành giả phải quán chiếu để thấy rõ tính chất vô tướng của thực tại vạn hữu. Với phép thiền quán này, hành giả vượt thoát được thế giới khái niệm, vất bỏ được các khuôn khổ của tư tưởng, và thực tại hiển lộ trong thật tướng như như bình đẳng của nó. Đó là bước giải thoát thứ sáu mà hành giả đạt được. (Vô sở hữu xứ giải thoát.)

7. Bước giải thoát thứ bảy:

Khi hành giả bước sang giai đoạn vất bỏ được sự phân biệt về chủ thể nhận thức và đối tượng nhận thức – tức là không còn thấy có một bên là chủ thể quán chiếu và một bên là đối tượng quán chiếu, thì đó là lúc hành giả đang ở trong trạng thái thiền định gọi là "không phải tư tưởng cũng không phải là không phải tư tưởng"; tức là bước giải thoát thứ bảy. (Phi tưởng phi phi tưởng xứ giải thoát.)

8. Bước giải thoát thứ tám:

Đây là bước giải thoát sau cùng, là đỉnh cao nhất của tuệ giác mà hành giả đạt được. Lúc này hành giả thật sự thấu suốt chân tướng của thực tại, giải thoát hoàn toàn khỏi mọi khái niệm (cảm thọ và tư tưởng), phá tan được lưới sinh tử, không rơi lọt lại vào vòng luân hồi. (Diệt tận giải thoát, hay Diệt thọ tưởng giải thoát.)

---o0o---

TÁM ĐIỀU GIÁC NGỘ của BẬC ĐẠI NHÂN

(bát đại nhân giác)

Do dùng trí tuệ quán chiếu mà thấy rõ được thật tướng của vạn hữu thì gọi là giác ngộ. Chữ "đại nhân" ở đây được dùng để chỉ cho các bậc đã giác ngộ. Các bậc đại nhân sở dĩ đã giác ngộ là vì quí ngài đã dùng trí tuệ quán chiếu và đã thấy rõ chân tướng của thực tại vạn hữu qua tám đề tài thiền quán sau đây:

1. Cuộc đời, nói chung là những yếu tố cấu tạo nên con người và vạn vật như bốn đại và năm uẩn đều là trống rỗng (không); là sinh diệt và thay đổi không ngừng (vô thường); là đầy dẫy khổ đau (khổ); là hư ngụy và không có thực thể (vô ngã); còn nói riêng về "ta" thì tâm ta là nguồn cội phát sinh bao điều xấu, và thân ta thì chỉ là nơi tích tụ của vô vàn tội lỗi.
2. Càng lắm tham muốn (đa dục) thì càng nhiều khổ đau (đa khổ). Càng ít tham muốn (thiểu dục) thì thân tâm càng được thư thái (tự tại).
3. Càng chạy theo danh lợi thì càng gây nhiều phiền não tội lỗi. Nếu biết sống vừa ý với điều kiện

vật chất khiêm nhượng (tri túc) thì tâm ý lúc nào cũng được an vui, để chỉ đeo đuổi một sự nghiệp duy nhất của mình là thành tựu trí tuệ giác ngộ.

4. Tính lười biếng luôn luôn đưa ta đến con đường đọa lạc. Vì vậy, ta phải luôn luôn siêng năng tu tập để diệt trừ phiền não và vượt khỏi vòng trói buộc của sinh tử luân hồi.
5. Chính vì vô minh mà ta cũng như mọi người cứ bị giam hãm trong ngục tù sinh tử. Vì vậy, ta luôn luôn phải cố gắng học rộng, biết nhiều, phát triển trí tuệ, đạt được biện tài để giáo hóa cho mọi người, tất cả đều được niềm vui lớn.
6. Sự nghèo khổ dễ khiến cho người ta gây nên nhiều tội lỗi xấu xa; cho nên người tu hạnh Bồ-tát phải thường xuyên thực hành hạnh bố thí, không phân biệt kẻ ghét người thương, bỏ qua những điều ác người ta đã làm đối với mình, và biết xót thương những người đã làm ác.
7. Năm thứ dục vọng (ngũ dục) đầy sức quyến rũ, làm cho con người gây nên tội lỗi và chịu nhiều hoạn nạn; cho nên người tu học sống trong thế tục mà không nhiễm những thói hư tật xấu của thế tục, lúc nào cũng sống đời đạm bạc, giữ phạm hạnh thanh cao, đem lòng từ bi để đối xử với tất cả mọi người.
8. Mọi loài chúng sinh đang chịu bao thống khổ trong biển lửa sinh tử, cho nên hạnh nguyện của người tu học là phát tâm đại thừa, nguyện cứu tế cho mọi người, mọi loài, khiến cho tất cả đều đạt được niềm vui giải thoát.
Tám đề tài thiền quán trên đây được rút ra từ kinh Bát Đại Nhân Giác. Vậy, để hiểu được một cách tường tận và sâu sắc hơn, xin đọc Kinh Bát Đại Nhân Giác (Nhất Hạnh dịch và chú giải, Lá Bối xuất bản).

---o0o---

TÁM KHOA GIÁO
(bát giáo)

Tất cả giáo pháp do đức Phật giảng dạy trong suốt cuộc đời hoằng hóa của Ngài, được đại sư Trí Giả của tông Thiên thai (Trung-hoa) phân chia thành tám loại khoa giáo, căn cứ trên hai mặt:
A. Về mặt nội dung, có bốn loại:
1. Tạng giáo: những giáo pháp có nội dung nông cạn, dễ hiểu, chủ yếu là dành cho những người căn cơ thấp kém.
2. Thông giáo: những giáo pháp có nội dung cao hơn, phù hợp cho cả những người có căn cơ thấp lẫn căn cơ cao, trong đó, những giáo nghĩa về "không" và "vô sinh" được đặc biệt nhấn mạnh.
3. Biệt giáo: những giáo pháp có nội dung sâu xa, đặc biệt để giáo hóa chúng Bồ-tát đại thừa.

4. Viên giáo: giáo pháp thâm diệu, cao tột mà chỉ có các vị Đại Bồ-tát với trí tuệ siêu việt mới lĩnh hội và chứng ngộ được.

B. Về mặt hình thức, có bốn loại:
1. Đốn giáo: Đối với thính chúng có căn trí sáng suốt, linh lợi, đức Phật dùng các pháp môn thật sâu xa, mầu nhiệm để đưa họ đến quả vị giác ngộ một cách mau chóng. Các loại kinh điển đại thừa có nội dung cao siêu như Hoa Nghiêm, Pháp Hoa, Niết Bàn v.v... thuộc về loại này.
2. Tiệm giáo: Đối với thính chúng có căn tính thấp kém hơn, đức Phật dùng các pháp môn tiệm tiến, từ dễ đến khó, từ thấp đến cao để hướng dẫn họ từng bước một, cho đến khi đạt được quả vị giác ngộ. Các kinh A Hàm và một số kinh điển đại thừa khác thuộc về loại này.
3. Bí mật giáo: Đối với hạng người có căn trí tinh thuần đặc biệt, đức Phật chỉ dùng sức "không thể nghĩ bàn" (bất khả tư nghị) ở thân khẩu ý của mình mà giáo hóa một cách bí mật, chỉ có Ngài và các đương sự liên hệ mới hiểu được nhau mà thôi. Các thần chú ở rải rác trong các kinh điển đại thừa là một ví dụ.
4. Bất định giáo: Cũng có những giáo pháp mà khi đức Phật nói ra, một số người thì lĩnh hội được và rất lấy làm lợi lạc, nhưng đồng thời, một số người khác thì lại không thể lĩnh hội được và chẳng thấy có ích lợi gì cả.

---o0o---

TÁM NGỌN GIÓ

(bát phong)

Gió thổi làm lay động muôn vật. Trong đời sống thường tình có tám thứ luôn luôn làm lay động lòng người, khiến sinh ra lắm điều bất an, vọng tưởng; đạo Phật gọi tám thứ đó là "tám ngọn gió":
1. Lợi: điều gì làm cho thỏa mãn ý muốn của mình.
2. Suy: điều gì không làm thỏa mãn ý muốn của mình.
3. Hủy: lời chê bai sau lưng mình.
4. Dự: lời khen ngợi sau lưng mình.
5. Xưng: lời khen ngợi trước mặt mình.
6. Cơ: lời chê bai trước mặt mình.
7. Khổ: đau thương, buồn phiền.
8. Lạc: vui mừng, sung sướng.

---o0o---

TÁM NGUYÊN TẮC HÀNH ĐỘNG CHÂN CHÍNH

(bát chánh đạo - bát thánh đạo)

Tám nguyên tắc hành động chân chính là một trong những đạo lí căn bản nhất của đạo Phật. Về mặt nhân bản, đó là nền đạo đức học thực nghiệm của Phật giáo dùng để rèn luyện con người có được một nhân cách đẹp đẽ, cao thượng, trọn vẹn; về mặt tôn giáo thì đó là những con đường đưa đến sự chấm dứt khổ đau, đạt được an lạc, giải thoát khỏi ba cõi, giác ngộ viên mãn, và chứng nhập niết bàn. Tám nguyên tắc này thuộc về sự thật thứ tư (đạo đế) của giáo lí nền tảng "Bốn Sự Thật" (đã được trình bày ở trước). Giáo lí Bát Chánh Đạo này quan trọng đến nỗi, nó đã được Phật dạy ngay trong bài pháp đầu tiên (tại vườn Lộc-uyển, cho năm vị sa môn nhóm Kiều Trần Như) sau ngày thành đạo, rồi dạy đi dạy lại trong suốt 45 năm hóa đạo, và trong những giờ phút cuối đời trước khi nhập diệt (tại rừng Câu-thi-na), Ngài vẫn còn dạy lần chót cho vị đệ tử xuất gia sau cùng là Tu Bạt Đà La.

1. Thấy biết chân chính (chánh kiến).

Thấy biết chân chính là thấy biết vạn pháp (trong đó gồm cả bản thân mình) đúng với tự tính chân thật của chúng. Một cách cụ thể, khi ta nhìn cuộc sống đúng theo cái nhìn của đạo lí "Bốn Sự Thật" (tứ đế), đó là ta có "chánh kiến"; khi ta nhìn vạn sự vạn vật và ta thấy rõ những tính cách vô thường, vô ngã, duyên sinh của chúng, đó là "chánh kiến". Vậy, chánh kiến là thấy biết đúng với SỰ THẬT, nghĩa là cái thấy không còn bị che phủ bởi vô minh, thành kiến, cố chấp, dục vọng; hay cũng có thể nói, chánh kiến chính là tuệ giác của bậc giác ngộ.

2. Suy nghĩ chân chính (chánh tư duy).

Suy nghĩ chân chính là sự suy nghĩ đặt trên căn bản của sự thật, suy nghĩ đúng với bản tính chân thật của vạn pháp. Ta vận dụng tâm trí để suy nghiệm về vạn pháp đúng với bản chất vô thường, vô ngã, duyên sinh của chúng, đó là "chánh tư duy". Sự suy tư chân chính sẽ đem lại cho ta những tư tưởng chân chính. Nếu những tư tưởng xấu xa, sai lầm đã làm cho ta trở nên con người thấp hèn, thô lỗ, thì ngược lại, những tư tưởng chân chính, đúng đắn sẽ nâng cao phẩm cách của ta trở thành người trong sạch, cao thượng. Người có tư duy chân chính sẽ thấy rằng vô minh là đầu mối của mọi lỗi lầm và gây ra muôn vàn đau khổ, do đó, họ diệt trừ được tâm tham dục, luyến ái, ích kỉ, sân hận, oán thù, hung bạo, ganh ghét, và thay vào đó, họ sẽ phát triển những tư tưởng vị tha, thiện chí, ôn hòa, thương yêu, giúp đỡ...

3. Nói năng chân chính (chánh ngữ).

Nói năng chân chính là nói năng đúng với sự thật. Không nói dối chỉ là một khía cạnh của "chánh ngữ", chứ chưa phải là "chánh ngữ". Nhiều khi chúng

ta không nói dối nhưng vẫn sai với sự thật: chúng ta thấy biết làm sao thì nói làm vậy, nhưng vì cái thấy biết ấy đã bị sai lạc, lầm lẫn, cho nên chúng ta đã nói không đúng với sự thật. Vậy, lời nói chân chính là lời nói không dối trá, không độc ác, không đâm thọc, không thêu dệt và siểm nịnh. Đó là những lời nói không xuất phát từ lòng tham dục, ích kỉ, hận thù, giận dữ, ngu dốt, ganh tị. Nói năng chân chính là không nói những lời nhằm lừa gạt, nịnh hót, phỉ báng, chửi mắng, sỉ nhục, vu oan, chia rẽ, nghĩa là tất cả những lời nói với dã tâm hại người. Lời nói chân chính là những lời nói từ ái, hòa nhã, dịu dàng, đoàn kết, xây dựng, đem lại an vui, lợi ích và tin tưởng cho mọi người. Chánh ngữ còn là những lời nói thận trọng, khéo léo nhằm hướng dẫn người đi vào nẻo thiện, giúp cho người khai mở trí tuệ, có được cái thấy sáng suốt, cái nhìn chính xác, nếp suy tưởng đúng đắn, phù hợp với thực tại. Vì vậy, nếu giảng pháp mà làm cho người ta hiểu sai Phật pháp, cố chấp lí thuyết, hoặc càng nghe càng thấy tối tăm, nghi ngờ, thì đó là tà ngữ, không phải là chánh ngữ.

4. Hành động chân chính (chánh nghiệp).

Có ba loại hành động (tam nghiệp): hành động của ý (ý nghiệp), hành động của miệng (khẩu nghiệp), và hành động của thân (thân nghiệp). Trong pháp số "Bát Chánh Đạo" này, yếu tố chánh nghiệp ở đây chỉ nhằm nói đến thân nghiệp mà thôi, còn ý nghiệp và khẩu nghiệp thì đã được bao hàm trong các yếu tố khác. Tất cả mọi hành động hằng ngày của thân thể đều là thân nghiệp – ngay cả sự ăn uống, tuy là hành động của miệng, nhưng vẫn thuộc thân nghiệp, còn khẩu nghiệp chỉ là sự nói năng mà thôi; vì vậy, khẩu nghiệp cũng được gọi là "ngữ nghiệp". Hành động chân chính là những hành động không phát xuất từ tham lam, vị kỉ, sân hận, oán thù, ngu si, ganh tị..., bởi vậy, chúng không gây ra đau khổ cho người khác, không phá hoại hạnh phúc của mọi người, không tàn hại người, vật và thiên nhiên. Hành động chân chính là những hành động được soi sáng bởi chánh kiến, chánh tư duy..., được thúc đẩy bởi tình thương, sự hiểu biết, lòng cởi mở, tính vị tha, và chắc chắn sẽ đem lại an vui, hạnh phúc, thanh bình cho xã hội, đem lại tươi mát cho mọi loài và thiên nhiên. Đi đứng nằm ngồi theo chánh pháp, ăn uống ngủ nghỉ theo chánh pháp, làm việc theo chánh pháp, tu học theo chánh pháp..., đều là những hành động chân chính.

5. Mưu sinh chân chính (chánh mạng).

Mọi người đều phải làm việc để nuôi sống cho chính mình và cho thân nhân mình, đó là điều hiển nhiên. Nhưng trong những công việc mưu sinh cũng có những việc tốt và những việc xấu. Người tu học không nên chọn những công việc có thể gây khổ đau cho người khác, làm tăng thêm sự bất công xã hội, hoặc tàn hại thiên nhiên và tiêu diệt sự sống của mọi loài. Người tu học khi có ý thức mưu sinh chân chính thì sẽ tìm những nghề nghiệp lương thiện,

trong sạch, tâm niệm không gian tham, không lươn lẹo, không lường gạt, không bóc lột sức người, không lạm dụng sức vật, không làm giàu trên mồ hôi nước mắt người khác. Những công việc như chế tạo và buôn bán các loại vũ khí, các loại hóa chất, độc dược để tàn phá đời sống con người, loài vật và thiên nhiên; môi giới hoặc buôn bán người (con gái, trẻ em) cho những tổ chức bất lương, vô nhân đạo; nuôi và buôn bán súc vật cho người ta ăn thịt; săn thú hoặc lưới cá bán cho người tiêu thụ; làm thịt súc vật trong lò sát sinh; chế tạo và buôn bán rượu cùng các chất ma túy v.v..., đều là những phương tiện mưu sinh bất chính, có tính chất phá hoại và gây đau khổ, người tu học nên tránh xa.

6. Siêng năng chân chính (chánh tinh tấn).

"Siêng năng" ở đây không phải là dồn hết mọi nỗ lực để làm một công việc gì đó cho xong, rồi thôi; nhưng đó là sự cố gắng liên tục, bền bỉ, dẻo dai trong sự tu tập cho đến khi đạt được mục tiêu cuối cùng là đạo quả giải thoát. Nói rõ hơn, "chánh tinh tấn" là sự siêng năng liên tục trong việc kiểm soát thân miệng ý, làm cho tiêu trừ mọi tật xấu và phát triển các hạnh lành. Có thể nói, "siêng năng chân chính" ở đây không có gì khác hơn là "bốn sự cần mẫn" (tứ chánh cần) đã trình bày ở trước. Nếu sự siêng năng của mình là để nhằm phục vụ cho những ý đồ đen tối, làm tăng trưởng dục vọng, gây đau khổ cho mọi người, thì đó là "tà tinh tấn"; người tu học không nên "tinh tấn" theo cách đó.

7. Nhớ nghĩ chân chính (chánh niệm).

Khi ta nhớ đến điều gì tức là ta đem điều ấy đặt trên ý thức ta ở giây phút hiện tại. Vậy "niệm" hay "quán niệm" là sống với giờ phút hiện tại. Khi mình đang làm việc gì thì mình để hết tâm ý lên trên việc đó, khi nghe điều gì thì để hết tâm ý vào điều đang nghe, đang nói chuyện gì thì để hết tâm ý vào chuyện đang nói, đang suy nghĩ vấn đề gì thì để hết tâm ý vào vấn đề đang suy nghĩ, đó là sống có chánh niệm. Một cách cụ thể, nếu thực tập pháp môn "bốn lĩnh vực quán niệm" như đã đề cập ở trước, tức là thực tập chánh niệm. Có chánh niệm thì cũng có thất niệm. Khi ta nói mà không biết đang nói gì, khi làm mà không biết đang làm gì, khi suy nghĩ mà không biết đang suy nghĩ gì, tức là ta không sống trong chánh niệm mà là đang sống trong lãng quên, trong thất niệm; mà lãng quên, thất niệm cũng đồng nghĩa với mê muội, vô minh, vô ý thức. Người tu học nên cố gắng, đừng để cho nếp sống thất niệm ấy xâm chiếm đời sống của mình. Mặt khác, chánh niệm cũng có nghĩa là những điều nhớ nghĩ chính đáng, và trái lại thì gọi là tà niệm. Nếu những điều ta nhớ nghĩ đến mà làm cho thân tâm ta an lạc, khuyến khích và giúp đỡ ta tiến bộ trên đường tu tập đạo giải thoát, thì đó là những nhớ nghĩ chính đáng (chánh niệm); ngược lại, những điều hễ nhớ nghĩ đến là ta thấy bất an, buồn phiền, oán hận, chán nản, hoặc ham muốn, thèm khát, say mê

điên cuồng, mê muội tâm trí..., thì đó là những nhớ nghĩ bất chánh, tội lỗi (tà niệm). Nếu ta nghĩ rằng có đức Phật A Di Đà luôn luôn sẵn sàng đợi ta nhớ nghĩ đến Ngài là Ngài tiếp dẫn ta về sống ở thế giới Cực-lạc hoàn toàn an vui, sung sướng, muốn ăn tức khắc có món cao lương mĩ vị, muốn mặc tức khắc có áo quần sang trọng, trang sức lộng lẫy, khỏi phải lo toan gì..., rồi ta không thèm tu tập, không bỏ ác làm lành gì cả, cứ ngồi "niệm Phật" để chờ vãng sanh, thì đó cũng là tà niệm.

8. Thiền định chân chính (chánh định).

Hành "thiền" để đạt được tâm "định" thì gọi là "thiền định". "Định" là giữ tâm ý an trụ vào một điểm hay một đề mục quán chiếu, và "thiền" chính là phương pháp thực tập để giữ cho tâm ý được an trụ. Khi tâm ý đã được tập trung thì trí tuệ phát sinh. Do trí tuệ đó mà hành giả thấy rõ được chân tướng của thực tại vạn hữu (chánh kiến), và giải thoát được những sợi dây ràng buộc của vô minh, của thành kiến cố chấp, của tham dục ích kỉ, của ngã chấp và pháp chấp. Đó là chánh định. Sở dĩ "chánh định" đã được kể là một yếu tố quan trọng trong "Bát Chánh Đạo" là vì thời Phật tại thế đã có rất nhiều thứ tà định của ngoại đạo. Ngoại đạo tu tập những loại định này cốt để trốn tránh đời sống khổ đau. Có những vị như A La Lam hay Uất Đầu Lam Phất chẳng hạn, có định lực lớn, chứng đắc các cõi thiền rất cao, nhưng cũng chỉ là để trốn tránh cái thực tế khổ đau của kiếp người. Chính đức Phật trước khi thành đạo cũng đã từng theo học với quí vị ấy về những loại định này, và cũng đã chứng đắc như họ, nhưng Ngài thấy điều đó vẫn là vô ích, chưa phải là mục đích tìm cầu của Ngài. Mục đích của Ngài là giải thoát khổ đau, giải thoát sinh tử. Giải thoát khổ đau và trốn tránh khổ đau là hai hành động hoàn toàn khác nhau. Bởi vậy, tà định là để trốn tránh, còn chánh định mới là giải thoát.

Tám yếu tố trên đây, nếu phân tích theo "Ba Môn Học Giải Thoát" (tam vô lậu học), thì chánh ngữ, chánh nghiệp và chánh mạng thuộc về GIỚI; chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định thuộc về ĐỊNH; chánh tư duy và chánh kiến thuộc về TUỆ. Nếu phân tích theo "Ba Nghiệp" thì chánh nghiệp và chánh mạng thuộc về THÂN NGHIỆP; chánh ngữ thuộc về KHẨU NGHIỆP; chánh kiến, chánh tư duy, chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định thuộc về Ý NGHIỆP. Bất cứ một trong tám yếu tố nào trên đây cũng bao gồm hai phần NHÂN và QUẢ của chính nó – nghĩa là, tự thân nó làm nhân cho nó, và cũng tự thân nó là quả của nó. Muốn đạt được chánh kiến (quả) thì ta phải thực tập chánh kiến (nhân); hay nói cách khác, nếu ta tu tập chánh kiến (nhân) thì nhất định ta sẽ có được chánh kiến (quả). Cả bảy yếu tố kia cũng vậy. Lại nữa, trong tám yếu tố trên, bất cứ một yếu tố nào cũng có thể là NHÂN, và cũng đồng thời là QUẢ của bảy yếu tố kia. Do ta có chánh kiến cho nên ta sẽ đạt được chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp,

chánh định v.v...; hay có thể nói ngược lại, sở dĩ ta có chánh kiến là vì ta đã đạt được chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh định v.v... Bởi vậy, có thể nói, bất cứ một yếu tố nào trên đây cũng bao gồm cả bảy yếu tố kia của bát chánh đạo. Tất cả tám yếu tố đó đều tương quan tương liên và trợ giúp, nâng đỡ lẫn nhau để đưa hành giả đến thành quả giác ngộ.

---o0o---

TÁM THỨC
(bát thức)

Thức – hay tác dụng nhận thức, tức là cái BIẾT, là những dòng tiếp nối của cảm giác hay tri giác phân biệt. Khi các giác quan (CĂN) tiếp xúc với đối tượng của chúng (CẢNH hay TRẦN) thì liền phát sinh cái biết (THỨC). Vậy thức được phát hiện từ căn cứ của nó là căn và trần, và nương tựa trên căn cứ đó mà tồn tại. Theo Duy Thức Học, thức có tám tác dụng – tức là có tám thức:

1. Nhãn thức: cái thấy, tức là cái biết sinh ra khi mắt (nhãn căn) tiếp xúc với cảnh vật (sắc trần).
2. Nhĩ thức: cái nghe, tức là cái biết sinh ra khi tai (nhĩ căn) tiếp xúc với âm thanh (thanh trần).
3. Tị thức: cái ngửi, tức là cái biết sinh ra khi mũi (tị căn) tiếp xúc với mùi (hương trần).
4. Thiệt thức: cái nếm, tức là cái biết sinh ra khi lưỡi (thiệt căn) tiếp xúc với các thức ăn uống (vị trần).
5. Thân thức: cái cảm xúc, tức là cái biết sinh ra khi thân thể (thân căn) đụng chạm mọi vật (xúc trần).[18]

Tác dụng nhận thức của năm thức trên đây hoàn toàn chỉ có tính cách thuần túy cảm giác, không có tính cách phán đoán, ước lượng và suy luận, cho nên được gọi là "năm thức cảm giác" – các nhà duy thức học thường gọi là "năm thức trước". Và vì vậy, hình thái nhận thức của chúng là hiện lượng[19]; đối tượng nhận thức của chúng là hữu chất tánh cảnh[20]; và tính chất nhận thức của chúng bao gồm cả thiện, ác, và vô kí[21].

Để có được tác dụng nhận thức, năm thức trên đây luôn luôn liên hiệp với 34 hiện tượng tâm lí (tức là những thuộc tính của thức mà Duy Thức Học gọi là những "tâm sở"), gồm có 5 tâm sở biến hành (xúc, tác ý, thọ, tưởng, tư); 5 tâm sở biệt cảnh (dục, thắng giải, niệm, định, tuệ); 11 tâm sở thiện (tín, tàm, quí, vô tham, vô sân, vô si, cần, khinh an, bất phóng dật, hành xả, bất hại); và 13 tâm sở bất thiện (tham, sân, si, vô tàm, vô quí, trạo cử, hôn trầm, bất tín, giải đãi, phóng dật, thất niệm, tán loạn, bất chánh tri)[22].

Vì được phát sinh từ căn và cảnh, năm thức này luôn luôn liên hệ mật thiết với hai lĩnh vực sinh và vật lí, và hoạt động một cách gián đoạn, không liên tục – như trong khi ngủ chẳng hạn, chúng ngưng hoạt động; hoặc nếu có hoạt động thì cũng ở một cường độ thật yếu ớt, chỉ đủ để tạo nên những cảm giác vô thức nơi thân thể.

Khi đã giác ngộ thì năm thức cảm giác này được chuyển thành thành sở tác trí [23]

6. Ý thức: cái biết sinh ra khi ý căn (mạt-na thức)[24] tiếp xúc với pháp trần[25].

Câu định nghĩa trên có vẻ thật giản dị, thực ra, phạm vi hoạt dụng của ý thức rộng rãi vô cùng. Nó có quyền năng rất lớn, có thể trấn ngự các thức khác, hoạt động tự do tự tại, có thể tạo lập và thay đổi bản chất của đời sống cá nhân lẫn tập thể. Chính nó xoay con người lưu chuyển trong vòng sinh tử luân hồi, hay đưa con người thẳng đến bến bờ giải thoát; bởi vì chính nó là ý nghiệp, là thức đóng vai trò tạo nghiệp, là động cơ chủ yếu đưa tới các hành động thuộc về thân thể và ngôn ngữ.

Ý thức được nhận diện dưới hai hình thức: liên hiệp với năm thức trước (ngũ câu) và đơn độc (độc đầu).

a) Tác dụng liên hiệp với năm thức cảm giác (ngũ câu ý thức). Cái biết phát sinh từ năm thức trước mới chỉ thuần là cảm giác; khi có thêm tác dụng của ý thức thì cái biết cảm giác sẽ trở thành tri giác – là cái biết rõ ràng, sáng tỏ. Khi mắt nhìn cái hoa, nếu không có ý thức thì cái thấy của nhãn thức chỉ là cái thấy lờ mờ, không rõ ràng; thậm chí, nhiều khi thấy mà hầu như không thấy. Nhưng nếu có mặt của ý thức thì cái hoa sẽ hiển hiện một cách rõ ràng, và cái biết sẽ trở nên sáng tỏ, tỉ mỉ hơn: từ hình dáng, đường nét, màu sắc, cho đến một con ong đang sà xuống hút mật, một ngọn gió thổi qua làm lay động cành lá v.v..., tất cả các chi tiết có liên hệ đến cái hoa lúc ấy đều được nhận biết một cách cặn kẽ. Khi liên hiệp với năm thức trước như vậy, ý thức được gọi là ngũ câu ý thức, và tác dụng của nó là tri giác. Ở đây chúng ta cần để ý, cái biết "tri giác" về cái hoa vừa nêu ra, là cái biết thật thuần túy – nghĩa là cái hoa làm sao thì biết làm vậy, mọi chi tiết liên hệ đến cái hoa thế nào thì biết thế đó, hoàn toàn không có ý niệm nào khác xen vào; ý thức ngũ câu trong trường hợp này chính là tri giác thuần túy, và vì vậy, hình thái nhận thức của nó là hiện lượng[26], đối tượng nhận thức của nó là hữu chất tánh cảnh[27].

Nhưng trong thực tế của đời sống hằng ngày, chúng ta rất ít khi thấy bằng tri giác thuần túy như vậy; nếu có thì cũng chỉ trong vài giây phút ngắn ngủi, còn hầu hết là thấy bằng suy tưởng, đắn đo, so sánh, ước lượng, phán đoán v.v... Do đó, trong chúng ta luôn luôn đầy ắp những bóng dáng, hình ảnh của thực tại, mà ít khi thấy được cái mặt thật của thực tại. Bởi vậy, hình thái

nhận thức của ý thức ngũ câu hầu hết là tỉ lượng[28], và đối tượng nhận thức của nó là đới chất cảnh[29].

Nói chung thì trong đời sống hằng ngày, mọi cái biết đều được phát hiện từ các giác quan, và đều được ý thức làm cho sáng tỏ. Cho nên, Duy Thức Tam Thập Tụng đã gọi cả sáu thức này là "liễu biệt cảnh thức" (cái biết phân biệt rõ ràng về mọi vật).

b) Tác dụng đơn độc (độc đầu ý thức). Trong trường hợp này, ý thức chỉ hoạt động độc lập, không liên hiệp với năm thức trước. Trong các hoạt động như suy tư, hồi tưởng, tưởng tượng, lí luận, so đo, phán đoán... nó được gọi là ý thức tán vị (tán vị ý thức – nghĩa là ý thức trong trạng thái phân tán), và đó là các hoạt động phổ thông, thường xuyên nhất của ý thức. Mộng mị trong giấc ngủ cũng là một loại hoạt động của ý thức độc đầu, và trong trường hợp này nó được gọi là ý thức trong mộng (mộng trung ý thức). Ở trường hợp người bị điên loạn thì nó được gọi là ý thức trong cơn điên loạn (loạn trung ý thức). Và khi ở trong trạng thái thiền định thì nó được gọi là ý thức trong định (định trung ý thức). Tán vị, độc đầu, mộng, loạn, định, đó là năm trạng thái của ý thức. Theo đó thì hình thái nhận thức của ý thức độc đầu có khi là hiện lượng[30] (như ý thức trong định), có khi là phi lượng[31] (đó là ý thức trong mộng và trong cơn điên loạn), nhưng hầu hết là tỉ lượng[32] (trường hợp ý thức tán vị); còn đối tượng nhận thức của nó thì hoàn toàn là độc ảnh cảnh[33].

Một cách tổng quát, hình thái nhận thức của ý thức (cũng gọi là thức thứ sáu) bao gồm cả ba lượng[34]; đối tượng nhận thức của nó bao gồm cả ba cảnh[35] – tức là "pháp trần"; và tính chất nhận thức của nó thì có đủ cả ba tính[36] (thiện, ác và vô kí). Để có được tác dụng nhận thức, ý thức luôn luôn liên hệ với tất cả 51 tâm sở[37].

Cũng như năm thức trước, ý thức liên hệ mật thiết với cả hai lĩnh vực sinh lí (căn) và vật lí (cảnh). Tất cả sáu thức này đều được phát sinh theo luật nhân duyên (có điều kiện: khi căn tiếp xúc với cảnh) như bất cứ một hiện tượng sinh vật lí nào khác, cho nên cũng có tính cách chuyển biến, không đồng nhất, và hoạt động có lúc bị gián đoạn, không liên tục. Khi đã giác ngộ thì ý thức được chuyển thành diệu quan sát trí[38].

Duy Thức Học cũng có khi gọi chung thức thứ sáu và năm thức cảm giác là "sáu thức trước".

7. Mạt-na thức (tức là ý, hay ý căn, cũng gọi là "thức thứ bảy"): cái biết chấp ngã, cái biết phân biệt ngã với phi ngã. Mạt-na vừa là thức mà cũng vừa là căn (làm chỗ nương tựa cho ý thức). Nó được phát sinh từ thức thứ tám là a-lại-da, nương tựa trên a-lại-da để tồn tại, rồi lại lấy a-lại-da làm đối tượng nhận thức. Vì vậy, thức a-lại-da vừa là căn mà cũng vừa là đối tượng của thức mạt-na. Khi lấy a-lại-da làm đối tượng nhận thức, mạt- na đã bám sát

lấy a-lại-da và cho đó là cái ngã chân thật; do đó, tính chất của mạt-na là chấp ngã – Duy Thức Học gọi là "tư lương", tức là suy tư, đo lường, tính toán, ôm ghì, bám chặt. Tính chất chấp ngã này đã từng tích tụ rất sâu dầy từ vô thỉ, và đã cùng sinh ra một lần với thân mạng, cho nên ta cũng có thể gọi nó là bản năng chấp ngã. Thật ra, không hề có một cái gọi là "ngã", chẳng qua chỉ vì thức mạt-na đã từng bị vô minh che lấp, nên đã có nhận thức sai lầm (tà kiến) về ngã; và, theo Duy Thức Học, đó là đầu dây mối nhợ cho tất cả mọi sai lầm về nhận thức. Với nhận thức sai lầm về ngã này, thức mạt-na luôn luôn có ảo tưởng rằng, thân mạng là thật ngã, là chủ thể, và tất cả những gì ở bên ngoài thân mạng là thật pháp, là đối tượng của ngã; và rằng, ngã và pháp (hay chủ thể và đối tượng) là hai hiện tượng độc lập với nhau. Vì vậy, mạt-na tuy là một thứ trực giác – trực giác chấp ngã – nhưng chỉ là một thứ công dụng tợ hiện lượng[39], cho nên hình thái nhận thức của nó luôn luôn là phi lượng[40]. Lại nữa, cũng vì tính chất chấp ngã mà mạt-na không bao giờ tiếp xúc được với thế giới tánh cảnh[41], cho nên đối tượng nhận thức của nó chỉ hoàn toàn là đới chất cảnh[42]. Về tính của mạt-na, Duy Thức Học cho rằng, nó không phải là thiện, cũng không phải là ác, mà là vô kí[43]; nhưng vì bị vô minh che lấp (hữu phú), cho nên phải nói đầy đủ tính chất của nó là hữu phú vô kí.

Trong tác dụng nhận thức, mạt-na liên hệ với 18 tâm sở, gồm có: 5 tâm sở biến hành, tâm sở "tuệ" của 5 tâm sở biệt cảnh, và 12 tâm sở bất thiện (tham, si, mạn, tà kiến, trạo cử, hôn trầm, bất tín, giải đãi, phóng dật, thất niệm, tán loạn, bất chánh tri)[44].

Bốn tâm sở bất thiện tham, si, mạn và tà kiến, theo thứ tự tức là ngã ái, ngã si, ngã mạn và ngã kiến, là bốn loại phiền não gốc rễ[45] tác động thường xuyên trên thức mạt-na. Chúng được coi là chính bản thân của mạt-na, và đó là tất cả những gì mà ta gọi là vọng nghiệp, là nguyên nhân chính của sinh tử luân hồi.

Ý thức, tuy phạm vi hoạt động vô cùng rộng rãi, nhưng vì nó lấy thức mạt-na làm "căn", nên hoàn toàn tùy thuộc vào bản chất của mạt-na trong mọi tác dụng nhận thức. Nói cách khác, thức mạt-na là nền tảng cho mọi hành động (dù mang tính cách ô nhiễm hay thanh tịnh) của ý thức – và của cả năm thức trước nữa. Như vậy, ý (thức mạt-na) là điểm trung tâm, là cái động lực làm phát hiện nhận thức; và do ảnh hưởng của ý mà ý thức cũng mang lấy tà kiến phân biệt chấp ngã, cũng thấy biết, suy đoán, phán xét, suy nghĩ sai lầm, và đã dựng nên không biết bao nhiêu cái khung (phạm trù) tư tưởng – như ta, người, có, không, cao, thấp, trên, dưới, tốt, xấu, trong, ngoài, sinh, diệt v.v..., để từ đó tạo nên biết bao nghiệp nhân xấu ác, bao hành động vô minh, tà dục, và cứ thế, những nghiệp nhân này cứ tiếp tục nuôi dưỡng, bồi đắp cho bản chất sai lầm của mạt-na trong suốt quá trình sinh mạng. Dù hoạt

động của sáu thức trước có lúc bị gián đoạn, nhưng bản năng chấp ngã của thức mạt-na thì luôn luôn liên tục. Cái mà người ta gọi là "bản năng tự tồn", đó chính là thức mạt-na. Sự tồn tục của nó không những chỉ có trong một quá trình sinh mạng, mà nó đã hiện hữu từ trước khi cá nhân được thác sinh (từ vô thỉ) và cả sau khi cá nhân đã chết.
Nếu ý thức đã có khả năng tạo ra nghiệp nhân xấu để tiếp tục bồi đắp cho bản chất sai lầm của thức mạt-na, thì chính ý thức cũng có khả năng làm cho mạt-na trở nên trong sạch, thánh thiện. Ý thức có thể quán chiếu tính KHÔNG của ngã và pháp để ngăn chận bốn loại phiền não gốc rễ (si, kiến, mạn, ái), không cho hiện hành và tác động trên mạt-na, làm cho thức này mất dần sức mạnh chấp ngã – tức là làm trong sạch dần bản chất ô nhiễm. Và nếu công phu cứ được tiếp tục mãi thì đến một lúc nào đó, mạt-na sẽ hoàn toàn được trong sạch hóa, không còn bám lấy thức a-lại-da làm đối tượng chấp ngã nữa, rồi cái ảo tưởng về "thật pháp ở bên ngoài ngã" cũng tiêu mất, lúc đó, từ cái bản chất là một thức, mạt-na sẽ chuyển thành một loại tuệ giác gọi là bình đẳng tánh trí.[46]

8. A-lại-da thức: cái biết chứa đựng, gìn giữ và biến hiện – cũng gọi là "thức thứ tám".
Thức a-lại-da là nền tảng của mọi tác dụng nhận thức và mọi hiện tượng tâm sinh vật lí. Nó không phải là cái mà người ta thường gọi là "linh hồn" (được chứa đựng trong một thể xác). Nó không có hình thái, không có dung tích, và không có một nơi nhất định nào dung chứa nó. Hoạt dụng của nó rất thâm mật, trí óc phàm tục không thể nào rõ thấu được. Cái mà Tâm Lí Học hiện đại gọi là "tiềm thức", "vô thức", hay "đà sống" mới chỉ là những khái niệm gần gũi với a-lại-da; vì thực ra, a-lại-da còn sâu kín, rộng lớn và sinh động hơn nhiều. Nó chính là bản thể, là bản chất hiện hữu của sinh mạng và của cả môi trường trong đó sinh mạng tồn tại.
Thức a-lại-da được nhận biết qua ba tác dụng: chứa đựng, gìn giữ và biến hiện.
a) Tác dụng chứa đựng. Thức a-lại-da, trong trường hợp này được gọi là "tàng thức", vì tác dụng của nó ở đây là chứa đựng (tàng), được miêu tả bằng ba đặc tính:
- Đặc tính thứ nhất, nó chính là khả năng chứa đựng (năng tàng).
- Đặc tính thứ hai, nó chính là nội dung chứa đựng (sở tàng).
- Đặc tính thứ ba, nó chính là đối tượng chấp ngã của thức mạt-na (ngã ái chấp tàng).
Những gì chứa đựng trong a-lại-da đều gồm trong ba lĩnh vực: tâm lí (các thức và các tâm sở), sinh lí (cơ thể và các giác quan), và vật lí (thế giới vật chất); hay nói cách khác, đối tượng của thức a-lại-da, theo danh từ Phật học,

gồm có danh (tinh thần) và sắc (vật chất)[47]; hoặc tổng quát hơn, đó là tất cả mọi hiện tượng trong vũ trụ – tất cả các pháp[48]. Các pháp này luôn luôn ở một trong hai trạng thái: hoặc là trạng thái phát hiện (Duy Thức Học gọi là hiện hành, tức là thế giới hiện tượng); hoặc là trạng thái tiềm ẩn (Duy Thức Học gọi là chủng tử, tức là hạt giống).

Như vậy, tự thân của thức a-lại-da luôn luôn gồm đủ hai phần chủ thể (năng tàng) và đối tượng (sở tàng). Hai phần này không ngừng biến chuyển linh động: các chủng tử từ a-lại-da phát hiện thành hiện hành, các hiện hành rơi trở lại vào a-lại-da thành chủng tử... Sự hoạt động đó hoàn toàn vô thức, ý thức của chúng ta không thể nào biết được.

b) Tác dụng gìn giữ. Đã có khả năng hàm chứa, thức a-lại-da lại còn có khả năng duy trì và bảo tồn tất cả những gì được chứa trong nó. Duy Thức Học gọi tác dụng này là trì chủng – tức là gìn giữ mọi hạt giống. Với tác dụng này, a-lại-da còn được gọi là "trì chủng thức". Nhờ có khả năng này mà các pháp không bao giờ bị tiêu mất, mà vẫn luôn luôn tồn tại, hoặc ở trạng thái chủng tử, hoặc ở trạng thái hiện hành. Cũng vậy, những nghiệp nhân do ta tạo ra không bao giờ mất đi, mà chúng sẽ tồn tại và chờ điều kiện thuận tiện để phát hiện thành quả báo. Quả báo đó như thế nào là do tổng thể những giá trị của các nghiệp nhân. Rốt cuộc, a-lại- da là tổng thể của nghiệp; hay nói khác đi, a-lại-da là chính bản thân của nghiệp, – bởi vậy, nó cũng được gọi là "nghiệp quả thức".

c) Tác dụng biến hiện. Biến hiện là một tác dụng vô cùng quan trọng của thức a-lại-da. Đó là khả năng làm chuyển biến các chủng tử của các pháp, làm cho chúng chín muồi, chờ có điều kiện thuận tiện là phát hiện thành hiện tượng. Duy Thức Học gọi đó là tác dụng "dị thục", và do đó, thức a-lại-da cũng còn được gọi là "dị thục thức".

Chủng tử của vạn pháp được chứa đựng và gìn giữ ở a-lại-da bằng cách "huân tập" (hun đúc và chồng chất). Theo cách này, đối tượng của sáu thức trước, sau khi xuất hiện trên mặt ý thức, liền rơi xuống kho chứa a- lại-da và tồn tại ở đó trong trạng thái chủng tử. Các hành động tạo nghiệp của thân, khẩu, ý cũng y như vậy. Trong khi huân tập, chứa đựng và gìn giữ, a-lại-da gồm thâu vào tự thân nó tất cả mọi pháp thiện và ác, do đó, theo Duy Thức Học, tính chất của nó là vô phú vô kí (vô phú: không bị ngăn che; vô kí: không thiện cũng không ác). Mặt khác, trong diễn trình nhận thức, tác dụng của a-lại-da là thuần túy trực giác, cho nên hình thái nhận thức của nó là hiện lượng[49] (nhưng rất thâm mật, ý thức phàm tục không thể biết được), và chỉ liên hệ với 5 tâm sở biến hành[50] trong 51 tâm sở.

Trong thời gian được chứa đựng và duy trì (tức là ở trạng thái tiềm ẩn) ở thức a-lại-da, các chủng tử vẫn không ngừng chuyển biến dưới định luật nghiệp báo. Nếu chúng không được tiếp tục nuôi dưỡng thì sẽ bị yếu dần đi,

khó phát hiện thành hiện hành, hoặc có thể bị đồng hóa bởi các chủng tử khác mạnh hơn, để cuối cùng bị tiêu mất, không còn hiện hành nữa. Nhưng nếu cứ được nuôi dưỡng, tăng cường và phát triển (nghĩa là cái quá trình chủng tử sinh hiện hành - hiện hành sinh chủng tử... được lặp đi lặp lại thường xuyên), thì một lúc nào đó chúng sẽ chín muồi để có thể phát hiện thành các hiện tượng. Các tác dụng huân tập, cất chứa, duy trì và làm chín muồi các chủng tử của thức a-lại-da được thực hiện vô cùng sâu kín, cái thấy của ý thức không thể nào soi thấu được.

Tính chất của chủng tử là chuyển biến không ngừng, và vì a-lại-da chính là tổng thể của các chủng tử, nên a-lại-da cũng không ngừng chuyển biến. Tuy biến chuyển như vậy, a-lại-da vẫn luôn luôn là một dòng liên tục, hoạt động không bao giờ gián đoạn. Vì vậy, Duy Thức Học nói bản chất của a-lại-da là hằng chuyển (vừa liên tục vừa thay đổi). Đó là tính chất căn bản và vô cùng quan trọng của thức a-lại-da, bởi vì, nếu không có tính chất này thì sẽ không có gì cả, không có vạn pháp, không có vũ trụ, không có sự sống...

Vì a-lại-da – cũng tức là chủng tử – là hằng và chuyển, cho nên vạn pháp cũng là một dòng liên tục, không có gì mất đi. Sự sinh diệt của một đời sống (hữu tình hoặc vô tình) chẳng qua chỉ là một lần thay đổi trong quá trình biến chuyển của cả dòng sống. Khi một cá nhân chết đi, những nghiệp nhân (chủng tử) hàm chứa trong a-lại-da vẫn tiếp tục chuyển biến, và sẽ chín muồi vào một lúc nào đó, rồi từ a-lại-da chúng sẽ hiện hành thành một sinh mạng (chánh báo) mới, trong một môi trường sống (y báo) mới. Tùy theo bản chất và giá trị của tổng thể nghiệp lực, sinh mạng có thể được sinh ra ở một trong ba cõi (tam giới)[51], hoặc ở vào một trong mười địa (thập địa) của Bồ-tát hạnh[52]. Khi có một đoạn sinh diệt như vậy xảy ra – nghĩa là khi có sự chuyển đổi từ một sinh mạng này sang một sinh mạng khác, thức a-lại-da lúc nào cũng bỏ đi sau cùng (sau khi các thức khác đã bỏ đi), và tới trước tiên (để an lập và phát hiện các thức khác); vì theo Duy Thức Học, a-lại-da là thức nền tảng, là "chủ nhân ông" của mọi thức khác.

Đường lối theo đó thức a-lại-da thác sinh vào các môi trường sống (3 cõi và 10 địa) cũng rất thâm diệu, ý thức không thể nào rõ thấu được.

Vì thức a-lại-da là hằng chuyển, cho nên theo phương pháp tu tập của giáo lí Duy Thức, hành giả có thể vừa không tiếp tục cho huân tập các chủng tử ô nhiễm (vô minh, tà dục) vào a-lại-da, vừa ngăn ngừa không cho các chủng tử ô nhiễm có sẵn trong a-lại-da tái hiện hành. Trong lúc đó, hành giả tiếp tục cho huân tập vào a-lại-da các chủng tử thanh tịnh (thiện, trong sáng, vươn tới từ bi, giác ngộ) và thường xuyên tạo điều kiện thuận lợi cho các chủng tử trong sạch có sẵn trong a-lại-da có dịp hiện hành. Các chủng tử ô nhiễm nếu không được nuôi dưỡng, bồi đắp thì dần dần sẽ bị yếu đi, bị lấn áp, thay đổi, đồng hóa và tiêu diệt bởi các chủng tử thiện. Bằng cách đó, a-lại-da sẽ

không tiếp tục bị ô nhiễm mà dần dần sẽ được chuyển đổi sang trạng thái hoàn toàn thanh tịnh. Theo Duy Thức Học, khi hành giả tu tập và đạt đến địa thứ bảy (trong 10 địa) của Bồ-tát hạnh thì ý thức sẽ an trú được trong sự thông suốt về tính không của ngã và pháp, tà kiến vô thức về sự tồn tại của ngã hoàn toàn bị tiêu diệt, và lúc đó thức mạt-na liền được tách rời ra khỏi a-lại-da; hay nói cách khác, a-lại-da bấy giờ được thoát khỏi vòng tay của mạt-na, không còn làm đối tượng chấp ngã cho thức này nữa. Tuy nhiên, phải đợi đến khi đạt được địa thứ tám thì ý thức mới đủ khả năng tiêu diệt hoàn toàn tà kiến vô thức về sự tồn tại của pháp; theo đó, mọi vô minh và tà dục hoàn toàn tan biến, mọi chủng tử trở nên thuần túy thanh tịnh, và các thức đều chuyển thành tuệ giác giác ngộ: thức a-lại-da chuyển thành đại viên cảnh trí, thức mạt-na chuyển thành bình đẳng tánh trí, ý thức chuyển thành diệu quan sát trí, và năm thức cảm giác chuyển thành thành sở tác trí.[53]

Trong tám thức như vừa trình bày trên thì thức a-lại-da là thức nền tảng, căn bản, Duy Thức Học gọi nó là "căn bản thức"; bảy thức còn lại: mạt-na, ý, nhãn, nhĩ, tĩ, thiệt và thân, đều được chuyển hiện, sinh khởi từ căn bản thức, cho nên chúng được gọi là "chuyển thức". Mặc dù có tám thức nhưng về tác dụng thì chúng có ba tác dụng chính yếu: - Tác dụng chứa đựng, gìn giữ hạt giống và chuyển biến, phát hiện thành hiện hành – tức là tác dụng DỊ THỤC, là vai trò của thức a-lại-da, cho nên thức này cũng được gọi là TÂM; - Tác dụng suy nghĩ, so đo, tính toán, chấp ngã – tức là tác dụng TƯ LƯƠNG, là vai trò của thức mạt-na, cho nên thức này cũng được gọi là Ý; - Tác dụng tri giác, phân biệt đối với trần cảnh – tức là tác dụng LIỄU BIỆT CẢNH, là vai trò của sáu thức trước, cho nên sáu thức này còn được gọi là THỨC. Sự phân chia có tám thức như trên chỉ là một phương tiện để dễ tìm hiểu những mặt khác nhau của thức; nó không phải là cố định như thế. Thực ra, tám thức ấy chỉ là tám tác dụng, tám hành trạng, hay tám cách biểu hiện của nhận thức, chứ không phải là "tám cái tâm" riêng rẽ, biệt lập. Tuy là có tám thức, nhưng mỗi thức đều liên hệ mật thiết đến các thức khác; tuy một mà là tám, tuy tám mà là một, cho nên chúng cũng có thể thu về một mối, đó là THỨC – tức là CĂN BẢN THỨC, hay A-LẠI-DA THỨC. Một cách tổng quát, chúng ta có thể nói: Thức có ba tác dụng: tác dụng thứ nhất là tàng (hay dị thục), tác dụng thứ hai là tư lương, và tác dụng thứ ba là liễu biệt cảnh. Các kinh luận không chuyên về "duy thức", thường dùng những tên gọi như TÂM, Ý, THỨC, hay NGHIỆP THỨC để chỉ cho phần "tinh thần" – khác với phần "thân thể" – của chúng sinh.

---o0o---

TÁM TRAI GIỚI

(bát trai giới - bát giới trai - bát quan trai giới)

Chữ "trai" nghĩa là làm cho tâm ý được thanh tịnh; chữ "giới" nghĩa là ngăn ngừa không để cho thân khẩu ý gây điều lầm lỗi. Có cả thảy tám giới. Những giới này giúp cho hành giả đóng bớt được những cánh cửa giác quan để ngăn chận các phiền não, tội lỗi, đó là ý nghĩa của chữ "quan". Tám trai giới là một phương tiện lập ra để giúp người cư sĩ tại gia có cơ hội sống 24 giờ đồng hồ (trọn một ngày đêm) trong chùa theo cuộc sống li dục, thanh tịnh, chánh niệm của người xuất gia. Trong 24 giờ đó, Phật tử phải ăn chay và giữ gìn tám giới sau đây:

1. Không giết hại.
2. Không trộm cắp.
3. Không dâm dục (khác với "không tà dâm" của Năm Giới).
4. Không nói dối.
5. Không uống rượu và dùng các chất ma túy.
6. Không dùng dầu thơm, son phấn.
7. Không nằm giường nệm sang quí.
8. Không ăn ngoài giờ ấn định.

(Muốn biết cách thực tập, xin xem sách Đạo Phật Áp Dụng Vào Đời Sống Hằng Ngày của Nhất Hạnh.)

---o0o---

Số 09

CHÍN CÕI

(cửu địa - cửu hữu)

Chín cõi chỉ là một cách phân chia khác của "ba cõi" hay "sáu nẻo", đều chỉ cho cái vòng sinh tử luân hồi. Chín cõi ấy là:

1. Cõi của năm loài có dục vọng cùng ở chung lộn với nhau (Ngũ thú tạp cư địa). Năm loài này là: Trời cõi Dục, Người, Địa-ngục, Ngạ-quỉ, Súc-sinh. Nói cách khác, đây tức là cõi Dục, một trong ba cõi đã đề cập ở trước.
2. Cõi của chúng sinh do vì thoát li khỏi cõi Dục mà sinh niềm vui vẻ (Li sinh hỉ lạc địa – tức cõi trời Sơ-thiền của cõi Sắc).
3. Cõi của chúng sinh do vì được an trú trong thiền định mà sinh niềm vui vẻ (Định sinh hỉ lạc địa – tức cõi trời Nhị-thiền của cõi Sắc).
4. Cõi của chúng sinh do vì bỏ được niềm vui có vẻ tự mãn của hai cõi trên (Sơ-thiền và Nhị-thiền) mà tâm ý trở nên an tĩnh hơn và có được niềm vui thanh thoát hơn (Li hỉ diệu lạc địa – tức cõi trời Tam-thiền của cõi Sắc).

5. Cõi của chúng sinh do vì buông bỏ được mọi niềm vui đã có ở trên mà tâm trở nên hoàn toàn tĩnh lặng, bình đẳng, thanh tịnh (Xả niệm thanh tịnh địa – tức cõi trời Tứ-thiền của cõi Sắc).
6. Cõi của chúng sinh đã vượt khỏi cõi Sắc để an trú trong cảnh giới thiền định đầu tiên của cõi Vô-sắc là Không-vô-biên-xứ (Không vô biên xứ địa).
7. Cõi của chúng sinh được an trú trong cảnh giới thiền định thứ hai của cõi Vô-sắc là Thức-vô-biên-xứ (Thức vô biên xứ địa).
8. Cõi của chúng sinh được an trú trong cảnh giới thiền định thứ ba của cõi Vô-sắc là Vô-sở-hữu-xứ (Vô sở hữu xứ địa).
9. Cõi của chúng sinh được an trú trong cảnh giới thiền định cao tột của cõi Vô-sắc là Phi-tưởng-phi-phi-tưởng-xứ (Phi tưởng phi phi tưởng xứ địa).

---o0o---

CHÍN PHẨM HOA SEN

(cửu phẩm liên hoa)

Theo giáo lí của tông Tịnh Độ (một trong các tông phái Phật giáo đại thừa) thì trong vũ trụ có một thế giới tên là Cực-lạc (hay Tịnh-độ), là quốc độ của đức Phật A Di Đà. Sở dĩ có tên như vậy là vì quốc độ ấy hoàn toàn trong sạch, đẹp đẽ (từ các loài hữu tình cho đến các loài vô tình), hoàn toàn an vui, hạnh phúc, trí tuệ cao diệu, sống lâu vô lượng, chứ không phải xấu xa, dơ bẩn, sinh sinh tử tử, đầy dẫy tham sân si phiền não, ngập tràn đau khổ xót xa như thế giới chúng ta hiện sống ở đây. Theo đại nguyện của đức Phật A Di Đà thì bất cứ chúng sinh nào cũng có thể cầu được vãng sinh về thế giới Cực-lạc của Ngài, và khi đã được vãng sinh về đó thì sẽ luôn luôn có được các hoàn cảnh và điều kiện thuận lợi để tu tập thẳng đến quả vị giác ngộ, vĩnh viễn không bao giờ bị luân chuyển trở lại vào các thế giới khổ đau. Muốn được vãng sinh về Tịnh-độ, hành giả trước hết phải có ý chí, phải có tâm tha thiết mong cầu vãng sinh, và sau đó là chuyên cần tu tập tịnh nghiệp làm nhân tốt cho việc vãng sinh. Chúng sinh ở cõi Tịnh-độ được hóa sinh từ hoa sen, và tùy theo tịnh nghiệp nhiều ít của mỗi người mà sẽ được vãng sinh về ở một trong chín bậc hoa sen cao thấp khác nhau, gọi là "chín phẩm hoa sen". Chín phẩm hoa sen này chia làm ba cấp: trên (thượng), giữa (trung), dưới (hạ); và mỗi cấp lại chia làm ba bậc: cao (thượng), vừa (trung), thấp (hạ), như sau:
1. Bậc cao của cấp trên (thượng thượng phẩm)
2. Bậc vừa của cấp trên (thượng Trung phẩm)
3. Bậc thấp của cấp trên (thượng hạ phẩm)

4. Bậc cao của cấp giữa (trung thượng phẩm)
5. Bậc vừa của cấp giữa (trung trung phẩm)
6. Bậc thấp của cấp giữa (trung hạ phẩm)
7. Bậc cao của cấp dưới (hạ thượng phẩm)
8. Bậc vừa của cấp dưới (hạ trung phẩm)
9. Bậc thấp của cấp dưới (hạ hạ phẩm)

---o0o---

CHÍN PHÉP QUÁN TƯỞNG TRÊN THI THỂ

(cửu tưởng quán)

Đây là một trong các phép quán tưởng về bất tịnh mà người tu thiền thực tập để diệt trừ các vọng tưởng tham dục và đạt được an lạc, giải thoát. Cả chín phép quán tưởng đều tập trung vào thân thể của con người sau khi chết. Hành giả có thể quán tưởng ngay chính thân thể của mình, của thân nhân mình, hay của bất cứ một người nào khác. Tốt nhất là nên quán tưởng thi thể ấy đang nằm nơi đồng trống, từng bước tuần tự như sau:

1. Quán tưởng để thấy thi thể trương phình lên.
2. Thấy thi thể đổi màu, trở thành xanh tím.
3. Thấy thi thể bắt đầu bị thối rữa.
4. Thấy máu, nước vàng... chảy ra.
5. Thấy từng mảnh thịt thối rã ra.
6. Thấy thi thể bị các loài chim, thú rứt rỉa.
7. Thấy đầu, mình, tay chân của thi thể rời ra.
8. Thấy xương trắng vương vãi lăn lóc trên đất.
9. Thấy xương thịt trở thành đất bụi, gió thổi bay đi, trở về với đất bụi.

---o0o---

Số 10

MƯỜI BỨC TRANH CHĂN TRÂU

(thập ngưu đồ - thập mục ngưu đồ)

Đây là mười bức họa trâu biểu tượng cho hành trình tu chứng của người tu học, rất được phổ biến trong các chùa, am, thiền viện, Phật học viện và viện đại học Phật giáo ở các nước Phật giáo Bắc truyền. – Lấy đề tài "chăn trâu" để biểu trưng cho công phu tu tập của người tu học, đó không phải là sự kiện mới lạ, mà đã từng được chính đức Thế Tôn sử dụng trong khi Ngài còn tại thế; về sau, khi Thiền tông hưng thịnh, nó lại trở thành một trong những

thiền án mà quí vị tổ sư thường dùng để khai thị cho các đệ tử. – Những bức tranh chăn trâu này xuất hiện ở Trung-hoa, không biết đích xác là vào thời nào, chỉ biết chắc chắn là chúng đã được thịnh hành từ thế kỉ XII (dưới triều đại nhà Tống). Tranh chăn trâu xuất hiện rất nhiều bộ, bộ nào cũng gồm có mười bức. Tất nhiên, những bộ tranh này không phải do một người vẽ, mà đã do nhiều người, nhưng người vẽ đầu tiên là ai thì không biết được. Tuy có rất nhiều bộ tranh chăn trâu khác nhau, nhưng tựu trung có thể xếp thành hai loại: loại theo khuynh hướng Đại thừa và loại theo khuynh hướng Thiền tông.

A. Tranh Đại Thừa.

Bộ tranh chăn trâu có khuynh hướng đại thừa được truyền tụng nhất hiện nay là bộ bắt đầu bằng bức "Chưa Chăn" (vị mục) và kết thúc bằng bức "Vắng Hết" (song dẫn). Tranh vẽ con trâu đen (tượng trưng cho tâm mê vọng) và người chăn trâu (tượng trưng cho hành giả). Lần lượt qua từng bức tranh, màu đen của trâu sẽ chuyển biến dần thành màu trắng, trước tiên là cái đầu, lan dần đến thân mình, và cuối cùng là đuôi trâu, nói lên rằng, nhờ trải qua nhiều công phu tu tập mà cái tâm vọng động, cấu nhiễm của hành giả dần dần được gạn lọc mà sáng dần lên trên nấc thang giác ngộ. Tóm lại, mười bức tranh chăn trâu ở đây là một đường biểu diễn của công trình điều phục tâm ý của hành giả trên đường giải thoát, giác ngộ. Mười bức tranh đó chắc chắn là do các thiền sư vẽ, nhưng, như trên đã nói, không biết đích xác là của ai, chỉ biết rằng, thiền sư Phổ-Minh (? - ?) là người đã sáng tác mười bài thi tụng (mỗi bài cho một bức tranh) để nói lên ý nghĩa sâu xa của chúng.

1. Chưa chăn (vị mục).

HugeDomains.com
Shop for Over 350,000 Premium Domains

Tranh vẽ một con trâu toàn đen đang chạy nhảy lung tung, và chú mục đồng vừa đuổi theo vừa đưa nắm cỏ non để dụ nó. Lúc này hành giả mới bắt đầu phát tâm tu học, tâm ý hãy còn buông lung theo trần cảnh, nên phải cố gắng tìm cách "bắt" tâm lại.

2. Mới chăn (sơ điều).

HugeDomains.com
Shop for Over 350,000 Premium Domains

Tranh vẽ người chăn trâu đã dùng dây thừng xỏ và cột được mũi trâu, và bắt đầu "trị" cho trâu thuần; mũi trâu đã chuyển màu đen thành trắng. Lúc này hành giả biết quay về nương tựa nơi Ba Ngôi Báu, nguyện gìn giữ giới luật và tu học nghiêm túc để cho tâm ý không còn xao lãng, phóng túng theo dục vọng.

3. Chịu phép (thọ chế).

HugeDomains.com
Shop for Over 350,000 Premium Domains

Tranh vẽ con trâu đã hết hung hăng và chịu khuất phục, trọn cái đầu của trâu đã chuyển thành trắng; và chú mục đồng dắt trâu đi nhẹ nhàng, không còn phải dùng sức lực lôi kéo hay roi vọt đánh đập nữa. Tuy vậy, chú vẫn giữ chắc sợi dây xỏ mũi và tay chưa dám bỏ cây roi. Nhờ quyết lòng tu tập, giới hạnh nghiêm túc mà giờ đây hành giả thấy tâm ý mình có phần định tĩnh, sáng suốt, nhẹ nhàng hơn. Được vậy là nhờ hành giả thường trực quán sát và nhận diện dòng tâm ý đang trôi chảy của mình.

4. Quay đầu (hồi thủ).

Trong tranh vẫn còn có trâu và mục đồng, nhưng trâu đã quên mất sự có mặt của mục đồng, mà mục đồng cũng quên mất sự có mặt của trâu. Hành giả cố gắng tiến lên mãi, và giờ đây thì tất cả mọi tà kiến vô thức về sự tồn tại của ngã cũng như của pháp đều dứt sạch.

5. Ngoan ngoãn (tuần phục).

Tranh vẽ trâu đã trắng đến hết lưng và bụng, đã được chú mục đồng cởi bỏ sợi dây, vì trâu đã hoàn toàn thuần thục, không còn lo lắng gì nữa. Hành giả lúc này đã hoàn toàn điều phục tâm ý mình, hoàn toàn sống trong tỉnh thức. Tâm ý đã thanh tịnh, nhẹ nhàng, thanh thoát, hành giả thật an lạc, thấy được sự mầu nhiệm của cuộc sống, chung quanh mình cái gì cũng tươi đẹp, dễ thương.

6. Không ngại (vô ngại).

Tranh vẽ người chăn trâu ngồi thổi sáo nơi gốc tùng, trâu ngoan ngoãn nằm nghe, khắp thân mình đã chuyển sang màu trắng; chỉ có cái đuôi là còn đen. Hành giả lúc này hoàn toàn tĩnh lặng, không cần dụng công điều phục mà tâm ý an nhiên tự tại.

7. Mặc ý (nhậm vận)

HugeDomains.com
Shop for Over 250,000 Premium Domains

Tranh vẽ chú mục đồng thản nhiên nằm ngủ dưới gốc cây, còn trâu thì mặc tình rong chơi gặm cỏ, toàn thân trắng toát, từ chóp mũi đến chót đuôi không còn một vết đen nào. Bởi tâm đã an nhiên tự tại, không còn bị chướng ngại, nên tất cả những kiến chấp sai lạc về ngã (tức bốn thứ phiền não: ngã si, ngã kiến, ngã mạn, ngã ái) nơi hành giả giờ đây cũng bị gột sạch; tuy nhiên, những tà kiến về pháp vẫn còn, sự giải thoát chưa được trọn vẹn.

8. Quên nhau (tương vong).

HugeDomains.com
Shop for Over 250,000 Premium Domains

Tranh vẽ con trâu đã chuyển sang màu trắng đến nửa thân mình. Nhờ chăn giữ lâu ngày, bây giờ trâu đã dần dần thuần thục, không còn giống như trâu "hoang" nữa. Chú mục đồng không còn phải mệt nhọc "trị" nó nữa, mà có thể cột nó vào gốc cây và hưởng được chút nhàn hạ. Hành giả ngày càng sống với chánh niệm thường xuyên hơn, theo sát và thấy rõ tâm ý mình hơn, không một hoạt động nào của tâm mà qua lọt được con mắt quán niệm của hành giả.

9. Chiếc bóng (độc chiếu).

HugeDomains.com
Shop for Over 250,000 Premium Domains

Con trâu trong tranh không còn trông thấy nữa, người chăn trâu một mình đứng giữa thiên nhiên. Tâm hành giả bây giờ đã trở thành "vô tâm", mọi niệm phân biệt đều dứt sạch, không còn có trong - ngoài, có - không, sinh - diệt, tâm - cảnh, dơ - sạch v.v...; tự tính chân như của vạn hữu tỏ lộ ra trước mắt.

10. Vắng hết (song dẫn).

HugeDomains.com
Shop for Over 250,000 Premium Domains

Tranh không còn gì cả, chỉ xuất hiện một hình tròn đầy đặn và trống rỗng. Tuệ giác hoàn toàn sáng tỏ, giải thoát trọn vẹn, không còn lời gì có thể nói về mức chứng ngộ tột cùng của hành giả, chỉ diễn tả tượng trưng bằng một hình tròn viên mãn.

B. Tranh Thiền Tông.

Thiền tông chủ trương "chỉ thẳng vào chân tâm, thấy được tính là tức khắc thành Phật" (trực chỉ chân tâm, kiến tánh thành Phật), cho nên, khác với tranh đại thừa ở trên, tranh Thiền tông vẽ con trâu trước sau chỉ có một màu:

trắng hoặc đen. Tuy nhiên, tranh trâu trắng thì hiếm thấy vì ít được thưởng thức, trong khi đó, tranh trâu đen được phổ cập hơn, vì nó có vẻ hùng mạnh nhưng mộc mạc, gần gũi với cuộc sống hơn. Bộ tranh chăn trâu được mọi người thưởng thức nhiều nhất là của thiền sư Thanh Cư (? - ?), diễn tả tiến trình tu tập của hành giả, bắt đầu bằng công việc "tìm trâu" và kết thúc bằng "cả trâu và người đều mất" (biểu trưng bằng hình vẽ một vòng tròn trắng). Như thế là chỉ có tám bức họa. Sau đó, thiền sư Tắc Công (? - ?) vẽ thêm bức thứ chín là "Trở về nguồn cội" (phản bổn hoàn nguyên); rồi cuối cùng, thiền sư Từ Viễn (? - ?) lại vẽ nốt bức thứ mười là "Thõng tay vào chợ" (nhập triền thùy thủ). Cả bộ tranh mười bức này về sau lại được thiền sư Quách Am (đời thứ 15 dòng Lâm Tế) làm cho mỗi bức một bài thi tụng, có kèm lời dẫn giải để nói lên ý nghĩa của mỗi bức tranh.

Những dẫn giải về mỗi bức họa sau đây (phần in chữ nghiêng) là của chính thiền sư Quách Am (Tuệ Sỹ dịch – trích từ sách Thiền Qua Tranh Chăn Trâu của Trúc Thiên và Tuệ Sỹ).

1. Tìm trâu (tầm ngưu).

Trâu chưa xuất hiện trong bức tranh mở đầu này, mà chỉ có hình ảnh chú mục đồng đang đi tìm trâu. Tâm của hành giả vẫn có đó, nhưng lâu nay cứ rong ruổi chạy theo dục vọng trần cảnh, sống buông trôi trong quên lãng; bây giờ bắt đầu cuộc đời tu tập theo hạnh tỉnh thức, hành giả mới trở lại đi tìm "tâm" của mình. Nhưng, xưa nay đâu có mất, săn tìm chi? Bởi, quay lưng với Giác mà thành ra lỏng lẻo; sấn bước vào Trần nên mới bị mất đi. Từ đó, quê hương càng lúc càng diệu vợi, mà đường sá lại gập ghềnh. Cái lẽ được và mất đã cháy bừng bừng; phải và quấy mọc lên tua tủa.

2. Thấy dấu (kiến tích).

HugeDomains.com
Shop for Over 250,000 Premium Domains

Đến đây người chăn trâu vừa phát hiện ra dấu chân của trâu. Hành giả đang ở những bước đầu của công phu thiền quán; vì biết "dừng lại", biết nắm giữ hơi thở, nên đã có được vài giây phút sống với chánh niệm. Mò kinh để thấy nghĩa, học giáo để tìm ra tung tích. Rõ, bao khí dụng chỉ một chất vàng, hết thảy tạo vật là chính ta cả. Chính tà khỏi lựa, chân ngụy khỏi phân. Bởi chưa vào được cửa đó, nên mượn tiếng kêu là "thấy dấu".

3. Thấy trâu (kiến ngưu).

HugeDomains.com
Shop for Over 250,000 Premium Domains

Lúc này người chăn trâu đã trông thấy được con trâu. Hành giả đã có tiến bộ trong công phu tu tập, sống với nếp sống tỉnh thức thường xuyên hơn, đã cảm thấy vững chắc hơn trên con đường giới định tuệ. Theo tiếng mà vào, ghé mắt là thấy. Cửa sáu căn tỏ rõ không nhầm; ngay nơi động dụng rành rành hiển lộ. Chất mặn trong nước, chất xanh trong màu. Vén lông mày lên, là nó chứ ai!

4. Được trâu (đắc ngưu).

Người chăn trâu đã bắt được trâu. Hành giả đang nỗ lực điều phục và làm chủ tâm ý mình, không để bị níu kéo theo những vọng tưởng tà kiến. Ông cố gắng nhận diện tất cả những tâm sở phiền não để tìm cách chuyển hóa chúng, tạo điều kiện thuận lợi tối đa cho những chủng tử giác ngộ có nhiều cơ hội hiện hành. Từ lâu, vùi lấp ngoài đồng hoang, hôm nay đã gặp mi. Bởi cảnh đẹp nên khó lòng đuổi, đắm say cỏ non hoài mãi không thôi. Cứng đầu còn quá lắm, tính buông lung chưa hết. Muốn cho chịu phép mọi bề, cần cho roi vọt.

5. Chăn trâu (mục ngưu).

Người chăn trâu đã bắt được trâu, dùng dây thừng xỏ mũi và dắt nó đi theo mình. Hành giả lúc này đã hoàn toàn có được chánh niệm trong lúc thiền tập. Hành giả quán chiếu và thấy rõ một cách thường xuyên dòng tâm ý đang trôi chảy của mình; hay nói cách khác, đây là giai đoạn "dùng tâm quán sát tâm". Trong những khi đi đứng nằm ngồi, không lúc nào hành giả đánh mất

chánh niệm. Niệm trước vừa khởi, niệm sau tiếp theo. Bởi đã Giác nên thành Chân. Bởi tại mê, hóa ra vọng. Chẳng phải do cảnh mà có, nhưng chính do tâm mà sinh. Xỏ mũi, cùm đầu, không chần chờ gì nữa.

6. Cưỡi trâu về nhà (kị ngưu qui gia).

HugeDomains.com
Shop for Over 450,000 Premium Domains

Người chăn trâu ngồi trên lưng trâu, khoan thai thổi sáo, thong thả trở về nhà. Lúc này hành giả đã hoàn toàn làm chủ được tâm ý mình, không lay động, không chướng ngại. Con đường giác ngộ dẫn về "bản lai chân diện mục" đã được thắp sáng và bày ra trước mặt, hành giả cứ hướng theo đó mà trở về. Đã hết cuộc can qua, đã rồi câu được mất. Hát bài ca đồng của anh đốn củi, thổi điệu khúc quê của chú bé con. Vắt mình trên trâu, mắt mở nhìn mây vời vợi. Kêu réo, không quay đầu; kéo lôi, cũng chẳng dừng bước.

7. Quên trâu còn người (vong ngưu tồn nhân).

HugeDomains.com
Shop for Over 450,000 Premium Domains

Trâu đã mất dạng, chỉ còn người chăn. Sau khi đã trở về với "bản lai chân diện mục", hành giả thường trực an trú trong tuệ giác về tính "không" của vạn hữu; tâm của hành giả cũng tức là hành giả, đâu có gì khác nhau! Thân, Tâm chỉ là một. Pháp không là pháp phân hai, mắt trâu là tông chỉ. Mượn tiếng "bẫy thỏ" để dụ cho dị danh; lấy chữ "dò cá" để nêu cái sai biệt. Như vàng ròng rút ra từ đáy quặng; như trăng tỏ vén khỏi cụm mây. Một đạo hàn quang qua khỏi kiếp Uy Âm vô thỉ.

8. Người trâu đều quên (nhân ngưu câu vong).

HugeDomains.com
Shop for Over 450,000 Premium Domains

Cả trâu và người chăn trâu đều mất dạng. Hành giả thường trực an trú trong tuệ giác về tính "không" của vạn hữu, và tiến đến nấc thang cao tột của tuệ giác giác ngộ: những tà kiến vô thức về sự tồn tại của NGÃ và PHÁP hoàn toàn bị tiêu diệt. Buông bỏ tình phàm thì ý thánh cũng không. Chỗ có Phật cũng không thèm rong chơi, chỗ không Phật cũng không thèm ngó lại. Không vướng đầu này hay đầu nọ, không liếc xéo nơi này hay nơi kia. Hàng trăm con chim ngậm hoa, thẹn sao là thẹn!

9. Trở về nguồn cội (phản bản hoàn nguyên).

HugeDomains.com
Shop for Over 350,000 Premium Domains

Tuệ giác siêu việt đã đạt được, hành giả trở về an trú trong trạng thái "niết bàn tịch tịnh", giải thoát trọn vẹn khỏi mọi ý niệm có không, sinh diệt, đến đi, thêm bớt, khổ vui, mê ngộ, chứng đắc và đối tượng chứng đắc. Bản lai thanh tịnh, không vướng một mảy trần. Quán sát vẻ tươi và héo của những gì là hữu tướng, an thân trong cảnh ngưng tịch của đạo vô vi. Không đồng với huyễn hóa, cần gì phải tu, phải trị. Nước biếc, non xanh, ngồi mà xem cuộc thành bại.

10. Thõng tay vào chợ (nhập triền thùy thủ).

HugeDomains.com
Shop for Over 350,000 Premium Domains

Với hạnh nguyện độ sinh của một vị Bồ-tát, và với hành trang "bi-trí-dũng" đã sẵn sàng, hành giả lên đường nhập thế, dùng mọi phương tiện trí, lực để hóa độ chúng sinh. Khép cánh cửa sài, một mình một bóng, dù thánh hiền vạn cổ cũng không hay. Chôn vùi cái văn vẻ của riêng ta, bỏ lại lối mòn của cổ đức. Mang bầu vào chợ, chống gậy về nhà, hàng rượu hàng cá, dạy cho thành Phật hết.

GHI CHÚ: 20 bức họa trên đây đã được chụp lại từ sách Thiền Qua Tranh Chăn Trâu của Trúc Thiên và Tuệ Sỹ.

---o0o---

MƯỜI DÂY RÀNG BUỘC
(thập triền)

"Ràng buộc" là không được tự do tự tại; ở đây có nghĩa là bị trói chặt, bị giam hãm trong ngục tù sinh tử, trong vòng kiềm tỏa của luân hồi, không được giải thoát. Sở dĩ như vậy là bởi do mười "dây" phiền não sau đây:
1. Lầm lỗi mà không biết tự xấu hổ (vô tàm).
2. Không biết tự thẹn khi thấy người khác có giới hạnh trong sạch hơn mình (vô quí).
3. Ganh ghét (tật).
4. Bỏn sẻn, keo kiệt (xan).
5. Tiếc rẻ (hối).
6. Ham ngủ (thụy miên).
7. Không an tĩnh (trạo cử).
8. Tối tăm, không tỉnh táo (hôn trầm).
9. Giận dữ, hung hãn (phẫn).
10. Che giấu lỗi lầm (phú).

---o0o---

MƯỜI ĐỊA
(thập địa)

"Địa" ở đây là địa vị, là giai tầng tu chứng trên bậc thang giác ngộ. Có nhiều loại "mười địa", ở đây xin đề cập đến hai loại căn bản nhất:

A. Mười Địa của Ba Cỗ Xe (tam thừa thập địa).

Theo Đại Trí Độ Luận và tông Thiên Thai của Trí Giả đại sư, đây là cái thang giác ngộ có 10 giai tầng tu chứng được lập chung cho ba cỗ xe (tam thừa) là Thanh-văn, Duyên-giác và Bồ-tát:

1. Càn tuệ địa (trí tuệ khô cạn). Đây là địa vị của một hành giả khi mới phát tâm tu hành. Vì chưa được thấm nhuần dòng nước Phật pháp cho nên trí tuệ của hành giả hãy còn khô cạn.
2. Tánh địa (thấy tính). Ở địa vị này hành giả bắt đầu thấy được tính Phật nơi

tự thân mình.
3. Bát nhẫn địa (an trú nơi tám sự quán ngộ). Chữ "nhẫn" nghĩa là chịu đựng; và chịu đựng ở đây có nghĩa là an trú vững chắc nơi thật tướng của vạn pháp mà lòng không bị giao động, chán nản. Ở địa vị này, hành giả luôn luôn vận dụng trí tuệ để quán chiếu (quán) thật tướng của vạn pháp và nhận chân (ngộ) được chân lí "Bốn Sự Thật", lần lượt trải qua tám trình độ quán ngộ (bát nhẫn) như sau:

1) Quán ngộ về "khổ đế" ở cõi Dục.
2) Quán ngộ về "tập đế" ở cõi Dục.
3) Quán ngộ về "diệt đế" ở cõi Dục.
4) Quán ngộ về "đạo đế" ở cõi Dục.
5) Quán ngộ về "khổ đế" ở hai cõi Sắc và Vô-sắc.
6) Quán ngộ về "tập đế" ở hai cõi Sắc và Vô-sắc.
7) Quán ngộ về "diệt đế" ở hai cõi Sắc và Vô-sắc.
8) Quán ngộ về "đạo đế" ở hai cõi Sắc và Vô-sắc.

4. Kiến địa (thấy rõ chân lí). Hành giả đã chứng ngộ chân lí "Bốn Sự Thật" ở khắp ba cõi, tâm ý hoàn toàn tự do, không còn bị kiềm tỏa bởi các tà kiến, và bắt đầu được dự vào "dòng Thánh", tức là Tu-đà-hoàn, quả vị thấp nhất trong bốn quả vị của cỗ xe Thanh-văn (Thanh văn thừa).

5. Bạc địa (gần kề). Ở địa vị này, hành giả tu tập và diệt trừ được phần lớn những phiền não căn bản của cõi Dục, tương đương với Tư-đà-hàm, quả vị thứ hai trong bốn quả vị của cỗ xe Thanh-văn. Với quả vị này, hành giả còn phải tái sinh vào cõi Dục một lần nữa để tiếp tục tu tập.

6. Li dục địa (rời khỏi cõi Dục). Ở địa vị này, hành giả tu tập và diệt trừ hoàn toàn các phiền não gốc rễ của cõi Dục, cho nên vĩnh viễn không còn tái sinh vào cõi Dục nữa, tương đương với A-na-hàm, quả vị thứ ba trong bốn quả vị của cỗ xe Thanh-văn.
7. Dĩ biện địa (đã hoàn tất). Ở địa vị này, hành giả tu tập và dứt sạch hoàn toàn phiền não của cả ba cõi, chứng được các phép mầu nhiệm, vượt thoát khỏi ba cõi, tương đương với A-la-hán, quả vị cao nhất của cỗ xe Thanh-văn.

8. Bích-chi Phật địa (Duyên-giác). Ở địa vị này hành giả dùng trí tuệ tự mình quán chiếu nguyên lí "mười hai nhân duyên" mà được giác ngộ và thoát khỏi vòng sinh tử luân hồi. Phật Bích-chi hay Phật Độc-giác là quả vị chứng đắc của cỗ xe Duyên-giác (Duyên giác thừa).

9. Bồ-tát địa. Địa vị A-la-hán và Phật Bích-chi cũng đã là những địa vị giác ngộ, nhưng mới chỉ được phần tự lợi, nên chưa phải là giác ngộ trọn vẹn. Muốn đạt được quả vị giác ngộ trọn vẹn, cao tột thì hành giả phải phát tâm tu tập hạnh Bồ-tát. Pháp môn tu tập chính yếu của hành giả ở địa vị này là "sáu phép qua bờ" (lục độ), và hạnh nguyện chính yếu ở địa vị này là "độ sinh".

10. Phật địa. Khi thành quả tối hậu của địa vị Bồ-tát (tự lợi và lợi tha, hay tự giác và giác tha) đã đạt được viên mãn thì hành giả chứng đắc địa vị cao quí tột bực của sự nghiệp giác ngộ là địa vị Phật-đà.

B. Mười Địa của Bồ Tát.

Trong quá trình tu tập từ khi phát tâm cho đến khi thành tựu hạnh nguyện Bồ-tát, hành giả phải lần lượt trải qua 10 địa vị (được ghi trong kinh Hoa Nghiêm) sau đây:
1. Hoan hỉ địa (tâm ý rất vui). Sau khi đã trải qua một thời gian dài tu tập, hành giả diệt trừ được bốn phiền não mang tính chất tà kiến[54], bắt đầu thấy được tính "không" của ngã và pháp, cởi bỏ được cái tâm niệm phàm phu để hòa nhập vào "Bồ-tát thân"; vì vậy mà có được niềm vui lớn.

2. Li cấu địa (xa rời phiền não). Ở địa vị này, hành giả tu tập và gột sạch được những cấu nhiễm của phiền não, và có được giới hạnh thanh tịnh, giới đức viên mãn.
3. Phát quang địa (trí tuệ phát sinh). Hành giả đạt được nhẫn nhục viên mãn, thoát khỏi mê vọng, ánh sáng trí tuệ của tự tính giác ngộ bắt đầu hiển lộ.

4. Diễm tuệ địa (trí tuệ rực rỡ). Do sự tinh tấn tu tập mà trí tuệ giác ngộ, từ chỗ bắt đầu phát sinh ở Phát quang địa, đến đây đã trở nên rực rỡ, thù thắng.

5. Nan thắng địa (đạt được một cách khó khăn). Từ Diễm tuệ địa tiến lên được đến đây quả là một hành trình vô cùng khó khăn. Hành giả phải thường xuyên tu tập thiền định để có được một định lực thâm hậu, thấu suốt được nguyên lí "hai sự thật" (nhị đế)[55], chứng được pháp thân thanh tịnh.

6. Hiện tiền địa (chân như hiển hiện). Ở địa vị này, hành giả tiếp tục diệt trừ các căn bản phiền não vi tế và hoàn thành việc phát triển trí tuệ cao tột, hoàn tất công hạnh tu tập "sáu phép qua bờ" (lục độ), vượt khỏi các khái niệm phân biệt giữa có và không, nhiễm và tịnh v.v..., cho nên tự tính chân như của vạn hữu tỏ lộ ra trước mắt.

7. Viễn hành địa (đi xa). Ở đây, tâm ý của hành giả bắt đầu an trú thường xuyên trong sự thông suốt về tính "không" của ngã và pháp. Tuy tà kiến vô thức về sự tồn tại của pháp vẫn còn, nhưng tà kiến vô thức về sự tồn tại của ngã thì hoàn toàn bị tiêu diệt, phát khởi đại bi tâm và thành đạt phương tiện vô ngại trong việc độ sinh.

8. Bất động địa (không lay động). Ở địa vị này, tà kiến vô thức về sự tồn tại của pháp nơi tâm ý hành giả cũng hoàn toàn bị tiêu diệt. Vì vậy, hành giả được an trú trong trạng thái hoàn toàn thanh tịnh mà du hành tự tại, không còn bị các ma phiền não tham sân si cũng như "ngũ dục", "lục trần" làm cho lay động (bất động); không còn bị rơi trở lại trong các cảnh giới đau khổ (bất đọa); không còn bị thối lui vào con đường tu tập của hàng tiểu thừa (bất thối); và không còn bị bất cứ một thứ tà kiến nào làm cho tán loạn (bất tán).
9. Thiện tuệ địa (trí tuệ diệu dụng). Hành giả thành tựu được trí tuệ biện tài vô ngại, nên có thể ra đi giáo hóa độ sinh khắp cả mười phương ba cõi, đồng thời xét đoán được những chúng sinh nào đáng được cứu độ và những chúng sinh nào không đáng được cứu độ.
10. Pháp vân địa (mây pháp). Đây là địa vị cao tột trên đường tu tập của Bồ-tát hạnh. Ở địa vị này, hành giả có tuệ giác và muôn hạnh đầy đủ, du hành giáo hóa khắp nơi với tâm bình đẳng, không phân biệt người đáng hay không đáng được cứu độ, dường như mây lành, có thể tưới mưa cam lộ xuống khắp các nơi để làm nảy sinh thiện căn nơi tất cả chúng sinh. Có thể nói, đó chính là hóa thân của Phật.

---o0o---

MƯỜI ĐỘNG LỰC SAI KHIẾN
(thập sử - thập căn bản phiền não)

Đây là mười loại phiền não gốc rễ làm động lực sai khiến, thúc đẩy chúng sinh tạo nên các hành động sai lầm, xấu xa, tội lỗi, gây đau khổ cho mình, cho người, và cho cả muôn loài; đó là: tham dục (tham), sân hận (sân), ngu si (si), kiêu mạn (mạn), nghi ngờ (nghi), và "năm cái thấy sai lạc" (thân kiến, biên kiến, tà kiến, kiến thủ kiến, giới cấm thủ kiến – đã đề cập ở trước).

---o0o---

MƯỜI NGUYỆN LỚN của BỒ TÁT PHỔ HIỀN
(Phổ Hiền thập nguyện)

Phổ Hiền (có nghĩa là sự hiền đức phổ cập khắp nơi) là tên của một vị Bồ-tát lớn, thường được các kinh điển đại thừa (nhất là Hoa Nghiêm và Pháp Hoa) nhắc nhở và khen ngợi. Vì lòng đại bi, ngài nguyện luôn luôn dùng mọi phương tiện để tuyên dương Phật pháp, hóa hiện mọi thân tướng để cứu độ chúng sinh, và ủng hộ tất cả những ai hành trì và hoằng dương Phật pháp. Ngài có lập mười điều nguyện lớn, được ghi trong kinh Hoa Nghiêm như sau:

1. Nguyện thường cung kính và lễ bái chư Phật (lễ kính chư Phật).
2. Nguyện thường khen ngợi công đức của chư Phật (xưng tán Như Lai).
3. Nguyện thường thực hành hạnh bố thí, cúng dường (quảng tu cúng dường).
4. Nguyện thường ăn năn các tội lỗi đã tạo ra và ngăn ngừa các tội lỗi chưa phát sinh (sám hối nghiệp chướng).

5. Nguyện thường hoan hỉ và khuyến khích những công việc có ích lợi do mọi người thực hiện (tùy hỉ công đức).

6. Nguyện thường cầu xin Phật hoằng hóa đạo pháp (thỉnh chuyển pháp luân).
7. Nguyện thường cầu xin Phật thường trú ở thế gian để chúng sinh được gội nhuần mưa pháp (thỉnh Phật trụ thế).

8. Nguyện thường theo Phật để tu học (thường tùy Phật học).

9. Nguyện thường thuận theo tâm ý của mọi chúng sinh để hướng dẫn tu học (tùy thuận chúng sinh).

10. Nguyện thường hồi hướng tất cả công đức lành cho tất cả chúng sinh đều được thành tựu đạo quả giải thoát (phổ giai hồi hướng).

Với chí nguyện tu học và phụng sự chúng sinh, hành giả lấy các hạnh nguyện trên đây làm hạnh nguyện của chính mình. Phật là đối tượng của hành giả, và "Phật" ấy nào phải ở đâu xa, mà chính là tự tính giác ngộ sẵn có nơi mình! Hãy cung kính, hãy lễ bái, hãy cúng dường v.v... cái tự tính giác ngộ ấy!

---o0o---

MƯỜI TÔNG PHÁI
(thập tông)

"Tông" là chủ yếu; "phái" là nhánh, dòng. Trong thời kì còn tại thế độ sinh, đức Phật đã tùy theo từng căn cơ của thính chúng mà thuyết minh vô lượng pháp môn khác nhau. Và dĩ nhiên, cũng bởi vì thính chúng có nhiều căn cơ khác nhau cho nên họ cũng lĩnh hội những pháp môn ấy một cách khác nhau. Đó là đầu mối của sự phân chia hệ phái về sau này trong giáo đoàn. Khi có tình trạng phân phái như vậy, người khởi xướng ra một tông phái thường y cứ vào một số kinh luận (pháp môn) mà mình sở đắc để lấy đó làm yếu nghĩa chỉ đạo.

Khởi thỉ, sau khi đức Phật nhập diệt, Phật giáo Ấn-độ đã chia làm hai hệ phái lớn: Tiểu thừa và Đại thừa. Sau đó mỗi "thừa" lại chia làm nhiều nhánh nhỏ hơn. Tuy nhiên, sự phân phái của đạo Phật không giống như sự "phân hóa" với cái ý nghĩa không đẹp thường tình, nhưng đó chính là vì nhu cầu phát triển trí thức của loài người mà đạo Phật phải phát huy tính chất khế lí và khế cơ của mình để có thể hòa nhập vào môi trường xã hội mà mình đang có mặt.

Khi đạo Phật được truyền bá vào Trung-hoa, cũng nhằm phát huy cái tính chất khế lí và khế cơ ấy, Phật giáo Trung-hoa đã lần lượt thành lập nên nhiều tông phái khác nhau. Dĩ nhiên, vì tính khế cơ, một tông phái có thể được lập nên trong một hoàn cảnh nào đó, rồi đến lúc nó không còn thích nghi với hoàn cảnh hiện tại nữa thì tự nó phải biến diệt. Vì vậy, số tông phái được lập nên và thịnh hành ở Trung-hoa có lúc nhiều lúc ít, tùy thời; nhưng tựu trung thì có mười tông phái sau đây được coi là tiêu biểu:

1. Tông Câu Xá.

Tông này lấy bộ luận A Tì Đạt Ma Câu Xá của đại luận sư Thế Thân (người Ấn-độ, thế kỉ thứ 5) làm yếu chỉ, chủ trương tất cả các pháp (bao gồm cả tâm và vật) đều thực có, nhưng không có một bản ngã tồn tại thường hằng bất biến. (Danh từ Phật học Hán Việt gọi chủ trương này là "ngã không pháp hữu".) Hành giả phải thường xuyên dùng trí tuệ để quán chiếu về chân lí "bốn sự thật" để chứng nhập niết bàn – vì theo tông này, ngoại trừ cảnh giới niết bàn ra, thế gian hoàn toàn không có gì là phúc lạc.

Pháp sư Chân Đế (người Ấn-độ) đã dịch bộ luận Câu Xá từ Phạn văn ra Hán văn và truyền tông này sang Trung-hoa vào thế kỉ thứ 6 (khoảng năm 563-567). Đến thế kỉ thứ 7, bộ luận lại được pháp sư Huyền Trang (người Trung-

hoa, 596-664) dịch ra Hán văn một lần nữa và truyền cho đệ tử là pháp sư Khuy Cơ (632-682); và chính nhờ vị này mà tông Câu Xá ở Trung-hoa được kiện toàn, trở thành một hệ thống triết học nền tảng thiết yếu cho tất cả những nhà nghiên cứu Phật học.

2. Tông Thành Thật.

Tông này lấy bộ luận Thành Thật của Ha Lê Bạt Man (người Ấn-độ, khoảng 250-350) làm căn bản, chủ trương không có ngã mà cũng không có vạn pháp (tâm và vật) – danh từ Phật học Hán Việt gọi là "ngã pháp nhị không". Khi hành giả quán chiếu về tính "không" của ngã và pháp thì sẽ diệt trừ được phiền não chướng và sở tri chướng, chứng nhập cảnh giới niết bàn tịch tịnh. Bộ luận Thành Thật được pháp sư Cưu Ma La Thập (người Ấn-độ) dịch ra Hán văn và truyền tông này sang Trung-hoa vào đầu thế kỉ thứ 5. Hai tông Câu Xá và Thành Thật trên đây đều thuộc về truyền thống tiểu thừa. Hiện nay cả hai đều đã bị thất truyền, nhưng hai bộ luận Câu Xá và Thành Thật thì vẫn được các giới học Phật tham cứu.

Tám tông phái sau đây thuộc về truyền thống đại thừa:

3. Tông Luật.

Tông này được sáng lập ở Trung-hoa vào giữa thế kỉ thứ 7 mà vị sáng tổ là luật sư Đạo Tuyên, một đệ tử nổi tiếng về luật học của pháp sư Huyền Trang. Tông này chủ trương chỉ cần thông suốt và tinh nghiêm hành trì giới luật; khi giới thể đã thanh tịnh thì định lực phát sinh; định lực đã phát sinh thì trí tuệ giác ngộ cũng bừng sáng. Luật tông đặt nền tảng trên bộ luật Tứ Phần của tiểu thừa và "tam tụ tịnh giới" của đại thừa.

4. Tông Tam Luận (cũng có các tên gọi khác là Tánh, Pháp Tánh, Không, Bát Nhã).

Tông này lấy hai bộ luận Trung Quán và Thập Nhị Môn của đại luận sư Long Thọ (người Ấn, thế kỉ thứ 2), và bộ Bách Luận của đại luận sư Đề Bà (đệ tử của ngài Long Thọ) làm căn cứ, đả phá mọi cái nhìn sự vật bằng khái niệm, bằng mê chấp và tà kiến phân biệt; và chủ trương nhìn sự vật bằng con đường trung đạo với các nguyên tắc "nhị đế" và "bát bất" (bất sinh, bất diệt, bất thường, bất đoạn, bất nhất, bất dị, bất lai, bất khứ) để thấy được thực tướng "như như" của chúng. Lí tưởng của nó là dẹp bỏ mọi "hí luận", và mọi luận chứng đều được đặt nền tảng trên bốn mệnh đề (tứ cú): có (hữu), không có (không), vừa là có vừa là không có (diệc hữu diệc không), vừa

không phải là có vừa không phải là không có (phi hữu phi không). Thế kỉ thứ 5, pháp sư Cưu Ma La Thập sang Trung-hoa, dịch cả ba bộ luận trên và truyền cho đệ tử là Tăng Triệu để thành lập nên tông Tam Luận; nhưng phải chờ đến thời đại sư Cát Tạng (thế kỉ thứ 6) thì tông này mới được kiện toàn, có hệ thống và qui củ hẳn hoi.

5. Tông Thiên Thai (cũng gọi là tông Pháp Hoa).

Tông này được thành lập tại Trung-hoa vào cuối thế kỉ thứ 6 với vị tổ thứ nhất là đại sư Trí Khải (hay Trí Giả). Thực ra, vị sáng tổ của tông này phải là đại sư Huệ Văn (đầu thế kỉ thứ 6). Ngài Huệ Văn truyền cho đệ tử là đại sư Huệ Tư (514-577). Đại sư Trí Khải chính là đệ tử của đại sư Huệ Tư, nhưng vì ngài đã có một nhân cách nổi bật, một sở học uyên thâm, một trí tuệ phi thường, đương thời không ai sánh kịp, vả lại, chính ngài là người đã kiện toàn tông Thiên Thai, cho nên đã được tôn xưng là vị tổ thứ nhất của tông này.
Tông Thiên Thai lấy bộ kinh Pháp Hoa làm căn bản lập tông, và lấy bộ Đại Trí Độ Luận (của Long Thọ) làm chỉ nam cương yếu; ngoài ra còn tham khảo thêm các kinh luận liên hệ khác như các kinh Hoa Nghiêm, Đại Niết Bàn, Kim Quang Minh, Kim Cang Đảnh, và luận Bồ Đề Tâm.

Tông này chủ trương "tâm" và "pháp" không phải là hai cũng không phải là một; ngoài tâm không có pháp, ngoài pháp không có tâm; tâm tức là pháp, pháp tức là tâm. Bởi vậy, thật thể và hiện tượng của vạn pháp cũng không rời nhau: chính ở nơi hiện tượng mà thấy được thật thể của vạn pháp. Do chủ trương này mà tông Thiên Thai đã phát huy các giáo nghĩa như "Nhất tâm tam quán", "Nhất niệm tam thiên" (như đã trình bày ở trước). Cũng do chủ trương ấy mà tuy về phương tiện thiện xảo, tông này tạm thừa nhận có ba cỗ xe (Thanh-văn, Duyên-giác và Bồ-tát), nhưng cứu cánh thì cũng chỉ thu vào cỗ xe duy nhất (tức là Phật thừa) mà thôi. Người tu học vừa phải thông suốt yếu nghĩa của kinh điển (lí giải) và vừa phải dụng công thiền quán (thực hành) để chứng ngộ được thật tướng của vạn pháp.

6. Tông Hoa Nghiêm (hay Hiền Thủ).

Kinh Hoa Nghiêm được xuất hiện từ thế kỉ thứ 2, do công trình của Bồ Tát Long Thọ. Đến thế kỉ thứ 5, đại sư Giác Hiền mang kinh này sang Trung-hoa, dịch và truyền bá. Thế kỉ thứ 7, đại sư Pháp Thuận (hay Đỗ Thuận) đã y cứ trên giáo nghĩa của kinh này mà sáng lập nên tông Hoa Nghiêm. Đến đời tổ thứ ba là đại sư Hiền Thủ (tức Pháp Tạng), tông này trở nên thịnh hành và

vang danh rực rỡ khắp nơi, cho nên người ta đã coi ngài là vị sáng tổ đích thực của tông này, và gọi đó là tông Hiền Thủ.

Tông này lập cước trên nền tảng của lí thuyết nhân quả, nhưng là một lí thuyết nhân quả rất đặc biệt, vô cùng thâm diệu; có thể nói, đó là cực điểm của tất cả những lí thuyết nhân quả, được gọi là thuyết "Pháp giới duyên khởi". Do lí thuyết này mà tông Hoa Nghiêm chủ trương tất cả sự vật trong vũ trụ phải tạo thành một toàn thể nhịp nhàng, tương dung, tương nhiếp trong một thế giới gọi là "sự sự vô ngại pháp giới", tức là thế giới lí tưởng Nhất-như. Những pháp án nói rằng: "Một là tất cả, tất cả là một"; "Một vật có mặt trong tất cả các vật, tất cả các vật có mặt trong một vật"; "Cái này là cái kia, cái kia là cái này"; "Cái này có trong cái kia, cái kia có trong cái này"; "Nhỏ không trong mà lớn cũng không ngoài"; "Quá khứ, hiện tại, vị lai ở trên đầu một sợi tóc" v.v... đều là giáo nghĩa của kinh Hoa Nghiêm, và cũng là giáo nghĩa của tông này, nhằm giúp cho hành giả quán chiếu, tu tập để đạt được cái thế giới lí tưởng nhất-như ấy.

7. Tông Pháp Tướng (cũng gọi là Duy Thức).

Tư tưởng "Duy Thức" được hệ thống hóa bởi hai vị đại luận sư Vô Trước và Thế Thân (hai anh em ruột, người Ấn-độ) ở thế kỉ thứ 5. Thế kỉ thứ 7, pháp sư Huyền Trang ở Trung-hoa sang Ấn-độ du học, gặp lúc tư tưởng Duy Thức đang cực kì thịnh hành, nên đã chuyên tâm học hỏi và đã sở đắc về pháp môn này. Khi trở về nước, ngài đã tích cực trước tác, phiên dịch và truyền bá Duy Thức Học, và được mọi giới coi là sáng tổ của tông Pháp Tướng ở Trung-hoa.

Tông này chủ trương vạn pháp, bằng cách này hay cách khác, luôn luôn liên hệ với thức và chỉ hiện hữu trong thức. Cho nên, học thuyết của tông này – Duy Thức Học, đã chú trọng đặc biệt về vấn đề "nhận thức". Nó chuyên khảo sát mọi hiện tượng (pháp) bằng tướng trạng và hoạt dụng (tướng) của chúng, để từ đó thấy được thể tính chân thật của chúng. Tông này đặt căn bản trên các kinh luận như: Hoa Nghiêm, Giải Thâm Mật, A Tì Đạt Ma, Lăng Già, Du Già Sư Địa Luận (của Di Lặc và Vô Trước), Đại Thừa Trang Nghiêm Kinh Luận (của Di Lặc và Vô Trước), Nhiếp Đại Thừa Luận (của Vô Trước), Thập Địa Kinh Luận (của Thế Thân), Duy Thức Nhị Thập Tụng (của Thế Thân), Duy Thức Tam Thập Tụng (của Thế Thân), Bát Thức Qui Củ Tụng (của Huyền Trang) v.v...

8. Tông Chân Ngôn (hay Mật tông).

Đầu thế kỉ thứ 8, hai đại sư Ấn-độ là Thiện Vô Úy và Kim Cương Trí, trước sau đã đem các kinh điển Mật giáo sang truyền bá và lập nên tông Chân Ngôn tại Trung-hoa; nhưng phải đợi đến giữa thế kỉ ấy với vị đệ tử xuất sắc của ngài Kim Cương Trí là đại sư Bất Không (người Ấn), thì tông này mới thực sự được phát huy rực rỡ. Hai bộ kinh căn bản và quan trọng nhất của tông này là Đại Nhật và Kim Cương Đảnh.

Yếu chỉ của tông Chân Ngôn là chuyên hành trì bí mật về cả ba nghiệp thân, khẩu và ý. Hành trì bí mật về thân là dùng ấn quyết; về khẩu là đọc tụng thần chú (chân ngôn); và về ý là quán tưởng một đối tượng; cả ba hành động ấy phải đồng thời tương ứng nhau. Khi sự hành trì đi đến chỗ nhất tâm thì hành giả thâm nhập được Phật trí, đắc đạo ngay trong giờ phút hiện tại.

9. Tông Tịnh Độ (hay Liên tông).

Vào thế kỉ thứ 3, đại sư Khương Tăng Khải (người Ấn) sang Trung-hoa, dịch và truyền bá kinh Vô Lượng Thọ; thế kỉ thứ 5, đại sư Cưu Ma La Thập sang Trung-hoa và dịch kinh A Di Đà; tiếp đó, đại sư Cương Lương Da Xá lại sang và dịch kinh Quán Vô Lượng Thọ; đó là ba bộ kinh khởi đầu và làm nền tảng cho việc hình thành tông Tịnh Độ. Pháp môn "tu tịnh độ" đã được người Trung-hoa biết đến từ thế kỉ thứ 3, nhưng thực ra, mãi đến thế kỉ thứ 7, do công trình truyền bá sâu rộng của đại sư Huệ Viễn, tông này mới được hưng thịnh và thực sự trở thành một tông phái; do đó, ngài đã được coi là vị tổ sáng lập.

Tông Tịnh Độ chủ trương tu tập thiện nghiệp, chuyên tâm trì niệm danh hiệu và quán tưởng hình tướng đức Phật A Di Đà thì sau khi mệnh chung sẽ được vãng sinh về thế giới Cực-lạc, một thế giới hoàn toàn trong sạch, an vui, do Phật A Di Đà làm giáo chủ, khác hẳn với thế giới Ta-bà đầy dơ bẩn và khổ đau này.

10. Tông Thiền (hay Tâm tông).

Mục đích của Thiền tông là "kiến tánh thành Phật". Để tiến tới mục đích đó, người tu thiền phải bắt đầu bằng cuộc sống "có chánh niệm" và tiếp tục bằng con đường thực nghiệm tâm linh (chứ không phải dùng trí năng để nghiên cứu, phân tích, lí luận) để chứng ngộ chân lí. Đường lối ấy được tóm tắt trong câu nói của tổ Bồ Đề Đạt Ma: "Truyền thừa không hệ thuộc vào giáo điển, không căn cứ vào văn tự, đi thẳng vào lòng người, thấy được thể tính liền thành Phật." (Giáo ngoại biệt truyền, bất lập văn tự, trực chỉ nhân tâm, kiến tánh thành Phật.)

Tổ Bồ Đề Đạt Ma là người Ấn-độ, sang Trung-hoa đầu thế kỉ thứ 6, và được coi là vị tổ đầu tiên của Thiền tông Trung-hoa. Đến đầu thế kỉ thứ 8 thì Thiền tông chia làm hai nhánh: nhánh phương Bắc (do tổ Thần Tú) và nhánh phương Nam (do tổ Huệ Năng). Nhánh Bắc không bao lâu thì mai một, riêng nhánh Nam thì ngày càng hưng thịnh, và đã sản sinh ra 5 thiền phái nổi tiếng: Lâm Tế (do tổ Hy Vận), Qui Ngưỡng (do tổ Qui Sơn), Tào Động (do tổ Dược Sơn), Vân Môn (do tổ Vân Môn), và Pháp Nhãn (do tổ Huyền Diệu).
Mặc dù kinh Lăng Già (được đại sư Đức Hiền, người Ấn, dịch ra Hán văn vào thế kỉ thứ 5) được xem là kinh căn bản, nhưng Thiền tông còn kết hợp tư tưởng của nhiều kinh điển khác như Viên Giác, Pháp Hoa, Lăng Nghiêm, Hoa Nghiêm, Niết Bàn, Bát Nhã v.v...

Tất cả mười tông phái Phật giáo ở trên, sau khi được thành lập ở Trung-hoa, đều được truyền bá sang Triều-tiên và Nhật-bản, và đều từng được hưng thịnh một thời. Ngày nay, ở Trung-hoa (lục địa cũng như Đài-loan), các tông phái hầu như không còn mang sắc thái đặc thù nào nữa, mà chỉ còn là một nền Phật giáo tổng hợp của các tông phái đại thừa, trong đó, Thiền và Tịnh-độ được in rõ nét hơn. Ở Nhật-bản và Đại-hàn, ba tông Thiền, Luật và Tịnh-độ vẫn còn đang thịnh hành và giữ được bản sắc riêng.

Trường hợp Việt-nam thì khác hẳn. Suốt 2000 năm lịch sử Phật giáo ở Việt-nam, có thể nói, đó chỉ là lịch sử của Thiền tông. Không kể hai thế kỉ đầu Tây lịch (thời kì Phật giáo du nhập trực tiếp từ Ấn-độ), từ thế kỉ thứ 3, Việt-nam đã được truyền bá thiền học, do tổ sư Khương Tăng Hội (người Việt gốc Khương-cư). Chính ngài là sáng tổ của thiền học Việt-nam, và sau đó được tiếp nối bởi các thiền sư Đạt Ma Đề Bà (từ Ấn-độ sang) và Huệ Thắng (người Việt, đệ tử của Đạt Ma Đề Bà) ở thế kỉ thứ 5, thiền sư Tì Ni Đa Lưu Chi (người Ấn, sang Trung-hoa rồi Việt-nam) ở thế kỉ thứ 6, thiền sư Vô Ngôn Thông (từ Trung-hoa sang) ở thế kỉ thứ

---o0o---

MƯỜI VỊ ĐỆ TỬ LỚN CỦA PHẬT
(thập đại đệ tử)

Trong suốt cuộc đời hành đạo, đức Phật đã hóa độ cho hàng trăm vạn đệ tử, xuất gia cũng như tại gia, gồm đủ mọi thành phần và tầng lớp xã hội. Trong số này, hạng xuất sắc, ưu tú, chứng được thánh quả cũng đã có đến hàng vạn, nhưng đặc biệt nhất, có mười vị đã từng được các kinh điển tiểu

cũng như đại thừa đều xưng tụng là mười vị đệ tử đứng đầu của Phật. Sở dĩ các ngài được gọi là "đứng đầu" (đại) vì ai trong số đó cũng có một sở trường riêng, một đạo hạnh riêng, mà cái sở trường, cái đạo hạnh ấy đều ở mức cao tột, trội hơn tất cả mọi người khác trong giáo đoàn. Mười vị tôn giả ấy được các kinh điển liệt kê có chỗ khác nhau, nhưng danh sách sau đây là phổ thông hơn hết:

1. Tôn giả Xá Lợi Phất, đứng đầu thánh chúng về trí tuệ (trí tuệ đệ nhất). Ngài là người nước Ma-kiệt-đà, con của một gia đình Bà-la-môn giàu có, tiếng tăm. Lớn lên, ngài cùng với người bạn thân là Mục Kiền Liên theo tu học với đạo sĩ San Xà Da, rất nổi tiếng ở thành Vương-xá (kinh đô của vương quốc Ma-kiệt-đà). Vốn thông minh tài trí hơn người, chẳng bao lâu hai người đã đạt được trình độ tương đương với thầy; tuy vậy, hai người vẫn không bằng lòng với sở đắc của mình, cho nên đã giao hẹn cùng nhau rằng, hễ ai chứng đạt được đạo lớn trước thì phải chỉ bảo ngay cho người kia; hoặc giả, ai tìm được minh sư trước thì phải dìu dắt người kia. Vào năm thứ hai sau ngày thành Đạo, đức Phật dẫn giáo đoàn đến hành hóa tại địa phương kinh thành Vương-xá. Tại đây, được sự hướng dẫn của đại đức A Xã Bà Thệ (một trong 5 vị đệ tử xuất gia đầu tiên của Phật), Xá Lợi Phất cùng Mục Kiền Liên đã xin xuất gia làm đệ tử Phật, và chẳng bao lâu hai vị đã trở thành những bậc thượng thủ của giáo đoàn. Chính tôn giả Xá Lợi Phất là người đã được Phật ủy thác trông coi công trình xây cất tu viện Kì-viên ở thủ đô Xá-vệ của vương quốc Kiều-tát-la. Lúc đó, bước chân hoằng hóa của Phật chưa đặt đến nơi này, nhưng nhờ vào trí tuệ siêu việt và biện tài vô ngại của mình mà tôn giả đã thu phục biết bao nhiêu vị đạo sĩ ngoại đạo lỗi lạc, đem họ về với Tam Bảo, trước khi Phật và giáo đoàn đến đây mở đạo tràng tại tu viện Kì-viên. Tôn giả viên tịch trước Phật ba tháng.

2. Tôn giả Mục Kiền Liên, đứng đầu thánh chúng về thần thông (thần thông đệ nhất). Ngài cũng là con của một gia đình Bà-la-môn, trong ngôi làng sát cạnh làng của tôn giả Xá Lợi Phất. Ngài và Xá Lợi Phất, như trên đã nói, là hai người bạn chí thân, cùng thông minh tài trí, lớn lên cùng học một thầy, rồi cùng theo Phật xuất gia một lần. Ngoài sở trường về thần thông, ngài còn nổi tiếng là bậc chí hiếu, vì đã cứu được Mẹ ngài thoát khỏi cảnh khổ ngạ quỉ. Công tác hoằng hóa đặc sắc của tôn giả là việc hóa độ cho thiếu phụ Liên Hoa Sắc, từ một nàng kĩ nữ lừng danh trở thành một vị tì kheo ni gương mẫu, chứng quả A-la-hán và có thần thông số một trong hàng ni chúng. Cuối đời, tôn giả đã bị ngoại đạo hành hung đến tử thương; việc xảy ra khoảng vài tháng trước khi tôn giả Xá Lợi Phất viên tịch.

3. Tôn giả Đại Ca Diếp, đứng đầu thánh chúng về tu khổ hạnh (đầu đà đệ nhất). Ngài xuất thân từ giai cấp Bà-la-môn, là người con độc nhất trong một gia đình cự phú ở ngoại ô kinh thành Vương-xá của vương quốc Ma-kiệt-đà. –Tương truyền rằng, tài sản của gia đình này còn nhiều hơn cả tài sản của quốc vương đương thời là Tần-Bà-Sa-La.– Ngài được sinh ra dưới gốc cây, và có gần đủ 32 tướng tốt của đức Phật. Đến tuổi trưởng thành, ngài vâng lệnh song thân lập gia đình, nhưng cả hai vợ chồng đều cùng có ý nguyện xuất gia tìm thầy học đạo, nên trong suốt 12 năm sống bên nhau, hai người vẫn quyết giữ phạm hạnh, dứt tuyệt ái ân. Sau 12 năm, lúc đó song thân đều đã qua đời, ngài mới được dịp thực hiện ý nguyện, bèn rời nhà ra đi, ước hẹn với vợ rằng, khi nào tìm được minh sư thì sẽ trở về dẫn bà cùng đi tu. Tương truyền, ngày ngài rời nhà ra đi tìm thầy học đạo cũng chính là ngày đức Thế Tôn thành đạo. Vậy mà ngài đã phải đi chu du khắp nơi, mãi đến khi tu viện Trúc-lâm (ở ngoại ô kinh thành Vương-xá) xây cất xong (năm thứ hai sau ngày Phật thành đạo), Phật và giáo đoàn dời về hành đạo tại đó, ngài mới có duyên được gặp Phật và xuất gia theo Phật tu học. Rồi năm năm sau nữa, khi chúng Tì kheo ni đã được Phật cho phép thành lập, ngài mới độ được cho vợ cùng xuất gia theo Phật. Trước khi xuất gia, ngài thừa kế một gia sản giàu sang địch quốc là thế, vậy mà sau khi xuất gia, ngài lại chỉ chuyên tu hạnh đầu đà (khổ hạnh). Ngài sống khắc khổ đến nỗi đức Phật cũng phải ái ngại, nhất là khi tuổi đã về già, sức khỏe đã mòn mỏi. Cho nên đã có vài lần Phật phải khuyên bảo, nhưng ngài vẫn cương quyết giữ chí nguyện. Ngài đã được đức Thế Tôn truyền cho tâm pháp, và sau khi đức Thế Tôn nhập diệt, ngài đã kế thừa sự nghiệp, gánh vác trọng trách lãnh đạo giáo đoàn. Với sự hộ pháp của vua A Xà Thế (nối ngôi vua cha là Tần Bà Sa La), ngài đã đích thân tổ chức và chủ trì cuộc kết tập kinh điển lần đầu tiên tại ngoại ô thành Vương-xá, ba tháng sau ngày Phật nhập niết bàn. Ngài thọ trên một trăm tuổi. Trước khi viên tịch, ngài đã truyền tâm pháp cùng trọng trách lãnh đạo giáo hội lại cho tôn giả A Nan.

4. Tôn giả Tu Bồ Đề, đứng đầu thánh chúng về thông suốt tính không của thực tại vạn hữu (giải không đệ nhất). Ngài quê ở thành Vương-xá, trong một gia đình giàu có thuộc giai cấp phú thương, nghiệp chủ; vốn là cháu gọi trưởng giả Cấp Cô Độc (cư trú tại kinh thành Xá-vệ của vương quốc Kiều-tát-la, đã từng xây tu viện Kì-viên để cúng dường Phật và giáo đoàn dùng làm cơ sở tu học và hành đạo đầu tiên ở vương quốc này) bằng bác ruột. Trong hàng thánh chúng, chỉ có tôn giả là có nhận thức sâu sắc về tính KHÔNG của vạn pháp, vì ngài đã hoàn toàn thấu triệt về đạo lí Không cũng như đã chứng nghiệm được tuệ giác Không. Để chứng minh cho điều đó, đức Phật đã từng bảo tôn giả thay Ngài giảng thuyết về tính Không để cho

đại chúng được bổ túc thêm kiến thức. Không có tài liệu nào ghi nhận về thời khắc viên tịch của tôn giả.

5. Tôn giả Ca Chiên Diên, đứng đầu thánh chúng về tài hùng biện (nghị luận đệ nhất). Ngài xuất thân ở giai cấp Bà-la-môn, trong một gia đình hào phú, danh giá bậc nhất tại vương quốc A-bàn-đề (miền Nam Ấn-độ). Từ nhỏ, ngài đã được song thân cho về ở với đạo sĩ A Tư Đà, cậu ruột của ngài, để tu học. A Từ Đà là một vị đạo sĩ Bà-la-môn đắc đạo, tiếng tăm lừng lẫy khắp xứ Ấn-độ từ trước khi Phật xuất thế. Thấy cháu mình bẩm tính cực kì thông minh, đức hạnh, lại có chí lớn, ông rất cưng quí, và đã đem hết gia sản tinh thần của mình truyền cho. Bởi vậy, vừa trưởng thành là ngài đã trở thành một đạo sĩ Bà-la-môn xuất chúng. A Tư Đà, dù vốn là một đạo sĩ Bà-la-môn lỗi lạc, vẫn thấy rõ vị thái tử Tất Đạt Đa mới ra đời tại kinh thành Ca-tì-la-vệ (vương quốc Thích-ca) kia mới chính là bậc đại giác ở thế gian. Vì biết rõ mình đã quá già, không thể sống cho đến ngày thái tử thành đạo, nên ông đã dẫn cháu sang vương quốc Ca-thị, đến vùng phụ cận vườn Nai (Lộc-uyển) gần kinh thành Ba-la-nại, và cư trú tại đây. Từ đó, hằng ngày ông đều dặn dò Ca Chiên Diên, "khi nào bậc đại giác thành đạo, Người sẽ hóa độ tại khu vực này, lúc đó cháu phải xin theo Người tu học." Đạo sĩ đã từ trần trước khi Phật thành đạo, và Ca Chiên Diên đã nhớ lời cậu dạy, khi Phật đến hóa độ ở vùng này, liền xin xuất gia theo Phật tu học. Vốn thông minh bác học, chẳng bao lâu ngài chứng quả A-la-hán, và trở thành một vị đệ tử thượng thủ của đức Phật. Ngài nổi danh là nhà hùng biện đại tài, và chính nhờ tài hùng biện này, ngài đã thuyết phục, dìu dắt không biết bao nhiêu ngoại đạo trở về nương tựa ngôi Tam Bảo. Không ai biết được ngài viên tịch vào lúc nào.

6. Tôn giả Phú Lâu Na, đứng đầu thánh chúng về giảng pháp (thuyết pháp đệ nhất). Ngài sinh trong một gia đình giàu có thuộc giai cấp phú thương, nghiệp chủ ở vương quốc Kiều-tát-la. Tôn giả được nổi tiếng nhân lần đi bố giáo ở tiểu quốc Du-na, một xứ biên địa mà ai nghe cũng sợ sệt, vì đó là một nơi không có văn hóa, dân chúng man rợ, bạo ác. Vậy mà tôn giả đã tự nguyện đến đó giáo hóa, và đã thành công rực rỡ, lập được đạo tràng, dạy dỗ cho dân chúng sống có văn hóa, tính tình thuần thiện, thờ phụng Tam Bảo. Không biết tôn giả viên tịch vào lúc nào, chỉ biết rằng, sau khi Phật nhập diệt, tôn giả vẫn còn tiếp tục sứ mệnh độ sinh.

7. Tôn giả A Na Luật (hay A Nậu Lâu Đà), đứng đầu thánh chúng về mắt thấy vô ngại (thiên nhãn đệ nhất). Ngài là con trai thứ của thân vương Cam Lộ Phạn ở kinh thành Ca-tì-la-vệ (vương quốc Thích-ca), gọi quốc vương Tịnh Phạn bằng bác ruột. Như vậy, đức Phật với ngài là anh em chú bác

ruột. Anh ruột ngài là đại tướng Ma Ha Nam, người đã được đức Phật và hội đồng hoàng tộc tín nhiệm cung cử lên nối ngôi sau khi vua Tịnh Phạn thăng hà (vì lúc này thái tử Nan Đà cũng như hoàng tôn La Hầu La đều đã xuất gia theo Phật). Năm thứ ba sau ngày thành đạo, đức Thế Tôn đã từ tu viện Trúc-lâm (ở thành Vương-xá) trở về cố hương là thành Ca-tì-la-vệ để thăm phụ hoàng cùng hoàng tộc. Khi Phật rời Ca-tì-la-vệ để đi địa phương khác giáo hóa thì có bảy vị vương tử con của các thân vương thuộc dòng họ Thích-Ca (như Bạch Phạn, Cam Lộ Phạn, Hộc Phạn – đều là em ruột của vua Tịnh Phạn) đã xin theo Phật xuất gia, trong đó có vương tử A Na Luật. Ngài tu học rất tinh tấn, nhưng cứ mắc phải một lỗi nhỏ, là thường ngủ gục trong khi nghe Phật giảng pháp! Dù đã cố gắng rất nhiều, nhưng vẫn không bỏ tật ấy được; đến nỗi ngài đã bị Phật quở trách đôi ba phen. Cuối cùng, chẳng có cách nào hơn, ngài phải lập nguyện "không ngủ". Ngài đã ngồi suốt ngày suốt đêm, hai mắt mở thao láo nhìn vào quãng không, không chớp mắt. Cứ thế, ngày này qua ngày khác, ngài cố gắng ngồi chịu đựng, cho đến một hôm thì cặp mắt sưng vù. Phật rất lo ngại, lại phải khuyên dỗ, nhưng ngài cứ nhất mực giữ vững chí nguyện; kết quả đưa đến là cặp mắt mù luôn! Phật thương xót lắm, cứ ở một bên để săn sóc cho ngài. Phật vừa săn sóc, vừa dạy ngài phương pháp tu định để cho mắt "sáng" ra. Ngài triệt để tu tập theo phương pháp Phật dạy, và chẳng bao lâu sau đó, ngài chứng thiên nhãn thông, thấy suốt trong ngoài, khắp cùng ba cõi, không ai sánh bằng, cho nên được đại chúng xưng tán là bậc thiên nhãn số một, trở thành một trong những vị đệ tử lớn của Phật. Trong giờ phút Phật nhập niết bàn tại rừng Câu-thi-na, ngài vẫn kề cận bên Phật, nhưng về sau thì không ai thấy vết tích gì do ngài để lại.

8. Tôn giả Ưu Ba Li, đứng đầu thánh chúng về tinh tường và nghiêm trì giới luật (trì giới đệ nhất). Ngài quê ở thành Ca-tì-la-vệ, xuất thân từ giai cấp nô lệ, làm nghề thợ cạo, có hiếu với mẹ vô cùng. Dù ở giai cấp nô lệ, bị cấm học hành, nhưng hai mẹ con đều có tâm trí linh mẫn, thông minh khác thường, riêng ngài thì tính tình cẩn trọng, nghề nghiệp khéo léo, vì vậy mà ngài đã được tuyển vào hoàng cung để chuyên trách việc cắt tóc và hầu hạ các vị vương tử. Khi đức Phật về hoàng cung lần đầu tiên (năm thứ ba sau ngày thành đạo) để thăm phụ hoàng và hoàng tộc, bảy vị vương tử dòng Thích-ca đã xin theo Phật xuất gia tu hành, ngài cũng xin được theo các vị vương tử xuất gia, và đã được Phật thu nhận. Đó là người ở giai cấp nô lệ đầu tiên được gia nhập giáo đoàn của Phật, – và cũng là người nô lệ đầu tiên được tham dự vào sinh hoạt tôn giáo trong lịch sử văn minh Ấn-độ. Do tính tình vốn vô cùng cẩn trọng, ngài đã hành trì giới luật thật nghiêm túc, trở thành vị tì kheo mẫu mực nhất tăng đoàn về phương diện giới luật. Trong

đại hội kết tập kinh điển lần đầu tiên ở ngoại ô thành Vương-xá do tôn giả Đại Ca Diếp chủ trì, ngài đã được đại chúng cung cử đọc tụng các giới luật đức Phật đã chế, làm thành bộ Bát Thập Tụng Luật, là bộ luật căn bản đầu tiên của Phật giáo. Khác với Phật giáo Bắc truyền, Phật giáo Nam truyền cho rằng, vị sơ tổ kế thừa đức Phật lãnh đạo giáo đoàn là tôn giả Ưu Ba Li chứ không phải là tôn giả Đại Ca Diếp.

9. Tôn giả A Nan (hay A Nan Đà), đứng đầu thánh chúng về nghe nhiều nhớ kĩ (đa văn đệ nhất). Ngài là em ruột của đại đức Đề Bà Đạt Đa (con của thân vương Bạch Phạn), và là em chú bác ruột của đức Phật. (Các vị vương tử anh em chú bác ruột trong dòng họ Thích-ca còn được biết tên cho đến ngày nay, theo thứ tự trên dưới, gồm có: Tất Đạt Đa, Nan Đà – con quốc vương Tịnh Phạn; Đề-Bà Đạt Đa, A Nan Đà – con thân vương Bạch Phạn; Ma Ha Nam, A Na Luật – con thân vương Cam Lộ Phạn; Bạt Đề, Bà Sa, Kiếp Tân Na – con thân vương Hộc Phạn; và Nan-Đề – con của (?). Trừ Ma Ha Nam ở lại nối ngôi vua Tịnh Phạn, tất cả các vị khác đều xuất gia tu hành; thái tử Tất Đạt Đa, trước khi xuất gia tìm đạo và thành Phật thì đã lập gia đình và có con là vương tôn La Hầu La; khi đức Phật trở về cố hương Ca-tì-la-vệ thăm hoàng gia lần đầu thì thái tử Nan Đà theo Phật xuất gia trước nhất, kế tiếp là vương tôn La Hầu La, đến khi Phật rời Ca-tì-la-vệ để đi giáo hóa phương khác thì bảy vị vương tử còn lại cùng rủ nhau theo đến chỗ Phật xin xuất gia.) Theo truyền thuyết từ trước đến nay thì tôn giả A Nan đã được sinh ra đúng vào ngày đức Phật thành đạo. Nhưng thiết nghĩ, điều này không hợp lí lắm, vì ngài theo Phật xuất gia vào năm thứ ba sau ngày Phật thành đạo, nếu ngài sinh vào ngày Phật thành đạo thì lúc xuất gia ngài mới có 3 tuổi! Không thể chấp nhận được. Năm đó vương tôn La Hầu La được 10 tuổi. Dù tôn giả La Hầu La xuất gia trước, nhưng cũng chỉ trước vài ba tháng thôi. Ngài xuất gia cùng năm với La Hầu La, nếu ngài không lớn hơn thì cũng phải bằng tuổi với La Hầu La, nghĩa là ngài phải ra đời trước ngày Phật thành đạo. Theo Đường Xưa Mây Trắng của thiền sư Nhất Hạnh thì khi đi xuất gia, ngài vừa 18 tuổi – lớn hơn vương tôn La Hầu La 8 tuổi, nhưng nhỏ tuổi nhất trong số bảy vị vương tử cùng đi xuất gia một lần. Bởi vậy, khi xuất gia ngài đã không được thọ giới tì kheo ngay, mà phải chờ đến hai năm sau, khi tròn đủ 20 tuổi. Trong tăng đoàn, ngài là người đẹp trai và thông minh nhất, học một biết mười, nghe đâu nhớ đó, lại nhớ lâu, nhớ kĩ. Năm Phật được 55 tuổi đời thì ngài được đại chúng đề cử làm thị giả thường xuyên cho Phật. Phật đi đâu, nói pháp gì, ngài đều có mặt, bởi vậy, ngài cũng là người đã "nghe được nhiều nhất" trong tăng đoàn. Với nhiệm vụ thị giả, ngài đã hầu hạ, săn sóc đức Thế Tôn tận tâm tận lực, từ việc lớn đến việc nhỏ đều chu toàn trọn vẹn, không sơ suất, không lỗi lầm. Đối với mọi

người thì ngài hết sức khiêm cung, lịch sự, hòa nhã, thân ái; cho nên, trong thì đức Thế Tôn không có điều gì phải quở trách ngài, và ngoài thì đại chúng cũng không có gì phải phiền hà ngài. Điều làm cho mọi người (từ thời đại ngài cho đến ngày hôm nay) yêu mến và nhớ ngài nhất là lần ngài bị nữ nạn "Ma Đăng Già". Ni chúng tôn thờ ngài như vị cao tổ, vì nhờ ngài mà đức Thế Tôn đã cho phép thành lập giáo hội tì kheo ni. Tuy thông minh, đức độ và tận tụy như vậy, nhưng ngài lại là người chứng ngộ chậm nhất trong tăng đoàn! Một vị có căn tính tối tăm nhất tăng đoàn như đại đức Chu Lị Bàn Đà Già, học một câu kệ ba tháng không thuộc, mà vẫn chứng quả A-la-hán trước ngài. Còn ngài thì mãi đến ba tháng sau ngày Phật nhập diệt, ngay buổi tối trước ngày khai mạc đại hội kết tập kinh điển lần đầu, do sự "đánh thức" của tôn giả Đại Ca Diếp, ngài mới chứng thánh quả A-la-hán! Với sự kiện này, ngài đã được chấp thuận cho tham dự đại hội vào ngày hôm sau, và được toàn thể thánh chúng cung thỉnh lên pháp tòa đọc tụng lại toàn bộ những lời dạy của đức Phật trong suốt 45 năm qua, làm thành tạng Kinh trong ba tạng kinh điển của Phật giáo. Khi tuổi thọ xấp xỉ 80, ngài được tôn giả Đại Ca Diếp (trên 100 tuổi) truyền tâm pháp và ủy thác trọng trách lãnh đạo giáo hội; và đến năm 120 tuổi thì ngài truyền tâm pháp và giao phó trách nhiệm lãnh đạo giáo hội cho đệ tử là tôn giả Thương Na Hòa Tu, rồi nhập niết bàn.

10. Tôn giả La Hầu La, đứng đầu thánh chúng về oai nghi tế hạnh (mật hạnh đệ nhất). Ngài là con của thái tử Tất Đạt Đa và công chúa Da Du Đà La, tức là cháu nội của vua Tịnh Phạn. Vì thái tử Tất Đạt Đa đã đi tu, và sau đó, người em cùng cha khác mẹ của thái tử Tất Đạt Đa là thái tử Nan Đà cũng đi tu, cho nên người thừa kế của vua Tịnh Phạn nhất định phải là ngài; nhưng rồi ngài cũng đi tu nốt, bởi thế, sau khi vua Tịnh Phạn thăng hà, Phật và hội đồng hoàng tộc mới phải cung cử đại tướng Ma Ha Nam (anh ruột tôn giả A Na Luật) lên nối ngôi. Ngài theo Phật xuất gia lúc 10 tuổi, thờ tôn giả Xá Lợi Phất làm thầy y chỉ, và trở thành vị sa di đầu tiên của tăng đoàn. Suốt tuổi ấu thơ sống trong vương cung, ngài đã từng được mẹ và ông nội thương yêu cùng cực; lúc sống ở tăng đoàn, tuy là thân phận sa di, nhưng phần vì vẫn còn là một chú bé, phần vì là con của Phật nên ai cũng cưng; những yếu tố đó đã giúp cho cái tập khí "vương giả" cứ sống ngấm ngầm mãi trong tâm hồn trẻ thơ, đã khiến cho sự tu tập của chú sa di La Hầu La không được nghiêm túc, hay lấy sự đùa nghịch phá phách người lớn làm trò vui. Bởi vậy, đích thân đức Thế Tôn phải bao lần dạy dỗ nghiêm khắc, rồi dần dần, càng trưởng thành ngài càng nhận ra được lẽ thật, quyết tâm sửa đổi những lỗi lầm của tuổi trẻ. Mặt khác, vị y chỉ sư của ngài là tôn giả Xá Lợi Phất cũng chăm nom tận tình, đi giáo hóa ở đâu cũng dẫn ngài theo, ở đâu cũng cho

ngài ở cùng, cho nên ngài đã được thấm nhuần trí tuệ cũng như đức độ nhẫn nhục, khiêm cung của thầy; ngài lập quyết tâm tu tập tinh tấn, nghiêm trì giới luật, chỉnh đốn oai nghi, suốt ngày im lặng, giảm thiểu tiếp xúc, không nói chuyện vô ích với bất cứ ai... Sau một thời gian chuyên tu "mật hạnh" như thế, một hôm, nhân một lời dạy đơn giản của Phật: "La Hầu La! Thầy hãy quán chiếu để thấy rõ sắc là vô thường; thọ, tưởng, hành, thức cũng là vô thường; thân thể và tâm ý của mọi người đều là vô thường; đến cả vạn sự vạn vật đầy dẫy trong thế gian kia, tất cả cũng đều là vô thường. Đã thấy rõ lẽ vô thường rồi thì tâm ta sẽ không còn bị vướng mắc vào đâu nữa.", ngài hoát nhiên đại ngộ! Vì chuyên tu mật hạnh nên nếp sống của ngài rất bình lặng, không có gì sôi nổi, không có tiếng tăm lừng lẫy như quí vị tôn giả Xá Lợi Phất, Mục Kiền Liên, A Nan, Phú Lâu Na v.v... Ngài nhập diệt khoảng năm 51 tuổi, trước cả đức Phật và ni sư Da Du Đà La.

---o0o---

MƯỜI VIỆC THIỆN
(thập thiện)

Một hành động được gọi là "thiện" khi nó đem lại sự an vui, hạnh phúc, giải thoát và giác ngộ cho mình, cho mọi người và mọi loài. Ngược lại thì là "ác", hay "bất thiện". Người tu học thì dĩ nhiên suốt đời chỉ nguyện làm việc thiện và tránh làm tất cả những việc bất thiện. Một cách tổng quát, có mười loại việc thiện như sau:

1. Không giết hại sinh mạng cũng như không tán thành và khuyến khích sự giết hại. Phải tìm mọi cách có thể để bảo vệ sinh mạng. Phải chọn những công việc mưu sinh nào không gây tàn hại cho con người, loài vật và thiên nhiên.

2. Không lấy làm tư hữu những tiền bạc và của cải không do chính mình tạo ra hoặc không do người khác biếu tặng. Không gây dựng tài sản bằng những phương cách bất hợp pháp. Phải tôn trọng quyền tư hữu của người khác, nhưng đồng thời cũng phải biết tìm cách ngăn chận, khuyến hóa những kẻ làm giàu bất lương trên sự đau khổ của quần chúng bị áp bức, thua thiệt.

3. Dù là độc thân hay đã lập gia đình cũng không được phá hoại danh dự và hạnh phúc của bản thân hoặc gia đình mình, cũng như của người hoặc gia đình người khác bằng cách ăn nằm với những người chưa hoặc không phải là vợ hay chồng mình. Phải ý thức được những đổ vỡ, những khổ đau mà

mình có thể gây ra cho người khác vì hành động bất chính của mình. Và do đó, cần phải tích cực bảo vệ danh dự và hạnh phúc cho bản thân và gia đình mình cũng như cho người và gia đình người khác.

4. Không nói những lời dối trá, thêu dệt, điêu ngoa, xúc siểm nhằm khoa trương và mưu cầu danh lợi, địa vị cho mình, hoặc để vu oan giá họa cho người. Phải thành thật nhìn nhận những sai lầm của mình để hối cải. Phải can đảm nói lên sự thật để cứu người vô tội, cũng như để phơi bày những âm mưu gian dối, xảo trá, bất công và tàn ác. Phải luôn luôn đối xử chân thật với mọi người.

5. Không nói lời li gián nhằm gây nên không khí bất hòa giữa những người khác, tạo sự chia rẽ và đổ vỡ trong tổ chức, đoàn thể. Phải nói lời xây dựng, hòa giải. Phải tạo sự đoàn kết giữa mọi người.

6. Không nói lời ác độc, hung dữ, cộc cằn, lỗ mãng như cãi vã to tiếng, chửi mắng hay nguyền rủa, tạo nên sân hận, oán thù. Phải nói lời ôn hòa, nhã nhặn, dịu dàng nhằm tạo sự thông cảm, thương yêu, hòa điệu.

7. Không nói những lời thô tục, dâm đãng. Không dùng lời lẽ trau chuốt ngọt ngào cốt mê hoặc, dụ dỗ người. Không nói những lời vô ích. Không lên án hoặc rao truyền những điều mà mình không thấy biết rõ ràng, chính xác. Không nói những lời gây hoang mang cho mọi người. Phải nói những điều đứng đắn và xác thực hầu đem lại sự hiểu biết chính đáng cho người. Những lời nói như vậy lúc nào cũng có ích và luôn luôn tạo được niềm an vui và gây tin tưởng cho người nghe.

8. Không để cho tâm tham dục điều khiển mình. Phải thường xuyên tỉnh thức, không để cho bị quyến rũ bởi năm thứ dục vọng rồi lấy đó làm mục đích chính của đời mình. Phải biết sống giản dị để dùng thì giờ và khả năng của mình phụng sự xã hội. Phải biết san sẻ những gì mình có thể san sẻ được để giúp đỡ người trong mọi hoàn cảnh khổ đau.

9. Phải ngăn ngừa, đừng để cho tâm sân hận và oán thù phát sinh. Nếu nó đã phát sinh thì đừng để nó tồn tại và phát triển, mà phải tìm mọi cách hữu hiệu (như theo dõi hơi thở, quán niệm về từ bi và duyên sinh chẳng hạn) để tiêu diệt nó ngay. Luôn luôn đối xử với mọi người bằng thái độ hòa nhã, khiêm tốn và vui vẻ.

10. Không có thái độ cuồng tín đối với những điều không do trí tuệ soi sáng. Không mù quáng tin theo những tà thuyết trái chống với những nguyên lí

nhân quả, duyên sinh, vô thường, vô ngã v.v... Không cố thủ những tri kiến sai lầm của mình và gạt bỏ tri kiến của người. Không phẩm bình người khác bằng những thành kiến hẹp hòi, cố chấp của mình. Phải học tập thái độ phá chấp và biết cởi mở để lắng nghe quan điểm của kẻ khác. Phải luôn luôn tìm cầu học hỏi để phát huy trí tuệ và dùng trí tuệ ấy để soi sáng, làm hiển lộ sự thật duyên sinh trong mọi vấn đề liên quan đến bản thân, con người, mọi loài, và vũ trụ.

Mười việc thiện trên đây là những nguyên tắc hướng dẫn cuộc sống gia đình và xã hội của đạo Phật, được dùng làm giới luật hành trì cho chúng cư sĩ tại gia, cho nên cũng được gọi là "Giáo luật mười việc thiện" (thập thiện giới), có thể đọc tụng tại gia đình mỗi tháng một hay hai lần.

---o0o---

CÁC SỐ KHÁC

MƯỜI HAI KHU VỰC

(thập nhị nhập - thập nhị xứ)

Gồm chung sáu giác quan (lục căn) và sáu đối tượng của giác quan (lục trần) thì chúng ta có pháp số gọi là "Mười hai khu vực".

(Xin xem lại mục "Sáu Giác Quan, Sáu Đối Tượng của Giác Quan và Sáu Thức" ở trước.)

---o0o---

MƯỜI HAI NGUYỆN LỚN

(thập nhị đại nguyện)

Có 2 pháp số về "mười hai nguyện lớn":

A) Mười Hai Nguyện Lớn của Bồ Tát Quán Thế Âm:
1. Với trí tuệ thông suốt trọn vẹn, với hùng lực tự tại vô ngại, với lòng từ bi đáp ứng mọi lời kêu cầu của chúng sinh, tôi xin phát những lời nguyện rộng lớn cứu khổ muôn loài.
2. Tôi nguyện thường xuyên có mặt tại biển khơi và một lòng thương nghĩ đến những chúng sinh đang đau khổ, không có một trở ngại nào ngăn cản tôi được.

3. Tôi nguyện thường có mặt ở mọi nơi và mọi hoàn cảnh đen tối trong thế giới khổ đau, tức khắc tìm đến chỗ nào có tiếng kêu cứu để giúp đỡ.
4. Tôi nguyện hàng phục tất cả tà ma, yêu quái, và làm tiêu trừ mọi thứ hiểm nguy có thể gây khổ não và làm hại đến tính mạng của chúng sinh.
5. Tôi nguyện dùng nước cam lộ rưới tắt mọi phiền não nơi chúng sinh, khiến cho tâm ý họ được thư thái, an lạc, giúp cho việc tiến tu đạo nghiệp được dễ dàng.
6. Tôi nguyện đem bốn tấm lòng rộng lớn từ, bi, hỉ, xả của một vị Bồ-tát để cứu độ tất cả mọi loài một cách hoàn toàn bình đẳng, không so đo, không phân biệt.
7. Tôi nguyện diệt trừ mọi khổ đau nơi các cảnh giới địa ngục, ngạ quỉ, súc sinh, và đêm ngày tuần sát khắp nơi để bảo vệ chúng sinh, không để cho các điều ác độc làm tổn hại.
8. Những ai đang bị xiềng xích, gông cùm, tù ngục mà có lòng chí thành tưởng nhớ, trì niệm tên tôi thì liền được thoát khỏi hoạn nạn.
9. Tôi nguyện chèo con thuyền Phật pháp dạo cùng khắp vùng biển khổ đau để cứu độ chúng sinh, cho đến khi kẻ đau khổ cuối cùng được an lạc, giải thoát.
10. Tôi nguyện cùng với thánh chúng, với phướn lọng trang nghiêm, tiếp dẫn chúng sinh về thế giới Cực-lạc của đức Phật A Di Đà.
11. Ở thế giới Cực-lạc, tôi nguyện được đức Phật A Di Đà thọ kí thành Phật khi đại nguyện độ sinh đã hoàn toàn trọn vẹn.
12. Tôi nguyện có thân tướng trang nghiêm không gì so sánh được, và đó là chánh báo do sự thực hành trọn vẹn các lời nguyện rộng lớn của tôi.

B) Mười Hai Nguyện Lớn của Phật Dược Sư (khi đang còn tu hạnh Bồ-tát):

1. Nguyện sau khi thành Phật, tự thân tôi sẽ có ánh sáng rực rỡ, chiếu tỏa khắp vô số thế giới, và tôi sẽ dùng thân tướng trang nghiêm đó hóa độ chúng sinh, khiến cho tất cả đều có được thân tướng trang nghiêm, sáng rỡ như chính thân tôi.
2. Nguyện sau khi thành Phật, sắc thân tôi trong sáng như ngọc lưu li, uy đức bao la vòi vọi, sáng soi khắp nơi, khiến cho chúng sinh tăm tối nhờ đó mà tỏ ngộ, tùy theo ý chí mà tu tập các nghiệp lành.
3. Nguyện sau khi thành Phật, tôi sẽ dùng trí tuệ và phương tiện rộng lớn để cứu độ chúng sinh, những gì họ cần thiết đều có đầy đủ, không bị thiếu thốn, đau khổ.
4. Nguyện sau khi thành Phật, nếu có chúng sinh nào lầm theo con đường bất chính, tôi sẽ hóa độ cho được an trú trong đạo giác ngộ; nếu họ tự mãn

với đạo quả tiểu thừa thì tôi sẽ dùng giáo pháp đại thừa để hướng dẫn họ chứng đắc đạo quả đại giác ngộ.
5. Nguyện sau khi thành Phật, nếu có chúng sinh nào biết tu theo chánh đạo, tôi sẽ hộ trì cho họ gìn giữ được giới hạnh thanh tịnh, đủ cả ba nhóm giới luật đại thừa (tam tụ tịnh giới), không hề phạm lỗi. Nếu trót đã phạm lỗi, nghe đến danh hiệu tôi thì liền được thanh tịnh, không bị đọa lạc vào vòng ác đạo.
6. Nguyện sau khi thành Phật, nếu có chúng sinh nào thân thể yếu đuối, tàn tật, tâm trí ngu si, ngông cuồng, khi nghe danh hiệu tôi thì thân thể khỏe mạnh, tàn tật được lành lặn, dứt mọi bệnh khổ, phát sinh trí tuệ.
7. Nguyện sau khi thành Phật, nếu có chúng sinh mắc các chứng bệnh hiểm nghèo, không thầy cứu, không thuốc chữa, không thân nhân chăm sóc, đau khổ mọi bề, khi nghe được danh hiệu tôi thì bệnh tật liền dứt, thân tâm an lạc, và phát tâm tinh tấn tu tập cho đến khi đạt được đạo quả giác ngộ.
8. Nguyện sau khi thành Phật, nếu có người đàn bà nào chán nản vì cho rằng mang thân đàn bà phải chịu nhiều điều bất hạnh, và muốn chuyển sinh làm thân đàn ông, khi nghe được danh hiệu tôi thì sẽ được chuyển sinh làm thân đàn ông, và cứ như thế mãi cho đến khi đạt được đạo quả giác ngộ.
9. Nguyện sau khi thành Phật, tôi sẽ độ thoát cho chúng sinh vượt khỏi sự vây bủa của các lưới ma, các sợi dây trói buộc của vọng tưởng tà kiến, và dẫn dắt họ vào chánh kiến, tu tập hạnh nguyện Bồ-tát cho đến khi đạt được đạo quả giác ngộ.
10. Nguyện sau khi thành Phật, nếu có chúng sinh nào bị xử trị oan ức bởi luật nước bạo tàn, bị tù ngục gông cùm, tra tấn hành hạ, hoặc bị tai nạn nguy hiểm, đạo tặc chém giết v.v..., trăm điều đau khổ, khi nghe được danh hiệu tôi thì liền nhờ uy đức của tôi mà vượt thoát mọi đau khổ.
11. Nguyện sau khi thành Phật, nếu có chúng sinh nào sa vào cảnh đói khát khốn khổ, và vì miếng ăn mà phải gây ra các hành động tội lỗi xấu xa, khi nghe được danh hiệu tôi và chuyên tâm quán niệm thì tôi sẽ trước đem cho thức ăn ngon, sau đem pháp vị mà hóa độ, khiến cho an trú mãi trong niềm an lạc vô biên.
12. Nguyện sau khi thành Phật, nếu có chúng sinh nào nghèo túng đến nỗi không có áo mặc, đêm ngày phải chịu rách rưới, lạnh lẽo, trăm điều khổ sở, khi nghe được danh hiệu tôi và chuyên tâm quán niệm thì nhờ uy đức của tôi mà họ sẽ được có áo quần lành lặn đẹp đẽ, với đầy đủ các món trang sức thân thể.
Những lời nguyện rộng lớn ở trên, không phải chỉ là của riêng Bồ Tát Quán Thế Âm hay Phật Dược Sư, mà bất cứ vị hành giả nào đã phát tâm tu học và phụng sự chúng sinh, đều có thể coi đó là những lời nguyện của chính mình.

---o0o---

MƯỜI HAI NHÂN DUYÊN

(thập nhị nhân duyên - thập nhị duyên khởi)

Mười hai nhân duyên là mười hai điều kiện tương liên, là đạo lí căn bản của đạo Phật dùng để giải thích cái "bí ẩn" của hiện tượng sinh tử luân hồi, tức là sự hiện hữu của chúng sinh – mà trực tiếp là con người. Mười hai điều kiện ấy gồm có:

1. Vô minh: là trạng thái vô ý thức, mù quáng, mê lầm, không sáng suốt, không nhận chân được thực tướng của vạn pháp, không thấy rõ được tự tính của chính mình, do đó mà dẫn tới những hành động u tối, sai lầm.

2. Hành: là tác động vô thức của ý chí sinh tồn theo hướng vô minh đã thúc đẩy tạo nghiệp. Nó là khát vọng muốn sống một cách mù quáng. Tất cả những tư tưởng (ý), lời nói (khẩu) và việc làm (thân) thiện hay bất thiện đều nằm trong hành.

3. Thức: Tất cả nghiệp nhân đã tạo ra đều được huân tập vào nghiệp chủng thức (hay nghiệp thức, tức là a-lại-da thức). Thức này đi đầu thai và bắt đầu một sinh mạng mới. Lúc bà mẹ thụ thai, chính đó là lúc nghiệp thức kết hợp với tinh trùng và noãn châu của cha mẹ mà làm nên bào thai. Như vậy, thức chính là yếu tố nối tiếp giữa kiếp quá khứ và kiếp hiện tại, và là giai đoạn đầu tiên của đời sống hiện tại.

4. Danh sắc: Do nghiệp thức phát động mà phát hiện ra các hiện tượng tinh thần (danh) và vật chất (sắc) của bản thân con người. Đây là giai đoạn thứ hai của đời sống hiện tại. Bản thân con người là một "hợp thể ngũ uẩn", trong đó, bốn uẩn thọ, tưởng, hành, thức chỉ có tên gọi mà không có hình chất, không thể thấy, nghe, ngửi, nếm và chạm xúc được, nên gọi là danh; còn uẩn sắc tức là phần sinh lí của bản thân, do bốn nguyên tố (tứ đại: địa, thủy, hỏa, phong) cấu thành, có hình chất, màu sắc, mùi, vị, có thể thấy, nghe, ngửi, nếm, chạm xúc được, nên gọi là sắc. Trong giây phút đầu tiên khi bà mẹ thụ thai – tức là lúc nghiệp thức kết hợp với tinh trùng và noãn châu của cha mẹ, thì danh chính là nghiệp thức, và sắc chính là tinh trùng và noãn châu. Vậy, nếu hành và thức là hai yếu tố thuộc về hai kiếp quá khứ (hành) và hiện tại (thức) của một chúng sinh, thì thức và danh sắc, trái lại, được xuất hiện cùng lúc trong kiếp hiện tại của chúng sinh đó.

5. Lục nhập: sáu giác quan (lục căn: nhãn, nhĩ, tĩ, thiệt, thân, ý) dần dần hiện rõ theo sự phát triển của bào thai, từ chỗ thật giản dị lúc mới được tượng hình, trở thành vô cùng phức tạp khi con người đã trưởng thành toàn diện. Chúng hoạt động một cách hoàn toàn tự nhiên, mầu nhiệm, như một guồng máy tinh diệu. Mỗi giác quan đều có những hoạt động và đối tượng riêng

biệt. Sáu giác quan là sáu chỗ để cho sáu đối tượng (lục trần: sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp) phản ảnh vào, gọi chung là "lục nhập".
6. Xúc: Sự tiếp xúc giữa các giác quan và đối tượng của chúng, như mắt tiếp xúc (thấy) với cảnh vật, tai nghe (tiếp xúc) âm thanh, mũi ngửi mùi v.v...
7. Thọ: Cảm giác gây nên do sự tiếp xúc giữa các giác quan và đối tượng. Có loại cảm giác dễ chịu, vui sướng, hạnh phúc, gọi là "lạc thọ"; có loại cảm giác khó chịu, buồn phiền, khổ đau, gọi là "khổ thọ"; có loại cảm giác trung tính, không khó chịu cũng không dễ chịu, gọi là "xả thọ".
8. Ái: "Ái" hay "ái dục" là sự ham muốn, khao khát, luyến ái. Do có cảm giác mà sinh ra ái. Đối trước dục vọng trần cảnh (ngũ dục), con người sinh tâm luyến ái. Nếu nói cho chính xác hơn, "ái" chính là sự luyến ái đối với sự sống. Vì vậy, cái gì làm cho ta vui thích thì ta khao khát, muốn có cho bằng được; còn cái gì làm cho ta buồn khổ thì ta chỉ muốn tránh xa, hoặc tống khứ hay hủy diệt nó đi; đó là động cơ chính yếu thúc đẩy thân, miệng, ý tạo nghiệp.
9. Thủ: Khi đã luyến ái thì cố bám giữ lấy đối tượng; hay nói rõ hơn, vì luyến ái sự sống cho nên phải bám giữ lấy sự sống – và từ đó mà phát sinh ra những tư tưởng sai lầm là có "TÔI và những gì THUỘC VỀ TÔI". Mục đích của mọi hành động trong ba lĩnh vực ý, thân và miệng, dù là thiện hay bất thiện, cũng đều để bảo vệ và củng cố cho cái "TÔI và những gì THUỘC VỀ TÔI" ấy.
10. Hữu: Vì đam mê và cố bám giữ lấy đối tượng cho nên phải vướng mắc vào nghiệp báo do sự sống của chính mình tạo ra. "Hữu" nghĩa là có – có những nghiệp nhân (thiện hay bất thiện) đã tạo ra ở kiếp này, và dĩ nhiên, có những nghiệp quả (vui sướng hay khổ đau, cũng tức là những cảnh giới của các loài chúng sinh khác nhau) sẽ thọ nhận ở kiếp sau.
11. Sinh: Nghiệp đã tạo (hữu) ấy lại được huân tập vào chủng tử thức (a-lại-da), và chính là dẫn lực đưa tới việc ra đời của sinh mạng mới.
12. Lão tử: Khi đã có sinh ra thì tất nhiên lại phải có già và chết.
Mười hai nhân duyên, như vừa thấy, đã trình bày một chuỗi nhân quả kéo dài suốt qua ba đời: quá khứ, hiện tại, và vị lai. Do vô minh và hành nghiệp ở từ quá khứ cho nên đã có đời sống hiện tại. Cuộc sống hiện tại có thức, danh sắc, lục nhập, xúc, thọ, và những nhân duyên này cũng chính lại là vô minh, làm cho ái, thủ lại tiếp tục tạo nghiệp – tức là hữu. Chính sức mạnh của hữu (nghiệp) đã tạo ra trong cuộc sống hiện tại ấy sẽ là nguyên nhân đưa đến một đời sống mới (sinh và lão tử) ở đời vị lai. Cứ thế, quá khứ làm nguyên nhân cho hiện tại, hiện tại làm nguyên nhân cho vị lai; hiện tại lại trở thành quá khứ, vị lai lại trở thành hiện tại để rồi lại đưa đến một vị lai khác..., vòng luân hồi tiếp diễn không ngừng.

Mười hai nhân duyên chính là nội dung của giáo lí "Duyên Khởi", giáo lí căn bản nhất của Phật giáo. Mười hai nhân duyên là mười hai điều kiện cùng nương nhau mà hiện hữu, cùng nối kết mật thiết với nhau, cùng là nhân và là quả của nhau, để tạo thành vòng sinh tử luân hồi. Vòng (hay bánh xe) luân hồi là một vòng tròn không có khởi điểm. Mười hai nhân duyên là mười hai cái khoen của vòng tròn đó, mà không có cái khoen nào là khoen bắt đầu. Bất cứ một nhân duyên nào trong số ấy cũng không thể có một bản chất và sự hiện hữu riêng biệt và độc lập. Vô minh chẳng hạn, không phải chỉ là điều kiện sinh ra hành, mà nó còn có mặt trong hành cũng như trong tất cả các điều kiện khác. Lại nữa, vô minh chỉ là một điều kiện như mười một điều kiện còn lại; tuy nó được đặt ở khoen đầu tiên, nhưng đó chỉ là theo thói quen thông thường, chứ không phải vì nó là nguyên nhân đầu tiên để sinh ra các điều kiện khác. Lí do dễ hiểu, vì đã là nguyên nhân đầu tiên rồi thì nó không còn là một nhân duyên nữa. – Hai ý niệm "nhân duyên" và "nguyên nhân đầu tiên" hoàn toàn trái chống nhau. Phật giáo không bao giờ chấp nhận có một nguyên nhân đầu tiên. Ta chỉ có thể tạm cho rằng, vô minh là điều kiện bao trùm đối với các điều kiện khác, vì chính thực, có vô minh mới có sinh tử luân hồi, nếu diệt được nó thì sinh tử luân hồi cũng không còn. Hơn nữa, các nhân duyên khác như lục nhập, xúc, thọ, ái, thủ v.v... cũng chính là vô minh, và cũng chính là chất liệu để tạo ra vòng sinh tử luân hồi; nếu một trong các nhân duyên ấy bị diệt thì cái vòng luân hồi tức khắc đứt tung. Cũng vậy, a-lại-da (tức là thức) chính là bản thể của vạn hữu, nhưng không vì thế mà bảo nó là nguyên nhân đầu tiên để từ đó sinh ra những cái khác; bởi vì, a-lại-da là bản thể của vạn hữu ở trạng thái vô minh ô nhiễm, nếu nó đã là nguyên nhân đầu tiên thì sẽ chẳng bao giờ có trí tuệ, và do đó, chẳng bao giờ có thể có chân như; kì thực, chân như (hay đại viên cảnh trí) và a-lại-da thức chỉ là hai trạng thái (thanh tịnh và ô nhiễm, hay mê và ngộ) của bản thân vạn pháp. Cho nên, dù là chân như, dù là thức, hay là gì gì đi nữa, thì cũng không có cái gì gọi là nguyên nhân đầu tiên, không có gì hiện hữu độc lập, mà tất cả đều là nhân duyên của nhau, nương vào nhau mà sinh thành, tồn tại và hủy diệt.

---o0o---

MƯỜI TÁM KHU VỰC

(thập bát giới)

Gồm chung sáu giác quan (lục căn), sáu đối tượng của giác quan (lục trần) và sáu thức (lục thức), thì chúng ta có pháp số gọi là "Mười Tám Khu Vực" (thập bát giới). Tất cả mọi sự mọi vật trong vũ trụ đều bao gồm trong

18 khu vực này. (Xin xem lại mục "Sáu Giác Quan, Sáu Đối Tượng của Giác Quan, và Sáu Thức" ở trước.)

---o0o---

BA MƯƠI BẢY PHẨM TRỢ ĐẠO

(tam thập thất trợ đạo phẩm)

Đây là 37 yếu tố làm trợ lực lớn cho hành giả trên đường tu tập cho đến khi đạt được đạo quả giác ngộ. Hay nói chính xác hơn, "37 phẩm trợ đạo" chính là 37 pháp môn tu tập căn bản của đạo Phật. Ba tháng trước ngày nhập niết bàn, chính đức Thế Tôn đã tuyên bố: "Các vị khất sĩ! Những giáo pháp mà Như Lai đã truyền đạt lại tuy nhiều, nhưng có thể được tóm tắt trong các pháp môn như Tứ niệm xứ, Tứ chánh cần, Tứ như ý túc, Ngũ căn, Ngũ lực, Thất giác chi, và Bát chánh đạo. Các vị phải khéo léo học hỏi, tu tập, thực chứng, và truyền đạt lại những pháp môn ấy." Chúng cũng chính là nội dung của Sự Thật Thứ Tư (đạo đế) của giáo lí Bốn Sự Thật (tứ đế). 37 pháp môn này gồm trong 7 pháp số sau đây:

- 4 lĩnh vực quán niệm (tứ niệm xứ);
- 4 sự cần mẫn (tứ chánh cần);
- 4 phép như ý (tứ như ý túc);
- 5 khả năng (ngũ căn);
- 5 sức mạnh (ngũ lực);
- 7 yếu tố giác ngộ (thất giác chi);
- 8 nguyên tắc hành động chân chính (bát chánh đạo).

Bảy pháp số này đều đã được trình bày ở trước, theo đó chúng ta thấy, tất cả 37 yếu tố đều tương liên và làm trợ duyên cho nhau, trong đó các yếu tố tinh tấn, niệm, định và tuệ được coi là quan trọng nhất, là những pháp môn quyết định để cho cây giác ngộ nở hoa.

---o0o---

MỘT TRĂM PHÁP

(bách pháp)

Chữ "pháp" ở đây có nghĩa là mọi sự vật trong vũ trụ, cụ thể hay trừu tượng, bất cứ cái gì có thể cho ta một khái niệm về nó thì gọi là "pháp". Theo tông Câu Xá – thuộc truyền thống tiểu thừa – thì mọi sự vật trong vũ trụ được bao gồm trong 75 pháp. Nhưng tông Pháp Tướng thuộc truyền thống đại thừa thì chia ra có 100 pháp, gồm trong 5 loại như sau:

I. SẮC PHÁP, có 11 pháp:

1. nhãn: mắt
2. nhĩ: tai
3. tị: mũi
4. thiệt: lưỡi
5. thân: thân thể
6. sắc: hình tướng và màu sắc (dài, ngắn, vuông, tròn, lớn, nhỏ, cao, thấp, ngay, xẹo, cong, sáng, tối, bóng, khói, mù, xanh, vàng, đỏ, trắng v.v...)
7. thanh: âm thanh (tiếng nói, tiếng kêu, tiếng động, tiếng vang, tiếng vừa ý, tiếng không vừa ý v.v...)
8. hương: các thứ mùi (thơm, hôi, không thơm không hôi, mùi tự nhiên, mùi chế tạo v.v...)
9. vị: các thứ vị nếm (cay, đắng, chua, ngọt, mặn, lạt, bùi, béo, chát v.v...)
10. xúc: sự chạm xúc (đất, nước, gió, lửa, nhẹ, nặng, trơn, nhám, lạnh, nóng, ấm, cứng, mềm, no, đói, khát, đã khát, mạnh, yếu, dính, bịnh, già v.v...)
11. pháp: các ý tượng (tức bóng dáng của năm trần – sắc, thanh, hương, vị, xúc – ở trên còn lưu lại trong ý thức)
(Tông Câu Xá chia "sắc pháp" có 11 pháp, gồm 5 giác quan, 5 đối tượng của giác quan, và 1 "vô biểu sắc".)

II. TÂM PHÁP (các hiện tượng tâm lí ở phương diện nhận thức, danh từ Duy Thức Học còn gọi là TÂM VƯƠNG), gồm có 8 pháp – tức là 8 THỨC:
12. nhãn thức: mắt thấy biết có cảnh vật.
13. nhĩ thức: tai nghe biết có âm thanh.
14. tị thức: mũi ngửi biết có mùi hương.
15. thiệt thức: lưỡi nếm biết có vị.
16. thân thức: thân đụng chạm biết có cảm xúc.
17. ý thức: ý biết có các ý tượng và ảnh tượng.
18. mạt-na thức: thức chấp ngã.
19. a-lại-da thức: thức chứa đựng, giữ gìn hạt giống và phát hiện ra vạn pháp.
(Tông Câu Xá cho rằng, "tâm pháp" chỉ có 1 – tức là tâm thức, nhưng đương nhiên là nó hoạt động qua 5 ngả đường tương ứng với 5 giác quan.)

III. TÂM SỞ PHÁP (các hiện tượng tâm lí ở phương diện thuộc tính của tâm vương – hay 8 thức), có 51 pháp – tức là 51 TÂM SỞ, gồm trong 6 nhóm:
A. Biến Hành:
"Biến hành" là hoạt động cùng khắp, là những hiện tượng tâm lí "tương ưng" (tức là liên hiệp được, hay hiện diện hoạt động) với tất cả 8 thức, bất

cứ lúc nào có thức hoạt động thì những tâm sở này cùng xuất hiện; có 5 tâm sở:
20. xúc: sự tiếp xúc giữa các căn và các trần.
21. tác ý: sự chú ý, sự kích thích để phát sinh nhận thức.
22. thọ: cảm thọ khó chịu, dễ chịu, hay không khó chịu cũng không dễ chịu, do cảm giác cung cấp.
23. tưởng: tri giác, là sự nhận biết đối tượng (một người, một vật, một sự việc...).
24. tư: sự quyết định, từ đó phát sinh ra các hiện tượng tâm lí khác, cùng các hành động của miệng lưỡi (khẩu) và thân thể (thân), tức là tạo nghiệp.

B. Biệt Cảnh:
"Biệt cảnh" là không hoạt động cùng khắp, là những tâm sở chỉ liên hiệp hoạt động với "sáu thức trước" mà thôi; có 5 tâm sở:
25. dục: ham muốn, mong cầu.
26. thắng giải: hiểu biết rõ ràng, không nghi ngờ.
27. niệm: nhớ, kí ức.
28. định: tác dụng làm cho thức và các tâm sở khác tập trung vào một đối tượng, không tán loạn.
29. tuệ: biết sự vật một cách sáng tỏ, nhưng không chắc là biết đúng – khác với "tuệ giác" là trí tuệ giác ngộ. Bởi vậy có thể nói, tâm sở "tuệ" này chính là thuộc tính đặc biệt của thức mạt-na, vì thức này luôn luôn thấy rõ rằng "có TA và những gì THUỘC VỀ TA"; cái thấy đó tuy là sáng tỏ nhưng là cái thấy sai lầm.
(Tông Câu Xá gồm chung hai nhóm trên lại thành một nhóm gọi là "Những tâm sở có nhiệm vụ tổng quát" – biến đại địa pháp).

C. Thiện:
"Thiện" là các đức tính tốt; có 11 tâm sở:
30. tín: tin tưởng.
31. tàm: tự biết xấu hổ với lầm lỗi của mình.
32. quí: biết tự thẹn khi thấy mình không trong sạch, không cao thượng như người.
33. vô tham: gặp thuận cảnh không sinh lòng tham trước.
34. vô sân: gặp nghịch cảnh không sinh lòng oán giận.
35. vô si: sáng suốt, thấy biết đúng với sự thật.
36. cần: siêng năng tu tập thiện nghiệp.
37. khinh an: thư thái, nhẹ nhàng.
38. bất phóng dật: không buông lung theo dục vọng.

39. hành xả: tâm niệm bình đẳng, không vướng mắc, không chấp trước, không so đo phân biệt.
40. bất hại: không có ý làm thương hại người khác.
(Tông Câu Xá liệt kê các tâm sở "thiện" này chỉ gồm có 10 tâm sở – không có "vô sân".)

D. Phiền Não:
Đây là các "phiền não gốc rễ", khó diệt trừ; có 6 tâm sở:
41. tham: thấy gì vừa ý thì tham, muốn chiếm đoạt.
42. sân: gặp điều không vừa ý thì oán giận.
43. si: vô minh, không sáng suốt.
44. mạn: kiêu mạn, tự cao.
45. nghi: ngờ vực, do dự.
46. ác kiến: thấy biết sai lạc – tức là "Năm Cái Thấy Sai Lạc", như đã trình bày ở trước.

(Tông Câu Xá gọi nhóm này là "đại phiền não", và ngoại trừ "si" <197> tức "vô minh", 5 tâm sở kia hoàn toàn khác biệt, gồm có: trạo cử, hôn trầm, bất tín, giải đãi, và phóng dật.)

E. Tùy Phiền Não:
Đây là các thứ "phiền não phụ thuộc" của các phiền não gốc rễ ở trên, dễ diệt trừ hơn, gồm có 20 tâm sở; lại chia làm 3 nhóm nhỏ:
a) Xấu nhẹ (tiểu tùy), có 10 tâm sở:
47. phẫn: nóng giận, bực tức, cộc cằn.
48. hận: oán hờn.
49. phú: che dấu tội lỗi.
50. não: buồn phiền, bứt rứt, ẩn ức không yên.
51. tật: ganh ghét.
52. xan: bỏn sẻn, keo kiệt.
53. cuống: dối gạt.
54. siểm: nịnh hót, gièm siểm.
55. hại: có ý làm thương hại người.
56. kiêu: khoe khoang, tự kiêu, tự phụ.
b) Xấu vừa (trung tùy), có 2 tâm sở:
57. vô tàm: làm lỗi mà không biết tự xấu hổ.
58. vô quí: tài đức không bằng người mà không biết tự thẹn.
c) Xấu nặng (đại tùy), có 8 tâm sở:
59. trạo cử: chao động không yên.
60. hôn trầm: mê muội, dật dờ, trì trệ.

61. bất tín: đa nghi, không tin tưởng.
62: giải đãi: biếng nhác, bê trễ.
63. phóng dật: buông lung, buông trôi.
64. thất niệm: lãng quên, không có chánh niệm.
65. tán loạn: xao xuyến, rối loạn.
66. bất chánh tri: hiểu lầm, biết không chính xác.
(Tông Câu Xá liệt kê các "tùy phiền não" có 12 tâm sở, gồm trong 2 nhóm: - "đại bất thiện", có 2 tâm sở: vô tàm và vô quí; - và "tiểu phiền não", có 10 tâm sở: phẫn, hận, phú, não, tật, xan, cuống, siểm, hại, và kiêu.)

G. Bất Định:
"Bất định" là những tâm sở không thuộc về hiện cũng không thuộc về bất thiện, hoặc giả, chúng có thể là thiện mà cũng có thể là bất thiện; có 4 tâm sở:
67. hối: hối hận về sự việc đã làm.
68. miên: ngủ.
69. tầm: suy tư, tìm hiểu phần dễ thấy của sự lí.
70. từ: suy tư, nghiên cứu, phân tích để hiểu rõ phần sâu sắc của sự lí.
(Tông Câu Xá liệt kê nhóm "bất định" này, ngoài 4 tâm sở trên đây còn có thêm 4 tâm sở nữa: tham, sân, mạn, nghi; tất cả là 8 tâm sở. – Như vậy, so với 51 tâm sở của tông Pháp Tướng thì tông Câu Xá chỉ liệt kê có 46 tâm sở.)

IV. TÂM BẤT TƯƠNG ƯNG HÀNH PHÁP: những hiện tượng không thuộc (nhưng có liên hệ với) tâm, tâm sở, hay sắc pháp ở trên; có 24 pháp:
71. đắc: cái tính cách từ đó các pháp có được hình sắc và tính chất của mình – ví dụ: nước có thể lỏng, không màu sắc, trong suốt, ướt, lưu nhuận v.v...; đó cũng là cái năng lực làm cho một người có (đạt) được một vật – ví dụ: tôi có (được) quyển sách, Tổ Điều Ngự Giác Hoàng đạt (được) quả vị giác ngộ v.v...
72. mạng căn: tính cách từ đó sinh mạng được duy trì.
73. chúng đồng phận: tính cách từ đó chúng sinh trong mỗi loài có cùng chung một quả báo đồng nhất.
74. dị sinh tánh: cái năng lực làm cho có bản tính phàm phu, đầy tà kiến, khác với thánh nhân.
75. vô tưởng định: sự tu tập vô tâm định để đạt được quả Vô-tưởng.
76. diệt tận định: sự tu tập rốt ráo, vượt cả vô tâm định, không còn cả thọ và tưởng, chứng đắc quả A-la-hán.
77. vô tưởng quả: tính cách làm cho chúng sinh ở cõi trời Vô-tưởng, cả tâm lẫn tâm sở đều tiêu mất.

78. danh thân: các tên gọi để chỉ cho sự vật.
79. cú thân: những lời nói để diễn tả sự vật.
80. văn thân: văn tự dùng để ghi chép những gì thuộc về "danh thân" và "cú thân" ở trên.
81. sinh: tính cách từ đó các pháp được sinh thành.
82. trụ: tính cách từ đó các pháp được tồn tại.
83. lão (dị): tính cách từ đó các pháp bị biến đổi, suy hoại.
84. vô thường (diệt): tính cách từ đó các pháp bị tiêu mất.
85. lưu chuyển: tính cách làm cho mọi loài cứ phải quanh quẩn trong vòng luân hồi.
86. thứ đệ: tính cách làm cho mọi sự vật có thứ lớp, có trật tự.
87. định dị: tính cách làm cho mọi sự vật dù khác biệt nhau nhưng luật nhân quả tác động trên mỗi sự vật vẫn phân minh, không lộn xộn, không hồ đồ.
88. phương: phương hướng.
89. thời: thời gian.
90. tương ưng: tính cách làm cho các sự vật ăn khớp, tương ứng nhau, liên hiệp hoạt động với nhau.
91. thế tốc: tính cách làm cho vạn pháp sinh diệt tương tục từng sát na, di chuyển theo vận tốc.
92. số: tính cách làm cho sự vật có thể hay không thể đếm được.
93. hòa hiệp tánh: tính cách làm cho sự vật hòa hợp được với nhau.
94. bất hòa hiệp tánh: tính cách làm cho sự vật không hòa hợp được với nhau.

(Tông Câu Xá liệt kê nhóm "tâm bất tương ưng hành pháp" này gồm có 14 pháp – không có 11 pháp: dị sinh tánh, lưu chuyển, thứ đệ, định dị, phương, thời, tương ưng, thế tốc, số, hòa hiệp tính, bất hòa hiệp tính; nhưng thêm 1 pháp: phi đắc, cái năng lực làm cho một vật không còn thuộc sở hữu chủ của nó nữa).

V. VÔ VI PHÁP: những hiện tượng không bị lệ thuộc vào nhân duyên; có 6 pháp:
95. trạch diệt vô vi: cảnh giới niết bàn đạt được do sự dùng trí tuệ tiêu diệt tận cùng mọi phiền não.
96. phi trạch diệt vô vi: thể tính tịch diệt vốn đã hiển nhiên – không phải do sức trí tuệ tận diệt phiền não mà có.
97. hư không vô vi: tính cách không làm chướng ngại cho bất cứ pháp nào và cũng không bị bất cứ pháp nào làm cho chướng ngại, gần giống như tính chất của hư không – nói là "gần giống" vì hư không vẫn không phải là vô vi; hư không còn có thể được trông thấy; tuy nó không làm chướng ngại cho

mọi vật nhưng lại bị mọi vật làm cho chướng ngại, như sức thấy của mắt, sức nghe của tai v.v... đều có giới hạn, hơn nữa, hư không thường bị lồng vào các khuôn khổ khác nhau như rộng, hẹp, vuông, tròn v.v...
98. bất động vô vi: thể tính của niết bàn là như như, tĩnh lặng.
99. tưởng thọ diệt vô vi: trạng thái của sự tận diệt mọi tư tưởng và cảm thọ – cũng tức là niết bàn.
100. chân như vô vi: bản thân của vạn pháp.

(Tông Câu Xá liệt kê chỉ có 3 pháp vô vi – không có 3 pháp vô vi bất động, tưởng thọ diệt, và chân như.)
Trong 5 loại của 100 pháp trên đây, 4 loại đầu (sắc, tâm, tâm sở, tâm bất tương ưng hành) thuộc về pháp hữu vi, và loại sau cùng thuộc về pháp vô vi. "Hữu vi" là có tạo tác, có điều kiện sinh khởi, có các tướng trạng sinh (sinh thành), trụ (tồn tại), dị (tiêu mòn), diệt (hủy diệt), và tất cả đều có thể khái niệm được. "Vô vi", hay chân lí, niết bàn, pháp tính, pháp giới, đều là những tên gọi khác nhau của cùng một thể tính. Đúng ra thì vô vi không thể được gọi là "pháp" vì nó không thể đạt được bằng khái niệm, không thể dùng ý lự, ngôn từ để phân biệt, gọi tên, nhưng vì trí óc chúng ta không thể nào đạt tới thế giới vô niệm, cho nên bắt buộc phải khái niệm hóa vô vi, là sự giả lập gọi tên, là cánh cửa để đưa hành giả đi vào thế giới vô niệm. Theo sự giả lập đặt tên đó, 5 pháp vô vi đầu đề cập đến tướng trạng của pháp tính, còn pháp vô vi chót, chân như, đề cập đến tự thể của pháp tính; hay nói cách khác, 5 pháp vô vi đầu, cả thể tính và tên gọi, đều chỉ vì phương tiện mà giả lập nên, thực ra, cuối cùng chỉ có "chân như vô vi" là thể tính của vạn pháp mà thôi; nhưng ngay cả cái danh xưng "chân như" cũng chỉ là giả lập mà có.
(So với 100 pháp của tông Pháp Tướng thì tông Câu Xá liệt kê chỉ có 75 pháp mà thôi.)

---o0o---
Hết

---

[1] Chữ "như" có nghĩa là thể tính bình đẳng, không phân biệt, không có hai, là thật tướng của vạn pháp. Kinh Pháp Hoa nói: "Những gì Phật đã thành tựu đều là pháp tối thượng, hiếm có, khó hiểu. Chỉ có chư Phật mới thấu suốt được thật tướng của tất cả các pháp, tức là tất cả các pháp đều có tướng như vậy, tánh như vậy, thể như vậy, nhân như vậy, lực như vậy, tác như vậy, duyên như vậy, quả như vậy, báo như vậy, bổn mạt cứu cánh như vậy."
[2] Xin xem Trái Tim Mặt Trời (Chương Bốn) của thiền sư Nhất-Hạnh để hiểu thêm về "như" và "không".

[3] Xin xem thêm các mục “Hai Con Đường” và “Ba Con Đường” ở sau.
[4] Các danh từ thực tại, sự vật, vạn pháp, vạn hữu, vạn vật, vạn sự vạn vật đều cùng mang một ý nghĩa như nhau.
[5] Xin xem mục “Một Trăm Pháp” ở sau.
[6] Xin xem mục “Một Trăm Pháp” ở sau.
[7] Xin xem mục “Một Trăm Pháp” ở sau.
[8] Xin xem mục “Tám Thức” ở sau.
[9] Triền sử: những phiền não ràng buộc và thôi thúc con người gây tội lỗi.
[10] Xin xem lại mục “Ba Tự Tính” ở trước.
[11] Xin xem lại mục “Ba Tự Tính” ở trước.
[12] Xin xem lại mục “Ba Tự Tính” ở trước.
[13] “Uẩn” cũng còn được gọi là “ấm”, nghĩa là ngăn che, tức là năm yếu tố này làm cho con người không thể thấy được thực tướng của vạn hữu.
[14] Xin xem mục “Tám Thức” ở sau.
[15] Xin xem lại mục “Bốn Điều Kiện” ở trước.
[16] Trong bài tựa kinh An Ban Thủ Ý, Tổ sư Khương Tăng Hội (đầu thế kỉ thứ 3 Tây lịch, được xem là vị Giáo Tổ của Phật giáo Việt-nam) gọi “Sáu Tiếp Xúc" là “Sáu Tình” (lục tình). Muốn biết rõ về Tổ Sư Tăng Hội và vai trò của ngài đối với lịch sử Phật giáo Việt-nam, xin xem sách Việt Nam Phật Giáo Sử Luận - Quyển I, của giáo sư Nguyễn Lang, do Lá Bối (Paris) xuất bản.
[17] Trong bài tựa kinh An Ban Thủ Ý, Tổ sư Khương Tăng Hội (đầu thế kỉ thứ 3 Tây lịch, được xem là vị Giáo Tổ của Phật giáo Việt-nam) gọi “Sáu Tiếp Xúc" là “Sáu Tình” (lục tình). Muốn biết rõ về Tổ Sư Tăng Hội và vai trò của ngài đối với lịch sử Phật giáo Việt-nam, xin xem sách Việt Nam Phật Giáo Sử Luận - Quyển I, của giáo sư Nguyễn Lang, do Lá Bối (Paris) xuất bản.
[18] Xin xem mục “Sáu Giác Quan, Sáu Đối Tượng của Giác Quan, và Sáu Thức” ở trước, và mục “Một Trăm Pháp” ở sau.
[19] Xin xem lại mục “Ba Hình Thái Nhận Thức” ở trước.
[20] Xin xem lại mục “Ba Cảnh” ở trước.
[21] Xin xem lại mục “Ba Tính” ở trước.
[22] Xin xem mục “Một Trăm Pháp” ở sau.
[23] Xin xem lại mục “Bốn Trí Tuệ” ở trước.
[24] Xin xem lại mục “Sáu Giác Quan, Sáu Đối Tượng của Giác Quan, và Sáu Thức” ở trước.
[25] Xin xem lại mục “Sáu Giác Quan, Sáu Đối Tượng của Giác Quan, và Sáu Thức” ở trước.
[26] Xin xem lại mục “Ba Hình Thái Nhận Thức” ở trước.

[27] Xin xem lại mục "Ba Cảnh" ở trước.
[28] Xin xem lại mục "Ba Hình Thái Nhận Thức" ở trước
[29] Xin xem lại mục "Ba Cảnh" ở trước
[30] Xin xem lại mục "Ba Hình Thái Nhận Thức" ở trước.
[31] Xin xem lại mục "Ba Hình Thái Nhận Thức" ở trước.
[32] Xin xem lại mục "Ba Hình Thái Nhận Thức" ở trước.
[33] Xin xem lại mục "Ba Cảnh" ở trước
[34] Xin xem lại mục "Ba Hình Thái Nhận Thức" ở trước.
[35] Xin xem lại mục "Ba Cảnh" ở trước
[36] Xin xem lại mục "Ba Tính" ở trước
[37] Xin xem mục "Một Trăm Pháp" ở sau
[38] Xin xem lại mục "Bốn Trí Tuệ" ở trước
[39] Xin xem lại mục "Ba Hình Thái Nhận Thức" ở trước
[40] Xin xem lại mục "Ba Hình Thái Nhận Thức" ở trước
[41] Xin xem lại mục "Ba Cảnh" ở trước
[42] Xin xem lại mục "Ba Cảnh" ở trước
[43] Xin xem lại mục "Ba Tính" ở trước
[44] Xin xem mục "Một Trăm Pháp" ở sau
[45] Xin xem lại mục "Bốn Phiền Não" ở trước.
[46] Xin xem lại mục "Bốn Trí Tuệ" ở trước.
[47] Chỉ ở hai cõi Dục và Sắc thì đối tượng của a-lại-da mới gồm đủ danh và sắc, còn ở cõi Vô-sắc thì chỉ có danh mà thôi.
[48] Xin xem mục "Một Trăm Pháp" ở sau
[49] Xin xem lại mục "Ba Hình Thái Nhận Thức" ở trước.
[50] Xin xem mục "Một Trăm Pháp" ở sau.
[51] Xin xem lại mục "Ba Cõi" ở trước.
[52] Xin xem mục "Mười Địa" ở sau
[53] Xin xem lại mục "Bốn Trí Tuệ" ở trước.
[54] Xin xem lại mục "Bốn Phiền Não" ở trước
[55] Xin xem lại mục "Hai Sự Thật" ở trước