

THIỆN PHÚC

**PHẬT GIÁO
TUYỂN LUẬN**

**SELECTIVE ESSAYS
ON BUDDHISM**

TẬP I
VOLUME I

Copyright © 2021 by Ngoc Tran. All rights reserved.

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

Mục Lục Tập I
Table of Content

<i>Mục Lục—Table of Content</i>	3
<i>Lời Đầu Sách—Preface</i>	5
<i>Tuyển Luận Thứ Nhất—The First Selective Essay: Thời Kỳ Tiền Phật Giáo—The Period of Pre-Buddhism</i>	9
<i>Tuyển Luận Thứ Hai—The Second Selective Essay: Nguồn Gốc Phát Sinh Và Sự Thành Hình Phật Giáo—The Origination and the Formation of Buddhism</i>	19
<i>Tuyển Luận Thứ Ba—The Third Selective Essay: Đức Phật Của Chúng Ta—Our Buddha</i>	29
<i>Tuyển Luận Thứ Tư—The Fourth Selective Essay: Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Đạo Phật—An Overview and Meanings of Buddhism</i>	77
<i>Tuyển Luận Thứ Năm—The Fifth Selective Essay: Đức Phật Tuyên Thuyết Bài Pháp Đầu Tiên—The Buddha Preached the First Sermon</i>	87
<i>Tuyển Luận Thứ Sáu—The Sixth Selective Essay: Những Giáo Pháp Cốt Lõi Trong Đạo Phật—Core Teachings of Buddhism</i>	93
<i>Tuyển Luận Thứ Bảy—The Seventh Selective Essay: Bốn Chân Lý Cao Thượng—The Four Noble Truths</i>	101
<i>Tuyển Luận Thứ Tám—The Eighth Selective Essay: Ba Mươi Bảy Phẩm Trạo Đạo—Thirty-Seven Conditions Leading to Bodhi</i>	111
<i>Tuyển Luận Thứ Chín—The Ninth Selective Essay: Tám Con Đường Thánh—The Eightfold Noble Path</i>	119
<i>Tuyển Luận Thứ Mười—The Tenth Selective Essay: Luật Nhân Quả: Nguyên Lý Cốt Lõi Của Đạo Phật—The Law of Cause and Effect: The Core Principle of Buddhism</i>	145
<i>Tuyển Luận Thứ Mười Một—The Eleventh Selective Essay: Lý Nhân Duyên & Mười Hai Nhân Duyên—The Theory of Causation & The Twelve Conditions of Cause-and-Effect</i>	159
<i>Tuyển Luận Thứ Mười Hai—The Twelfth Selective Essay: Nhân Quả Nghiệp Báo Trong Đạo Phật—Causes-Effects-Retributions in Buddhism</i>	175
<i>Tuyển Luận Thứ Mười Ba—The Thirteenth Selective Essay: Tái Sanh Theo Quan Điểm Phật Giáo—Rebirth in Buddhist Point of View</i>	205
<i>Tuyển Luận Thứ Mười Bốn—The Fourteenth Selective Essay: Ai Tạo Nghiệp?—Who Creates Karmas?</i>	239
<i>Tuyển Luận Thứ Mười Lăm—The Fifteenth Selective Essay: Sáu Nẻo Luân Hồi—Six Paths of the Samsara</i>	283
<i>Tuyển Luận Thứ Mười Sáu—The Sixteenth Selective Essay: Ngũ Uẩn—Five Aggregates</i>	315
<i>Tuyển Luận Thứ Mười Bảy—The Seventeenth Selective Essay: Sáu Ba La Mật—Six Paramitas</i>	345
<i>Tuyển Luận Thứ Mười Tám—The Eighteenth Selective Essay: Tam Pháp Ấn—Three Dharma Seals</i>	399

<i>Tuyển Luận Thứ Mười Chín—The Nineteenth Selective Essay: Giới-Định-Huệ— Precepts-Concentration-Wisdom</i>	403
<i>Tuyển Luận Thứ Hai Mươi—The Twentieth Selective Essay: Sơ Lược Về Căn-Cảnh- Thức—An Overview of Organs-Objects-Consciousnesses</i>	413
<i>Tuyển Luận Thứ Hai Mươi Một—The Twenty-First Selective Essay: Tam Bảo & Quy- Y Tam Bảo—The Triple Gem & Taking Refuge in the Three Treasures</i>	421
<i>Tuyển Luận Thứ Hai Mươi Hai—The Twenty-Second Selective Essay: Hiểu Biết Cơ Bản Về Tâm—Basic Understanding on the Mind</i>	437
<i>Tuyển Luận Thứ Hai Mươi Ba—The Twenty-Third Selective Essay: Bồ Đề Tâm— Bodhi-Mind</i>	455
<i>Tuyển Luận Thứ Hai Mươi Bốn—The Twenty-Fourth Selective Essay: Bốn Tâm Vô Lượng—Four Immeasurable Minds</i>	465
<i>Tuyển Luận Thứ Hai Mươi Lăm—The Twenty-Fifth Selective Essay: Tám Thức— Eight Consciousnesses</i>	489
<i>Tuyển Luận Thứ Hai Mươi Sáu—The Twenty-Sixth Selective Essay: Tam Độc Tham- Sân-Si—Three Poisons of Lust-Anger-Ignorance</i>	509
<i>Tuyển Luận Thứ Hai Mươi Bảy—The Twenty-Seventh Selective Essay: Vô Minh— Ignorance</i>	537
<i>Tuyển Luận Thứ Hai Mươi Tám—The Twenty-Eighth Selective Essay: Sáu Nẻo Đường Trần & Bốn Đường Lên Thánh—Six Paths of the Samara and the Four Sainly Paths</i>	545
<i>Tuyển Luận Thứ Hai Mươi Chín—The Twenty-Ninth Selective Essay: Sơ Lược Kinh Luật Luận Phật Giáo—A Summary of Buddhist Sutra Pitaka, Vinaya Pitaka and Shastra Pitaka</i>	555
<i>Tuyển Luận Thứ Ba Mươi—The Thirtieth Selective Essay: Pháp Môn Niệm Phật— The Dharma Door of Buddha Recitation</i>	579
<i>Tuyển Luận Thứ Ba Mươi Một—The Thirty-First Selective Essay: Pháp Môn Thiền Định—The Dharma Door of Buddhist Meditation</i>	617
<i>Tuyển Luận Thứ Ba Mươi Hai—The Thirty-Second Selective Essay: Giác Ngộ Theo Quan Điểm Phật Giáo—Enlightenment in Buddhist Point of View</i>	677
<i>Tuyển Luận Thứ Ba Mươi Ba—The Thirty-Third Selective Essay: Nguyên Lý Giải Thoát Cứu Cánh—The Principle of Perfect Freedom</i>	689
<i>Tuyển Luận Thứ Ba Mươi Bốn—The Thirty-Fourth Selective Essay: Phước Huệ Song Tu—A Dual Cultivation of Merits and Virtues</i>	693
<i>Tuyển Luận Thứ Ba Mươi Lăm—The Thirty-Fifth Selective Essay: Như Lai & Như Lai Tạng—The Thus-Come One & Tathagata-Garbha</i>	709
<i>Tuyển Luận Thứ Ba Mươi Sáu—The Thirty-Sixth Selective Essay: Bồ Tát— Bodhisattvas</i>	715
<i>Tài Liệu Tham Khảo—References</i>	739

Lời Đầu Sách

Đạo Phật là tôn giáo của Đấng Giác Ngộ, một trong ba tôn giáo lớn trên thế giới do đức Phật Thích Ca Mâu Ni khai sáng cách nay trên 25 thế kỷ. Đức Phật đề xướng tứ diệu đế như căn bản học thuyết như chúng đã hiện ra khi Ngài đại ngộ. Ngài đã chỉ cho mọi người làm cách nào để sống một cách khôn ngoan và hạnh phúc và giáo pháp của Ngài đã lan rộng từ xứ Ấn Độ ra khắp các miền châu Á, và xa hơn thế nữa. Danh từ Phật giáo phát xuất từ chữ Phạn “Budhi”, có nghĩa là “giác ngộ”, “tỉnh thức”, và như vậy Phật giáo là tôn giáo của giác ngộ và tỉnh thức. Chính vì thế mà định nghĩa thật sự của Phật giáo là “Diệu Đế.” Đức Phật không dạy từ lý thuyết, mà Ngài luôn dạy từ quan điểm thực tiễn qua sự hiểu biết, giác ngộ và thực chứng về chân lý của Ngài. Triết lý này xuất phát từ kinh nghiệm của một người tên là Sĩ Đạt Đa Cồ Đàm, được biết như là Phật, tự mình giác ngộ vào lúc 36 tuổi. Phải thực tình mà nói, mọi cách giải quyết của Phật giáo luôn mang tính thực dụng. Trong suốt chiều dài lịch sử trên hai mươi lăm thế kỷ, Phật giáo chỉ nhắm vào những vấn đề thực tiễn, chứ nó không lưu ý đến những vấn đề có tính cách học thuật hay siêu hình học. Giáo dục trong Phật giáo là nhằm giúp những người tu Phật thoát khỏi những phiền trước vừa kể trên để họ có thể thấy được thực tại và chân lý như thực. Như vậy, theo giáo dục nhà Phật, bất cứ cái nào làm tăng tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng... là cái xấu nên tránh xa; còn bất cứ cái nào giúp giảm những thứ vừa kể là cái tốt nên theo. Nói gì thì nói, Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng Phật giáo không chỉ là một hệ thống giáo lý suông, mà đó là một lối sống. Nếu chúng ta chịu giáo dục và thực hành đúng như lời Phật dạy, thì chắc chắc cuộc sống của chúng ta phải an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc.

Từ năm 1985 đến nay, Thiện Phúc đã biên soạn một số sách Phật giáo với nhiều chủ đề khác nhau về Đạo Phật như các bộ Phật Pháp Căn Bản, Đạo Phật Trong Đời Sống, Đạo Phật An Lạc Và Tỉnh Thức, Thiền Sư, Thiền Trong Đạo Phật, Chư Thiên Đức, Niệm Phật Căn Bản Cho Người Tại Gia, Thiền Lâm Bảo Thoại, Nhân Quả, Ai Tạo Nghiệp?, Ba La Mật, Ba Mươi Bảy Phẩm Trợ Đạo, Bát Thánh Đạo, Bồ Đề Tâm, Căn Cảnh Thức, Chúng Ta Buông Bỏ Cái Gì?, Đức Phật Của Chúng Ta, Đường Lên Phật, Người Tại Gia, Qua Bờ Bên Kia, Sáu Nẻo Luân Hồi, Thiền Tập Cho Người Tại Gia, Bát Nhã & Tánh Không,

Bốn Chân Lý Cao Thượng, Bốn Tâm Vô Lượng, Chúng Ta Cùng Học Cùng Tu, Cốt Lõi Đạo Phật, Giáo Pháp Căn Bản Duy Thức Học, Giới Định Huệ, Hạnh Phúc Đến Từ Bạn, Hành Trình Hương Đến Niết Bàn, Hiếu Hạnh, Hương Thiên Luôn Đơm Trong Giáo Điển Nhà Phật, Kiếp Người Theo Quan Điểm Phật Giáo, Ma Chướng & Thử Thách Trong Đời Sống, Mưa Pháp Trong Vườn Nai, Mười Phương Phật Pháp Tăng, Ngũ Uẩn, Nhân Duyên Quả, Những Cổ Xe Phật Giáo, Những Pháp Ấn Cốt Lõi, Phàm Tâm Thánh Tâm, Phước Huệ Song Tu, Sáu Nẻo Đường Trần & Bốn Đường Lên Thánh, Sơ Lược Kinh Luật Luận Phật Giáo, Sống Tỉnh Thức An Lạc Và Hạnh Phúc, Tam Bảo, Tài Sản Của Người Con Phật, Theo Chân Bồ Tát, Phật Giáo Tuyển Luận, Phật Giáo Yếu Luận, Phật Giáo Yếu Lược, Tâm Thức: Dòng Luân Hồi Bất Tận, Đạo Phật: Dòng Suối Giác Ngộ & Giải Thoát... Sau khi xem lại, tác giả tin rằng sẽ có nhiều lợi lạc cho độc giả, nhất là những người Phật tử tại gia và những người sơ cơ, nếu tác giả biên soạn tập sách “Phật Giáo Tuyển Luận,” gồm một số bài tuyển luận rút ra từ nhiều chủ đề trong các tập sách đã xuất bản. Quyển sách nhỏ có tựa đề “Phật Giáo Tuyển Luận” này không phải là một nghiên cứu thâm sâu về triết thuyết Phật Giáo, mà nó chỉ trình bày sơ lược về đạo Phật và giáo lý cốt lõi của nó. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng mục đích của người tu Phật là tự giác, nghĩa là tự quán sát bằng cái trí của chính mình chứ không dựa vào kẻ khác; giác tha (sau khi tự mình đã giác ngộ lại thuyết pháp để giác ngộ cho người khác, khiến họ được khai ngộ và giúp họ rời bỏ mọi mê lầm và khổ não trong vòng luân hồi) rồi cuối cùng mới đi đến giác hạnh viên mãn, thoát ra khỏi vòng luân hồi sanh tử ngay trong kiếp này. Chính vì những nét đặc thù vừa kể trên mà giáo pháp nhà Phật trở nên vô cùng đặc biệt. Tuy nhiên, cũng chính vì vậy mà giáo pháp ấy cũng là một vấn đề không dễ lãnh hội như những giáo pháp khác. Cuộc hành trình của người tu Phật đòi hỏi nhiều cố gắng và hiểu biết liên tục. Chính vì thế mà mặc dù hiện tại đã có quá nhiều sách viết về Phật giáo, tôi cũng mạo muội biên soạn bộ “Phật Giáo Tuyển Luận” song ngữ Việt Anh nhằm giới thiệu giáo lý nhà Phật một cách tổng quát cho Phật tử ở mọi trình độ, đặc biệt là những người sơ cơ. Những mong sự đóng góp nhoi nầy sẽ mang lại lợi lạc cho những ai mong cầu có được cuộc sống an bình, tỉnh thức và hạnh phúc.

Thiện Phúc

Preface

Buddhism is a philosophy, a way of life or a religion. The religion of the awakened one. One of the three great world religions. It was founded by the historical Buddha Sakyamuni over 25 centuries ago. Sakyamuni expounded the four Noble Truths as the core of his teaching, which he had recognized in the moment of his enlightenment. He had shown people how to live wisely and happily and his teachings soon spread from India throughout Asia, and beyond. The name Buddhism comes from the word “budhi” which means ‘to wake up’ and thus Buddhism is the philosophy of awakening. Therefore, the real definition of Buddhism is Noble Truth. The Buddha did not teach from theories. He always taught from a practical standpoint based on His understanding, His enlightenment, and His realization of the Truth. This philosophy has its origins in the experience of the man named Siddhartha Gotama, known as the Buddha, who was himself awakened at the age of 36. Truly speaking, all approaches of Buddhism are always pragmatic. In the length of history of more than twenty-five centuries, Buddhism addresses only practical problems, not in academic questions and metaphysical theories. The goal of Buddhist education is freeing cultivators from being led by these troubles so that they could see Reality and the Truth as it is. Therefore, according to the Buddhist education, whichever causes increases of greed, anger, ignorance, pride, doubt, wrong views, killing, stealing, sexual misconduct, lying... is bad and we should stay away from; and whichever helps decreasing or stopping the above mentioned troubles is good and we should pursue. Whatever we say, devout Buddhists should always remember that Buddhism is not a mere system of doctrine, it is a way of life. If we educate ourselves the way the Buddha taught, we would surely have a peaceful, mindful and happy life.

From 1985 till now, Thien Phuc has been composing several Buddhist books with different titles such as Basic Buddhist Doctrines, Buddhism Applied In Life, Buddhism: Peace-Mindfulness-Happiness, Zen Masters, Zen in Buddhism, Zen Virtues, Basic Buddha Recitations For Lay People, Precious Dialogues In Zen Forests, Causes & Effects, Who Creates Karmas?, Paramitas, Thirty-Seven Limbs of Enlightenment, The Eightfold Noble Path, Bodhicitta, Faculties-Views-

Consciousnesses, What Do We Let Go?, Our Buddha, The Path Leading to Buddhahood, Lay People, To Reach the Other Shore, Six Paths in the Samsara, Meditation Practices For Lay People, The Four Noble Truths, Four Immeasurable Minds, Let's Learn & Practice Together, The Cores Of Buddhism, Discipline-Meditation-Wisdom, Happiness Comes From You, A Journey Towards Nirvana, The Fragrance of Meditation Always imbibed in Buddhist Scriptures, Human Lives In Buddhist Point of View, Obstructive Ghosts And Challenges In Life, Showers of Dharmas At the Deer Park, Causes-Conditions-Effects, Buddhist Vehicles, Essential Summaries of Buddhist Teachings, Core Dharma Seals, Simultaneous Cultivation of Merits & Wisdom, Six Paths of the Worldly World & Four Ways Leading to the Saints, A Summary of Sutras-Vinayas-Sastras in Buddhism, Prajna & Emptiness, Living in Peace, Mindfulness & Happiness, Following in Bodhisattvas' Footsteps... After reviewing them all, this author believes that it will be beneficial to readers, especially to laypeople and beginners, if this author composes a book titled "Selective Essays On Buddhism" which composes of some selective essays extracted from all already-published books. This little book titled "Selective Essays On Buddhism" is not a profound philosophical study of the theory of Buddhist Teachings, but a book that briefly summarize Buddhism and its core teachings. Devout Buddhists should always remember the goal of any Buddhist cultivator is to achieve self-enlightening, that is examining with one's own intelligence, and not depending upon another; enlightening or awakening of others, then achieve the final accomplishment, to go beyond the cycle of births and deaths right in this very life. For these particular reasons, the Buddhist Dharma becomes exceptionally special; however, it is also a matter not easily comprehensible. The Buddhist practitioners' journey demands continuous efforts with right understanding and practice. Presently even with so many books available on Buddhism, I venture to compose this booklet titled "Selective Essays On Buddhism" in Vietnamese and English to introduce general and basic things in Buddhism to all Vietnamese Buddhist followers, especially Buddhist beginners, hoping this little contribution will help Buddhists in different levels to understand on how to achieve and lead a life of peace and happiness.

Thiền Phúc

Tuyển Luận Thứ Nhất
The First Selective Essay

Thời Kỳ Tiên Phật Giáo

Khoảng 3.000 năm trước Tây lịch, tại lưu vực sông Ấn Hà, phát khởi một nền văn minh đô thị, được gọi là “Văn Hóa Thung Lũng Ấn Hà.” Hai đô thị lớn là Mohenjo Daro và Harrappa, vì vậy nền văn hóa này cũng được gọi là “Văn Hóa Harrappa”. Theo Andrew Skilton trong Đại Cương Lịch Sử Phật Giáo, có lẽ đây là một xã hội đã có tổ chức cao, rất bảo thủ, không thay đổi bao nhiêu qua nhiều thế kỷ. Những cố gắng nhằm tái xác định lại những phong tục và tín ngưỡng của xã hội này phần lớn chỉ do sự suy đoán mặc dầu người ta đã tìm thấy những di vật có ý nghĩa với những dấu ấn được sử dụng rộng rãi trong việc buôn bán ở các vùng bờ biển. Những con dấu này khắc lại một loại chữ viết, mà đến nay vẫn chưa giải mã được. Một con dấu nổi tiếng vẽ hình một người ở tư thế ngồi thiền, mà một số người nghĩ là nó mô tả một hình thức ngồi thiền hay quán tưởng trong buổi sơ khai. Nền văn minh này từ từ lụn tàn vào khoảng 1.200 năm trước Tây lịch, có lẽ do hậu quả của những thay đổi về môi trường, nhưng chắc hơn là do dự thay đổi dòng chảy của sông Ấn Hà.

Tuy nhiên, những dấu vết này không liên quan gì đến sự xuất hiện cùng thời của những bộ tộc xâm lăng từ phía Tây bắc tràn xuống. Rất có thể những bộ tộc này đã đến đây đúng vào lúc nền văn hóa này đang tàn lụn. Có nhiều học giả cho rằng đây không phải là một cuộc xâm lăng, mà chỉ là một sự thẩm thấu văn hóa. Nói gì thì nói, sau khi nền văn minh Thung Lũng Ấn Hà bị tàn lụi thì lục địa này trở thành quê hương mới cho làn sóng người di dân của những bộ tộc du mục tới định cư. Sau khi trèo vượt qua những núi đèo xuyên qua Hi Mã Lạp Sơn dẫn tới những vùng biên giới Tây Bắc Ấn Độ và Népal bây giờ, nhiều thế kỷ sau đó những bộ tộc Aryan này bắt đầu một cuộc càn quét trọn vẹn trên toàn thể bán lục địa này. Những bộ tộc người Aryan này mang theo với họ tín ngưỡng đa thần giáo. Họ cũng mang theo với họ một hệ thống giai cấp xã hội, chia xã hội thời đó ra làm ba thành phần: tư tế, chiến binh, và nông dân. Thành phần tư tế bao gồm những người có khả năng tụng đọc rành nghề cử hành nghi lễ, là tiền thân của giai cấp Bà La Môn sau này. Hai giai cấp sau cùng giống với những

giai cấp chiến binh và thứ dân về sau này. Chúng ta biết được tất cả những điều trên nhờ vào những văn bản do chính con cháu của những người này viết ra về sau này. Đây là những kinh điển căn bản của Bà La Môn giáo, không được Phật giáo thừa nhận.

Trước thời Phật giáo, Ấn Độ giáo, tôn giáo đã ăn sâu vào Ấn Độ mà nguồn gốc hãy còn là một huyền thoại. Tôn giáo không có giáo chủ, cũng không có giáo điển. Nó luôn đưa vào tất cả mọi mặt của chân lý. Người theo Ấn Độ giáo tin tưởng vào luật của Nghiệp lực. Đây là tên gọi chung cho hệ thống xã hội, văn hóa và tôn giáo của giống người Aryan ở Ấn Độ, đây là giống dân di cư vào Ấn Độ vào ngay trước thời kỳ bắt đầu có lịch sử của nước này. Duy trì xã hội làm bốn giai cấp, trong đó Bà La Môn là giai cấp tối thượng. Theo nguyên tắc thờ phượng Thượng đế bằng những nghi thức đề ra từ Thánh Kinh Vệ Đà. Trung thành hay tin tưởng tuyệt đối vào thuyết nghiệp quả luân hồi, lấy sự tái sinh vào cõi trời làm mục tiêu tối thượng cho người trần tục. Họ tin có một định luật hoạt động suốt cuộc đời. Gieo gì gặt nấy ở một lúc nào đó và ở một chỗ nào đó. Đó là định luật mỗi hành động, mỗi ý định hành động, mỗi thái độ đều mang quả riêng của nó. Người trở thành thiện do những hành động thiện và trở thành ác do những hành động ác. Nghĩa là mỗi người phải chịu trách nhiệm về hoàn cảnh của chính mình, chứ không thể đổ lỗi cho người khác được. Bạn chính là bạn vì những thứ mà bạn đã làm trong quá khứ. Đối với người theo Ấn Độ giáo, đương nhiên quá khứ bao gồm tất cả những kiếp sống trước của bạn. Theo truyền thống Ấn Giáo, nhiệm vụ chính của người nữ là sanh con và làm việc trong nhà. Vì vậy mà nó coi cuộc sống độc thân là cuộc sống vô ích, và những người đàn bà không kết hôn đáng bị phỉ báng. Những câu chuyện trong Kinh Vệ Đà cho thấy rất nhiều người Ấn Độ đã tìm kiếm những câu trả lời về cuộc sống quanh họ, cũng như về vũ trụ xa xăm. Sách cổ nhất của Ấn Độ giáo là bộ kinh Vệ Đà. Bộ kinh này gồm những câu thơ và những bài thánh ca cổ được sáng tác từ hơn 3000 năm trước. Những luật lệ Bà La Môn mà các tu sĩ dùng làm nghi lễ thờ phượng đã có vào khoảng giữa 1200 và 1000 trước Thiên Chúa. Những Thiên Anh Hùng Ca vĩ đại là những câu thơ triết lý về anh hùng truyền thuyết về các vị thần. Những thiên anh hùng ca này là những truyện cổ được kể lại qua nhiều thế hệ trước khi được viết vào đầu kỷ nguyên Thiên Chúa. Một chương ngắn của

Thiên Anh Hùng Ca, Dáng đi Bhavagavad Gita, trở thành một phẩm tôn giáo được ưa thích ở Ấn Độ.

Theo giáo lý Ấn Độ giáo, mỗi người có một vị trí riêng trong cuộc sống và trách nhiệm riêng biệt. Mỗi người được sanh ra ở một chỗ với những khả năng riêng biệt vì những hành động và thái độ trong quá khứ. Có bốn giai cấp chính trong Ấn Độ Giáo. Trong bốn đẳng cấp có 12 nhánh. Qua nhiều năm, hơn 1000 thứ bậc đẳng cấp đã xuất hiện trong đời sống xã hội Ấn Độ, nhưng tất cả đều thuộc một trong bốn nhóm chính này. Trong đời sống xã hội bình thường, ranh giới đẳng cấp phản ảnh bất công thực sự và thành kiến nặng nề. Chính nhiều người Ấn Độ giáo cũng cố gắng thực hiện xóa bỏ một số bất công trắng trợn. Ngài Gandhi là người đã đem hết sức lực để phục hồi “tiện dân” vào địa vị có đẳng cấp. Thứ nhất là nhóm trí thức và thầy tu. Thứ nhì, tầng lớp quý tộc, kể cả giai cấp quân nhân. Thứ ba, nhóm hành chính, gồm những nhà buôn và địa chủ. Thứ tư, số lớn dân chúng làm những việc thông thường trong xã hội. Giai cấp gọi là “tiện dân” hay “người bị ruồng bỏ” (mới đây bị hủy bỏ do luật của Ấn Độ) gồm những người có nguồn gốc thuộc những phân nhóm khác của giai cấp thứ tư, quần chúng nhân dân. Do những điều kiện xã hội và kinh tế khác nhau, họ bị mất đẳng cấp, hay mất vị trí trong xã hội. Mục đích quan trọng nhất mà mỗi người phải vươn lên là thoát khỏi ảnh hưởng của bất hạnh trong quá khứ. Mỗi người đều có mục tiêu căn bản suốt cuộc đời là thoát khỏi ảo tưởng thông qua với sự hợp nhất với Bà La Môn. Đời sống lạc thú, thực hiện tất cả những ham thích bình thường của con người kể cả ham thích rất quan trọng bắt nguồn từ nhục dục. Người theo Ấn Độ giáo không bác bỏ kinh nghiệm giác quan về cuộc đời, phát triển quan hệ sáng tạo với người khác, biết thẩm mỹ, biểu lộ tình dục. Nhưng người Ấn Độ giáo coi kinh nghiệm này khi được dùng đúng cách và không được coi như là những mục tiêu duy nhất của đời sống. Trách nhiệm tham gia vào hoạt động kinh tế phúc lợi công cộng, bao gồm một số công việc hay nghề nghiệp có giá trị. Mỗi người có bốn phận với chính mình và với xã hội để làm một số công việc có ích. Vì việc này người ấy sẽ nhận được tiền cần thiết cho nhu cầu hằng ngày, và thông qua đó người ấy đóng góp vào phúc lợi chung. Sống đúng theo luân lý hay đạo đức sống. Ta có bốn phận với chính ta và đối với người khác để làm những gì được trông đợi ở chính mình về luân lý và đạo đức. Bốn phận đã được phân định khá rõ ràng tại Ấn

Độ, cho mỗi một đẳng cấp có một luật lệ hành động và thái độ mà mỗi thành viên phải thi hành. Và đối với luật lệ này, một người phát nguyện bằng nỗ lực của mình nếu muốn đạt một đời sống tốt đẹp.

Vào khoảng 800 năm trước Thiên Chúa, Ấn Độ giáo biên soạn bộ kinh U Bà Ni Sà Đa, gồm những câu trả lời của những ẩn sĩ nổi tiếng thời đó trước những câu hỏi về đời sống và vũ trụ. Một thời gian ngắn trước thời Đức Phật, bản kinh U Bà Ni Sà Đa bằng văn xuôi đã được biên soạn, kinh nói về những lời giảng bí mật, chỉ truyền từ thầy sang đệ tử mà thôi. Bộ kinh này được coi là giai đoạn cuối cùng của kinh Vệ Đà, và vì vậy mà được gọi là “Tột đỉnh của Vệ Đà”. Ở đây các yếu tố nghi lễ không có tầm quan trọng như trong các bộ kinh trước, thay vào đó là những lời giảng bí truyền và đầy ẩn tượng về sự tái sinh và đầu thai. Một mặt người ta đi tìm cái nền tảng của thế giới hiện tượng, cốt lõi của vạn hữu ngoại giới, cái đó được gọi là “Brahman”; mặt khác người ta đi tìm cái sự vật hiện hữu tối hậu bên trong mỗi cá nhân, là cái người ta cho là sự sống và ý thức, và cái này được gọi là “Atman”. Kinh U Bà Ni Sà Đa đi đến giáo huấn bí truyền cuối cùng là đồng hóa hai thực tại này, cho rằng “Atman” và “Brahman” chỉ là một thực tại duy nhất. Ranh giới đẳng cấp phản ánh bất công thực sự và thành kiến nặng nề trong đời sống xã hội bình thường. Chính nhiều người Ấn Độ giáo cũng cố gắng thực hiện xóa bỏ một số bất công trắng trợn. Ngay những người trong giai cấp quý tộc cũng đã đem hết sức lực để phục hồi “tiện dân” vào địa vị có đẳng cấp. Ai trong chúng ta cũng đều biết rằng các nền văn minh trên thế giới vốn luôn đi kèm với những sóng gió của việc tranh giành quyền lực và của cải vật chất. Chính điều này đã thúc đẩy mọi sức mạnh tâm linh của con người phải đứng lên chống lại hệ thống bạo lực đương quyền. Tại Ấn Độ những lực lượng đối kháng nổi lên trong những vùng Tây Bắc. Ngay từ lúc mới được thành lập, Phật giáo chủ yếu nhắm đến các tầng lớp thị dân đông đảo. Chính vì vậy mà chúng ta thấy Phật giáo phát triển quanh các vùng Benares và Patna, nơi mà vào thời đại đồ sắt đã sản sinh ra những ông vua đầy tham vọng xuất thân từ quân đội, đã thiết lập các vương quốc mênh mênh với nhiều thành phố rộng lớn. Phần lớn công việc hoằng hóa của Đức Phật đều được thực hiện tại các thành phố lớn, điều này giúp chúng ta lý giải dễ dàng tính cách tri thức trong lời dạy của Ngài, cũng như phong cách thành thị trong ngôn ngữ được sử dụng và tính hợp lý trong các tư tưởng được Ngài

truyền dạy. Để đối kháng với những mê tín về thần quyền, Đức Phật luôn nhấn mạnh rằng Ngài chỉ là người dẫn đường, chứ không phải là một đấng quyền năng, và rằng mọi sự gợi ý chỉ dẫn đều cần phải được chứng nghiệm, kể cả những chỉ dẫn của chính Ngài.

Trong khi Phật giáo bắt đầu nảy mầm tại Ấn Độ thì tại Trung Hoa một trong những tôn giáo lớn của thế giới cũng đang bắt đầu: Khổng giáo. Hệ thống luân lý đạo đức này thoát thai từ giáo lý của Đức Khổng Phu Tử, nhấn mạnh về lòng hiếu, để, trung, lễ, tín, công bằng, liêm sĩ. Khổng Tử sinh vào khoảng năm 557-479 trước Tây lịch, người nước Lỗ. Ông sống vào thời luân lý và văn hóa của Nhà Châu đang suy vi, nên đã cố gắng tìm cách chấn hưng; ông dạy 3.000 đệ tử về thi, sử, lễ và nhạc. Ông là nhà giáo dục vĩ đại của Trung quốc và được người hiện đời gọi ông là “Vạn Thế Sư Biểu.” Tuy nhiên, đạo Khổng và đạo Phật hoàn toàn khác biệt nhau. Đạo Khổng chỉ nặng về gia đình và xã hội, con cái lớn lên lập gia đình, lấy vợ gả chồng, rồi sanh con đẻ cháu nối dõi tông đường, thờ vua giúp nước, vân vân. Ngược lại, đạo Phật thì chủ trương việc xuất gia, rời bỏ gia đình cha mẹ, vợ con, và lục thân quyến thuộc mà đi tu. Cho nên lúc khởi đầu các học giả Khổng học, khi chưa hiểu thấu suốt về đạo Phật, cho rằng đạo Phật là tà giáo ngoại đạo, bỏ cha mẹ, vợ con, phá hoại nền tảng gia đình và xã hội, bất trung bất hiếu. Vì thế mà khi đạo Phật mới được đưa vào Trung Quốc đã bị các học giả Khổng giáo quyết liệt chống đối. Tuy nhiên, Đức Phật và tôn giáo của Ngài được phổ biến rộng rãi phần lớn nhờ vào phương pháp tiếp cận với đa số quần chúng. Ngài yêu cầu đệ tử của Ngài thuyết giảng Phật pháp bằng chính ngôn ngữ của người dân tại đó làm cho dân chúng vô cùng cảm kích. Lão giáo là một trong những tôn giáo lớn của Trung Quốc. Tôn giáo này được Lão Tử sáng lập cùng thời với Phật giáo bên Ấn Độ. Giáo lý của tôn giáo này dựa trên “Đạo” hay con đường tự nhiên. Những người tu tập theo Lão giáo theo truyền thống cố gắng đạt đến trường sanh bất tử, mà theo Phật giáo là một thí dụ cổ điển về chuyện luyện chấp vào thân.

The Period of Pre-Buddhism

About 3,000 years B.C., along the River Indus, there grew up a city-based civilization, known as the “Indus Valley Culture”. The two greatest cities were at Mohenjo Daro and Harrappa, for which reason

this has been termed the “Harrappan Culture”. According to Andrew Skilton in the “Concise History of Buddhism”, this society appears to have been highly organized and very conservative, showing little change over many centuries. Attempts to reconstruct customs and beliefs of this society are largely speculative though most suggestive items that have been recovered, such as seals used in extensive trading, especially in the coastal areas. These show a form of writing, as yet undeciphered. One famous seal shows a masked human figure in a yogic posture, thought by some to be performing a primitive form of yoga or meditation. This civilization gradually declined in around 1,200 years B.C., possibly as a result of environmental changes, most probably the change of direction in the flow of the River Indus.

However, this is not likely to have been linked with the coincidental appearance of invading tribes from the north-west. Probably, these new comers found their way to Northern India when the culture there was in its dead time. Many scholars believed that this was not a military invasion, but a cultural osmosis. No matter what had happened, military invasion, or cultural osmosis, or the dying-out of the “Indus Valley Culture”, this continent had become new homeland for large waves of migrating nomadic tribes, pushed out from their old homeland which originally stretched from Central Europe to Central Asia. After climbing various passes through the Himalayas to the North-West of present day India’s frontier with Nepal, these Aryan tribes began a complete sweep eastward across the entire subcontinent in the next several centuries. These Aryan tribes brought with them their own beliefs of polytheism. They also brought with them their own social caste system, which divided society into three classes: priests, warriors, and farmers. The first of these were professional reciters of hymns and performers of ritual, the predecessors of the later “brahmana” class. The last two classes were similar to the “ksatriya” and “vaisya” classes. All this known because of the survival of the texts produced by these people’s descendants. These are basic scriptures of Brahmanism, not recognizing by Buddhists.

Before Buddhism, Hinduism, the traditional social religious structure of the Indian people and its origin is still mystic. It has neither a founder nor a fixed canon. It incorporated for centuries all aspects of truth. Hindus believe in the law of karma. Hinduism or Brahmanism,

the general name given to the social-cultural-religious system of the Indo-Aryan, who migrated into India just before the dawn of history. The maintenance of the four castes which assures the supremacy of the priest caste, the brahmana. Appeasement of the gods by means of rituals derived from the Sacred Vedas. Complete faith and fidelity to the theory of karma and reincarnation, with rebirth in heaven seen as the final goal of earthly life. There is a universal law, which operates throughout all life. Whatever is sown must be reaped sometime and somewhere. This is the law: every action, every intention to act, every attitude bears its own fruit. A man becomes good by good deeds and bad by bad deeds. It is to say each person is fully responsible for his own condition, and cannot put the blame on anyone else. You are what you are because of what you have done in the past. To a Hindu the past, of course, would include all previous lives or existences. In Hindu tradition, the main duties assigned to women were childbearing and housework. Thus it considers a single life as a wasted life and unmarried women were subject to scoffs. The stories in the Vedas reveal a great deal about the Indian people who were searching for answers about life around them, as well as about the remote universe. The oldest sacred books of Hinduism called the Vedas. They are ancient poems and hymns which were composed more than 3,000 years ago. The Brahmanic rules which the priests use for rituals of worship dated from between 1,200 and 1,000 B.C. The Great Epics are philosophical and religious poems about legendary heroes and gods. They were ancient stories that had been told for generations before they were written at about the first century B.C. A short section of one of the Epics, the Bhagavad Gita, has become the favorite religious text in India.

According to Hindu teachings, every person has a specific place in life and specific responsibilities. Each person is born where he is, and with particular abilities that he has, because of past actions and attitudes. There are four main castes in Hinduism. Within the four castes, there are dozens of sub-divisions. Through the years, more than a thousand levels of castes have appeared in Indian social life; but all belong to one of the four main groups. In ordinary social life, caste lines have frequently reflected real injustices and strong prejudices. Even thoughtful Hindus today realize that abuses have crept into the

system. Many efforts have been made in the direction of straightening out some of the gross injustices. Gandhi was one who gave freely of his energies in restoring the “untouchables” to caste status: First, the intellectual-priest group. Second, the nobility, including the warriors. Third, the administrative group, including merchants and landowners. Fourth, the great masses of people who do the common work of a society. The class of so-called “Untouchables” or “Out-castes” (recently abolished by Indian law) was composed of people who had originally belonged to different sub-groups of the fourth caste, the masses. Through various social and economic conditions, they lost caste or lost their place in society. The most important goal for each person to achieve is release from the influence of past unhappiness. Each person has the fundamental aim all through life of escaping from maya through union with Brahman. The life of pleasure, fulfilment of all normal human desires, including the very important desires rooted in sex. Hindus do not reject the sensory experiences of life, development of creative relationships with other people, aesthetic appreciation, and sexual expression. The Hindus value these experiences when used correctly and not regarded as the only goal of life. Participation in economic activity or public welfare, which includes working in some worthwhile job or profession. Each person has an obligation to himself and to society to do some useful work. For this he receives the wherewithal for his daily needs. Living the right kind of moral or ethical life. One has a duty to him and to others to do what is expected of him morally and ethically. The duty has been rather specifically defined in India, for each caste has a code of actions and attitudes, which are expected of its members. And to this code a person is pledged through all his endeavors if he wishes to attain the good life.

The Upanishads, dating from about 800 B.C., are the answers that the renowned hermit-teachers of that period gave to questions about life and the universe. Shortly before the time of the Buddha, the earliest prose Upanishads were compiled, which dealt with a secret teaching, to be passed from master to disciples only. The Upanishads were regarded as the final stage in the evolution of the Veda, and therefore known as the Vedanta, the “Culmination of the Veda”. The ritual elements so prevalent in the earlier texts are less important here,

and in their place we find a secret teaching on rebirth. According to the Upanishads, on the one hand, people looked for that which was the basis of the external phenomenal world, the underlying essence of all external objects and things, which were termed “Brahman”; on the other hand, they looked for the ultimately existent thing within the individual, that which supports life and consciousness in each of us, to be termed “Atman”. The secret teaching in the Upanishads taught that “Atman” and “Brahman” were one and the same. Caste lines have frequently reflected real injustices and strong prejudices in ordinary social life. Even thoughtful Hindus today realize that abuses have crept into the system. Many efforts have been made in the direction of straightening out some of the gross injustices. Even people belonged to the noble class also tried to restore the “untouchables” to caste higher statuses. We all know that the growth of any civilization in the world has been accompanied by recurrent waves of disillusion with power and material wealth. This very reason mobilized the resources of the spirit against the existing power system. In India the reaction forces arose in the Northwest regions. From the beginning, Buddhism developed around Benares and Patna, where the Iron Age had thrown up ambitious warrior kings, who had established large kingdoms with big cities. In opposition to superstitions in divine power the Buddha always stressed that He was only a guide, not an authority, and that all propositions must be tested, including His own.

While Buddhism sprouted in India, in China one of the great religions also started: Confucianism. The system of morality growing out of the teachings of the Chinese philosopher Confucius, which stressed on filiality, respect for the elderly, loyalty, propriety, faith, justice, decency and shame. Confucius (557-479) was born in the state of Lu. He lived in the time when the moral and cultural tradition of Chou were in rapid decline. In attempting to uphold the Chou culture, he taught poetry, history, ceremonies and music to about 3,000 disciples. He was the first Chinese Great Educator that Chinese people still give him the title “Master of Ten Thousand Years.” However, Confucianism and Buddhism are totally different. Confucianism emphasizes on the ideas of family and society. Confucianism emphasizes on teaching children to grow up, to get married, to bear children and grandchildren, to continue the family line, to be a productive member in society. In

contrast, Buddhism is founded on the essence of 'abandoning worldly ways,' to leave home, to detach from family, parents, wife, husband, children, relatives, friends, etc. Therefore, Confucian scholars considered Buddhism as wicked and false teachings. That was why when Buddhism was first introduced into China, it was strongly opposed by Confucian scholars. However, the popularity of the Buddha and his disciples largely depended upon his method of approach to the masses. The Buddha had asked his disciples to preach his doctrine in the people's own language. The people were naturally impressed. Taoism is one of the big religions in China. This religion was founded by Lao-Tzu, at the same time with Buddhism in India. Its doctrines are based on Tao or way of nature. Taoist practitioners traditionally strive for immortality, which, in Buddhism, is a classic example of deluded attachment to the body.

Tuyển Luận Thứ Hai
The Second Selective Essay

Nguồn Gốc Phát Sinh
Và Sự Thành Hình Phật Giáo

Lịch sử Ấn Độ trước thời kỳ Đức Phật cho thấy Ấn Độ giáo đã được sáng lập và phát triển tại bán đảo Ấn Độ một thời gian rất dài. Nền văn minh Harappan hay văn minh Thung Lũng Ấn Độ, từng được gọi là cái nôi của văn hóa nhân loại, đã thăng hoa vào thế kỷ thứ 28 đến thế kỷ thứ 18 trước Thiên chúa. Nền văn minh này kéo dài từ phía tây Pakistan và phía nam xuống đến thành phố mà bây giờ gọi là Bombay, về phía đông đến tận chân núi dãy Hy Mã Lạp Sơn. Văn minh Harappan rất tiến bộ về cả vật chất lẫn tinh thần. Có bằng chứng cho thấy rằng dân của nền văn minh Harappan rất tiến bộ trong việc dẫn thủy nhập điền và toán học căn cứ vào kiểu nhị phân, giống như kiểu nhị phân đã được dùng trong điện toán hiện đại. Thêm vào đó, những khám phá khảo cổ tại Mohenjo-daro và Harappa cho thấy nền văn minh này có một nền văn hóa tinh thần cực kỳ phát triển. Gần 5000 năm trước đây, dân Ấn Độ đã có một bản chữ viết mà cho đến nay chúng ta vẫn chưa đọc được và họ cũng có một hệ thống tín ngưỡng và tôn giáo nhấn mạnh đến sự giải thoát khỏi nghiệp báo và tái sinh bằng sự từ bỏ và thiền định. Tuy nhiên, khoảng giữa thế kỷ 18 và 15 trước Thiên chúa, Ấn Độ bị một dân tộc gọi là Aryans xâm chiếm. Dân Aryans có nguồn gốc từ Đông Âu, có lẽ những nơi mà bây giờ người ta gọi là Ba Lan và Ukraine. Người Aryans đã mang đến bán đảo Ấn Độ một hệ thống tín ngưỡng và tôn giáo hoàn toàn trái ngược với hệ thống của nền văn minh Harappan. Người Aryans thờ phượng một số thần được nhân cách hóa về các hiện tượng thiên nhiên như thần sấm, thần sét, thần lửa, thần nước, vân vân. Chính vì thế mà ngày nay chúng ta thấy hai tôn giáo lớn ở Ấn Độ đều chịu ảnh hưởng bởi hai nền văn minh Harappan và Aryans. Riêng về Phật giáo, tôn giáo này lấy sự phát triển tôn giáo của nền văn minh Harappan. Những yếu tố quan trọng của nền văn minh Harappan như sự từ bỏ, thiền định, tái sinh, nghiệp và giải thoát, vân vân, cũng là những yếu tố rất quan trọng trong giáo lý Phật giáo.

Khoảng 25 thế kỷ về trước, một con người vĩ đại đã từ bỏ cuộc sống trong cung vàng điện ngọc để làm một du Tăng khát sĩ khổ hạnh ở vùng mà ngày nay là miền Bắc Ấn Độ. Điều này tự nó không lấy gì làm độc đáo: nhiều người khác cũng đi tìm giải thoát tâm linh trong rừng sâu núi thẳm. Tuy nhiên, trong quá trình sự tìm kiếm của người đàn ông này đã đem lại những câu trả lời được truyền lại hết từ thế hệ này sang thế hệ khác và được giải thích tỉ mỉ, làm sáng tỏ, và được giải thích trở lại để thành hình một trong những truyền thống tín ngưỡng đương thời tuyệt vời nhất. Trong thực tế, Phật giáo còn vượt xa hơn một tôn giáo bình thường: tác động tôn giáo và nền văn hóa của nó qua hàng thế kỷ đã vang dội khắp vùng Nam và Đông Nam Châu Á và gần đây là ở Tây phương, truyền thống này trở nên thật rộng lớn và biến đổi đến nỗi khiến cho những người có cái nhìn thoáng qua hơi hợt dường như cho nó có vẻ rời rạc hơn là liên tục. Tuy vậy, phía sau nhiều sự thiếu hợp lý là một dòng liên kết quen thuộc mà người ta có thể nhận ra. Tất cả những hình thức của Phật giáo đều có chung những cội rễ và tất cả đều được thúc đẩy bởi sự tìm kiếm để đạt được một trạng thái mãn nguyện bền vững lâu dài nhờ sự phát triển tâm linh và đạo đức. Tất cả đều liên quan đến một con đường nào đó đi đến sự chứng nghiệm giác ngộ của một con người, con người ấy được gọi là Phật. Đạo Phật xuất hiện ở Ấn Độ vào thế kỷ thứ 5 trước Tây lịch và tất cả những hình thức biến đổi của nó có thể lần ra từ cội nguồn này. Theo lịch sử thời cổ đại của Ấn Độ, sự khởi đầu mang tính lịch sử chính xác của truyền thống có một chút gì không rõ ràng lắm, vì vào thời đó khắp xứ Ấn Độ có quá nhiều vương quốc nhỏ. Tuy nhiên, không còn nghi vấn gì về chuyện vào khoảng thế kỷ thứ 5 trước Tây lịch, có một vị thầy với khả năng đặc biệt để thu hút môn đệ, có thể là thành viên của dòng tộc Thích Ca trong thành Ca Tỳ La Vệ, ngày nay thuộc vương quốc Népal, bắt đầu thuyết giảng một phương cách giải quyết mới về vấn đề cứu độ đã có từ lâu trước đó. Người ta cho rằng giáo lý của Ngài là phản ứng đối với nền văn hóa thống trị Bà La Môn vào thời đại của Ngài, được tập trung vào hệ thống giáo lý Vệ Đà và những tục lệ tế thần được giai cấp giáo sĩ Bà La Môn tiến hành. Kỳ thật không phải như vậy, giáo lý của Đức Phật rất đơn giản, nó biểu thị lòng nhân ái của con người đối với con người. Điều quan trọng nhất trong đạo Phật là một tâm hồn thanh cao, một trái tim đôn hậu và những cảm xúc nồng ấm. Đức Phật tin rằng mỗi người đều có một cơ

hội để chuyển hóa và giác ngộ là thành quả tối thượng của mỗi người. Tuy vậy, Phật giáo cũng tác động đến đời sống tín ngưỡng và tri thức của Ấn Độ hơn 16 thế kỷ. Nó có một vai trò cơ bản trong việc xác định rõ nền văn hóa Ấn Giáo, và một trong những thế kỷ đầu của nó nó thật sự làm cho người ta bối rối trong xã hội Ấn Độ (cùng với những giáo lý tâm linh khác trong tiểu lục địa Ấn Độ) chính điều này dẫn đến sự suy nghĩ lệch lạc của người ta về nó như là một phong trào cải cách về ý thức bản thân. Phật giáo trở thành một tôn giáo có cơ sở tu viện, hưởng được sự bảo trợ của hoàng gia, nhưng vào khoảng thế kỷ thứ 8 nó gánh chịu sức ép của Ấn Độ giáo đang phục hưng. Sự suy tàn của nó xuống nhanh do bởi sự xâm lăng của Hồi giáo từ phương Bắc vào thế kỷ thứ 7 và sức ép này tiếp tục gia tăng trong suốt 8 thế kỷ sau đó. Với sự cướp phá tàn nhẫn những trường đại học lớn của Phật giáo vào cuối thế kỷ thứ 12, từ đó Phật giáo hoàn toàn biến mất ở Ấn Độ. Giáo lý của Đức Phật chưa bao giờ dành riêng cho một giai cấp hay một khu vực địa lý nào. Đức Phật và những môn đệ của Ngài đi khắp vùng Bắc Ấn trong suốt mùa khô, rất lâu trước khi đạo Phật biến mất ở Ấn Độ, các nhà sư Phật giáo và khách lữ hành đã mang Phật giáo đi đến khắp các miền Á Châu, từ Sri Lanka, Miến Điện, Cao Miên, Lào, Trung quốc, Nhật Bản, Triều Tiên, Thái Lan và Việt Nam, nhưng một số ít của các nơi có truyền thống này bám rễ vững chắc. Phật giáo đặc biệt dễ đáp ứng để mở rộng do bởi tính cách phổ biến của giáo pháp của Đức Phật. Chân lý của Ngài được dành cho mọi người, bất kể địa vị xã hội hoặc tầng lớp thu hút họ đi theo con đường dẫn đến giác ngộ và sự diệt khổ. Không có mối liên kết một nơi đặc biệt cũng không thuộc một tầng lớp thượng lưu độc quyền, đạo Phật thường xuyên tìm cách kết hợp chặt chẽ với phong tục địa phương và những đức tin đó được kết hợp với đời sống xã hội. Chính điều này đã làm cho Phật giáo rất ảnh hưởng và trở thành một truyền thống vô cùng đa dạng, tuy thế nó vẫn tìm cách giữ gìn cốt lõi giáo pháp của mình.

Vào thế kỷ thứ 7 trước Tây lịch, Ấn Độ gồm 16 vùng lãnh thổ, tám vùng là tám vương quốc, còn tám vùng khác là các xứ Cộng Hòa. Xã hội Ấn Độ trước thời Đức Phật và ngay trong thời Đức Phật là một xã hội đầy khủng hoảng, đặc biệt nhất là những sự tranh chấp quyền lực và của cải vật chất. Nhiều người không thể tìm ra câu trả lời thỏa mãn về những khó khăn xáo trộn trong đời sống hằng ngày của họ. Vì sự không toại nguyện này mà trong thời gian này đã có rất nhiều cải cách

tôn giáo xuất hiện trong cố gắng tìm ra lối thoát cho Ấn Độ giáo ra khỏi tính nông cạn của nó. Một trong những cải cách này là Phật giáo. Ngay từ khoảng năm 600 trước Tây lịch, Đức Phật chẳng những đã đề xướng tứ diệu đế như căn bản học thuyết như chúng đã hiện ra khi Ngài đại ngộ, mà Ngài còn chỉ cho mọi người làm cách nào để sống một cách khôn ngoan và hạnh phúc, vì thế mà giáo pháp của Ngài đã lan rộng từ xứ Ấn Độ ra khắp các miền châu Á, và xa hơn thế nữa. Về mặt tâm linh mà nói, Ngài đã thúc đẩy con người đứng lên chống lại hệ thống bạo lực đang tồn tại thời đó. Kỳ thật Phật giáo không phải là một tôn giáo mới mẽ ở Ấn Độ, mà nó là một biểu tượng của sự ly khai với Ấn Độ giáo. Như chúng ta thấy, trong khi kinh Vệ Đà cổ võ việc cho phép giết súc vật để dâng cúng thần linh thì Phật giáo kịch liệt bài bác những kiểu tế lễ như thế. Hơn thế nữa, Phật giáo còn tiến hành nhiều cuộc vận động mạnh mẽ chống lại việc tế lễ này. Bởi vì nghi thức tế lễ đòi hỏi phải được thực hiện bởi những người Bà La Môn, là những người chuyên môn về nghi lễ tôn giáo thời đó, trong khi thường dân từ thế hệ này qua thế hệ khác chỉ có thể làm những việc tay chân mà thôi. Chính vì thế mà đạo Phật bác bỏ hoàn toàn hệ thống giai cấp ở Ấn Độ thời bấy giờ. Và Đức Phật bác bỏ mọi sự tự cho mình là dòng dõi cao sang như kiểu tự hào của giai cấp Bà La Môn. Đạo Phật bác bỏ mọi sự phân biệt trong xã hội giữa người với người và nói rằng chính cái nghiệp, tức là những việc làm của một người, mới quyết định sự danh giá hay thấp hèn của người đó mà thôi. Đức Phật khẳng định với các đệ tử của Ngài: “Việc nhấn mạnh đến sự bình đẳng về địa vị xã hội, căn cứ trên việc làm của một người chứ không phải trên dòng dõi của họ.” Một ý tưởng cách mạng khác mà chúng ta có thể tìm thấy trong Phật giáo là tôn giáo này mở rộng cửa đón nhận cả nam giới lẫn nữ giới trong đời sống tu tập. Ngoài các ni sư và các nữ Phật tử tại gia nổi tiếng như Khema, Patacara, Dhammadinna, Sujata, Visakha, và Samavati, ngay cả những cô gái điếm như Amrapali cũng không bị chối bỏ cơ hội sống đời tu hành phạm hạnh. Chính vì thế mà từ lúc mà đạo Phật bắt đầu tại vùng Đông Bắc Ấn cho đến ngày nay đã gần 26 thế kỷ, nó đã chẳng những đi sâu vào lòng của các dân tộc châu Á, mà từ thế kỷ thứ 19 nó đã trở thành nguồn tư tưởng tu tập cho nhiều người ở Âu châu và Mỹ châu nữa.

Vào khoảng thế kỷ thứ 7 trước Tây lịch, là lúc nhiều người Ấn Độ nghi ngờ tôn giáo của chính xứ sở họ. Họ sợ hãi vì muôn đời phải đầu

thai vào một giai cấp. nếu họ thuộc giai cấp cùng đinh, họ phải tiếp tục đầu thai vào giai cấp này hết đời này qua đời khác. Thoạt đầu, Đức Phật luôn bị dày vò bởi những câu hỏi như “Tại sao có bất hạnh?”, “Làm sao con người được hạnh phúc?”, vân vân. Ngài chuyên tâm tu tập khổ hạnh, nhưng sau sáu năm kiên trì tìm kiếm và tích cực hy sinh, Ngài vẫn không tìm ra được câu trả lời cho những vấn đề này. Sau sáu năm tìm kiếm sự giải thoát bằng con đường khổ hạnh, Thái tử Tất Đạt Đa quyết định tìm câu trả lời qua tư tưởng và thiền định. Sau 49 ngày đêm thiền định dưới cội Bồ Đề, Ngài đã trở thành một người “Giác Ngộ”. Con đường mà Đức Phật tìm ra là con đường “Trung Đạo” giữa những cực đoan. Những cực đoan phải tránh là một mặt quá ham mê đời sống nhục dục, mặt khác là đời sống khổ hạnh. Cả hai cực đoan này dẫn đến sự mất quân bình trong cuộc sống. Cả hai cực đoan chẳng bao giờ có thể đưa ai đến mục tiêu thật sự giải thoát khỏi khổ đau và phiền não. Đức Phật tuyên bố: “Muốn tìm con đường Trung Đạo hòa hợp với cuộc sống, mỗi người phải tự mình thận trọng tìm kiếm, không nên phí thì giờ vào việc tranh cãi. Mỗi người phải thăm dò và tự thực nghiệm, không có ngoại lệ.” Trải qua gần hai mươi sáu thế kỷ, cả Phật giáo Đại Thừa lẫn Tiểu Thừa đã chứng tỏ có thể thích ứng với những hoàn cảnh thay đổi và với những dân tộc khác nhau. Vì thế mà Phật giáo sẽ tiếp tục là một ảnh hưởng thật sự trong đời sống tâm linh của nhiều dân tộc trên thế giới với niềm tin là những điều Đức Phật khám phá ra có thể giúp đỡ hầu hết mọi người. Với câu hỏi “Tại sao tôi không hạnh phúc?” Đức Phật gợi ý: vì bạn tràn đầy mong muốn, cho đến khi sự mong muốn là sự khao khát thì nó không thể nào được thỏa mãn dù bạn đã được những thứ mà bạn muốn. Như vậy “Làm thế nào để tôi có hạnh phúc?” Bằng cách chấm dứt mong muốn. Giống như ngọn lửa sẽ tự nhiên tắt khi bạn không châm thêm dầu vào, cho nên sự bất hạnh của bạn chấm dứt khi nhiên liệu tham dục thái quá bị lấy đi. Khi bạn chiến thắng được lòng ích kỷ, những thói quen và hy vọng đại dột, hạnh phúc sẽ thực sự hiện ra.

The Origination and the Formation of Buddhism

Indian history before the Buddha's time showed that Hinduism had been founded and developed on the Indian peninsula for a long time ago. Civilization of Harappan or the civilization of the Indus Valley

which was known as the cradles of human culture, flourished from the 28th century B.C. till the 18th century B.C. This civilization extended from what is now western Pakistan and to the south near present-day Bombay and to the east near Shimla, in the foothills of the Himalayas. Harappan Civilization was very advanced both materially and spiritually. There is evidence that the people of this civilization exhibited great skills in irrigation, mathematics based on binary models, the same model employed in modern computing. In addition, archaeological discoveries from Mohenjo-daro and Harappa showed that that civilization had a very highly developed culture. Almost 5,000 years ago, Indian people already had a scrip that remains undeciphered to date and they had a system of beliefs and religions which stressed on the liberation of the bondages of karmas and rebirths through renunciation and meditation. However, between 1800 B.C. and 1500 B.C., India was invaded by a people known as Aryans. Aryans originated from Eastern Europe, perhaps where are now called Poland and Ukraine. The Aryans brought to the Indian peninsula a totally different system of beliefs and religion. The Aryans worshipped a number of gods who were personifications of natural phenomena, such as the god of thunder and lightning, the god of fire, of water, etc. Thus, nowadays we can see, two big religions in India inherited from both Harappan and Aryan traditions. For Buddhism, this religion draws most of its inspiration from the religious culture of the Harappan Civilization. The most important elements of the Harappan Civilization such as renunciation, meditation, rebirth, karma, and liberation... are also important in Buddhist theories.

Some twenty-five centuries ago a great man took up the life of a wandering ascetic in what is today Northern India. This in itself was not a unique event: many others also sought spiritual liberation walking in the deep forests and high mountains. However, this man's quest resulted in answer that have been handed down to successive generations and, in the process, have been elaborated, interpreted and reinterpreted to form one of the greatest living religious traditions. In fact, Buddhism is much more than a religion: its cultural and philosophical impact has for centuries reverberated throughout South and Southeast Asia and, more recently, in the West. The tradition has become so vast and diverse that a superficial glance seems to reveal

more disparity than continuity. Nevertheless, behind the many incongruities there is a recognizable common thread. All forms of Buddhism share the same roots and all are motivated by the quest to attain a long-lasting state of contentment through mental, spiritual and moral development. All relate in some way to the enlightenment experience of one man, who is known as the "Buddha." Buddhism began in India in the 5th century B.C. and all its variants can be traced to these origins. According to ancient Indian history, the precise historical beginning of the tradition is somewhat obscure, for at that time there were so many small kingdoms all over India. However, there is no question that around the 5th century B.C., an exceptionally charismatic teacher, probably a member of the Sakya clan in Kapilavastu, in present day Nepal, began to preach a new approach to the age-old problem of salvation. It has been suggested that his teaching was a reaction to the dominant "Brahmanical" culture of his time, which centered on the Vedas and on the sacrificial practices that were carried out by the priestly class. As a matter of fact, Buddhism is very simple. This religion is a demonstration of kindness towards other human beings. The most important thing in Buddhism is a good mind and warm feelings. The Buddha believes that each individual has an opportunity to change his own life and enlightenment is the utmost achievement of everybody. However, Buddhism exerted an enormous influence on the intellectual, religious and cultural life of India for more than sixteen centuries. It played a formative part in defining Hindu culture and, during its first centuries, was so enmeshed in Indian society (together with other spiritual teachings of the subcontinent) that it is misleading to think of it as a self-conscious reformist movement. Buddhism became established as a monastic religion, enjoying spells of royal patronage, but around the 8th century it came under pressure from a resurgent Hinduism. Its decline was precipitated by Muslim invasions from the North, which began in the 7th century and gradually intensify during the following eight centuries. With the ruthless sacking of the great Buddhist universities at the end of the 12th century, Buddhism all but disappeared from India. The teachings of Buddhism have never been exclusive to one class or limited to one geographical area. The Buddha and his monks spent the dry months wandering in what is today northern India and, long before Buddhism's

disappearance from India, their beliefs were carried by monks and travelers all over Asia, to Sri Lanka, Burma, Cambodia, Laos, China, Japan, Korea, Thailand, Tibet and Vietnam, to name but few of the places where the tradition has taken root. Buddhism is particularly amenable to expansion because of the universality of the Buddha's teaching. His Dharma (Truth) is designed to appeal to every individual, regardless of rank or class, inviting him or her to follow the path leading to enlightenment and the cessation of suffering. Being linked to neither a specific place nor a single society, Buddhism has generally managed to incorporate the local customs and beliefs that it has encountered in its expansion, especially that are traditionally associated with the social life. This has opened up Buddhism to a host of influence and has resulted in a greatly varied tradition, which nevertheless manages to preserve the core of its teaching.

About 7 centuries B.C., India was divided into sixteen zones, eight of which were kingdoms and the remaining republics. Indian society before and at the time of the Buddha was a society that had full of conflicts, especially struggles for power and material wealth. During this period many people were not able to find satisfaction in Hinduism to their daily life's disturbing problems. Because of this dissatisfaction, some religious reforms shortly arose in an attempt to rid Hinduism of its superficiality. One of these reforms was to be the beginning of Buddhism. About 600 B.C., the Buddha not only expounded the four Noble Truths as the core of his teaching, which he had recognized in the moment of his enlightenment, He had also shown people how to live wisely and happily, and therefore, his teachings soon spread from India throughout Asia, and beyond. Spiritually speaking, He mobilized people to stand up to fight against the existing power system. In fact, Buddhism is not a new religion in India, it is only a symbol of separation with Hinduism. As we can see while the religion of the Veda allowed animal sacrifice to propitiate the gods, Buddhism set its face against sacrifices. Moreover, Buddhism waged strong campaigns against this practice. Because the sacrificial ritual required the services of Brahmins, who had specialized in religious ceremonies, while ordinary people, from one generation to another, could only do labor works. Thus, Buddhism denounced the Caste system at that time in India. And the Buddha denounced all claims to superiority on the

ground of birth as the Brahmins claimed. Buddhism denounced all social distinctions between man and man, and declared that it was 'karma', the action of man, that determined the eminence or lowness of an individual. The Buddha confirmed with his disciples: "The insistence on the equality of social status based on one's actions and not on the lineage of birth of that person." Another revolutionary idea we can find in Buddhism was the fact that it widely opened the doors of organized religious life to women and men alike. In addition to distinguished nuns and lay Buddhist-women, such as Khema, Patacara, and Dhammadinna, Sujata, Visakha, and Samavati, even courtesans like Amrapali were not denied opportunities to embrace the religious life. For these reasons, from the beginning in Northeast India almost 26 centuries ago, Buddhism penetrated not only in the heart of Asian people, but since the nineteenth century it also became part of the thinking and practice of a lot of people in Europe and America as well.

About the Seventh Century B.C., many people questioned the value of their own religion: Hinduism. According to Hinduism's theories, they had to be reborn to the same class forever. If they belonged to the class of Sudra, they would be reborn into that class life after life. At first, Prince Siddhartha always concerned with burning questions as: "Why was there unhappiness?", or "How could a man be happy?", etc. He diligently performed ascetic practices, but after six years of persevering search and strenuous self-denial, He still had not found the answers for these problems. After spending six years in seeking a solution of emancipation through ascetic practices without any success, Prince Siddhartha determined to find the answer in thought and meditation. After 49 days and nights of meditation under the Bodhi Tree, He had become the "Awakened One". The path that the Buddha had found was the "Middle Path", which was in between extremes. The extremes to be avoided were the life of sensual indulgence on the one hand and the life of drastic asceticism on the other. Both led to out-of-balance living. Neither led to the true goal of release from sufferings and afflictions. The Buddha declared: "To find the Middle Path to harmonious living, each person must search thoughtfully, not wasting any time in wordy arguments. Each person must explore and experiment for himself without any exception." During almost twenty-six centuries, both Mahayana and Hinayana

Buddhism have proved adaptable to changing conditions and to different peoples in the world with the belief that what the Buddha discovered can help almost everyone. For the question “Why am I unhappy?” the Buddha suggests: because you fill yourself with wanting, until the wanting is a thirst that cannot be satisfied even by the things you want. “How can I be happy?” By ceasing to want. Just as a fire dies down when no fuel is added, so your unhappiness will end when the fuel of excessive is taken away. When you conquer selfish, unwise habits and hopes, your real happiness will emerge.

Tuyển Luận Thứ Ba
The Third Selective Essay

Đức Phật Của Chúng Ta

Phật Đản Sanh: Vào năm 563 trước Tây lịch, một cậu bé được sanh ra trong một hoàng tộc tại miền Bắc Ấn Độ. “Trên trời dưới trời, riêng ta cao nhất. Trên trời dưới trời riêng ta tôn quý nhất (Thiên Thượng Thiên Hạ Duy Ngã Độc Tôn).” Theo truyền thuyết Ấn Độ, đó là lời Đức Phật lúc Ngài mới giáng sanh từ bên sườn phải Hoàng Hậu Ma Da và bước bảy bước đầu tiên. Đây không phải là một câu nói cao ngạo mà là câu nói để chứng tỏ rồi đây Ngài sẽ hiểu được sự đồng nhất của bản tánh thật của toàn vũ trụ, chứ không phải là bản ngã theo thế tục. Lời tuyên bố này cũng là thường pháp của chư Phật ba đời. Đối với Đại Thừa, Ngài là tiêu biểu cho vô lượng chư Phật trong vô lượng kiếp. Hoàng tử này trưởng thành trong giàu sang xa xỉ, nhưng sớm nhận ra tiện nghi vật chất và sự an toàn trên thế gian không đem lại hạnh phúc thật sự. Ngài động lòng trắc ẩn sâu xa trước hoàn cảnh khổ đau quanh Ngài, chính vì vậy mà Ngài nhất định tìm cho ra chìa khóa đưa đến hạnh phúc cho nhân loại. Vào năm 29 tuổi Ngài rời bỏ vợ đẹp con ngoan và cung vàng điện ngọc để cất bước lên đường học đạo với những bậc thầy nổi tiếng đương thời. Những vị thầy này dạy Ngài rất nhiều nhưng không vị nào thật sự hiểu biết nguồn cội của khổ đau phiền não của nhân loại và làm cách nào để vượt thoát khỏi những thứ đó. Cuối cùng sau sáu năm tu học và hành thiền, Ngài liễu ngộ và kinh qua kinh nghiệm tận diệt vô minh và thành đạt giác ngộ. Từ ngày đó người ta gọi Ngài là Phật, bậc Chánh Đẳng Chánh Giác. Trong 45 năm sau đó Ngài chu du khắp miền Bắc Ấn để dạy người những gì mà Ngài đã chứng ngộ. Lòng từ bi và hạnh nhẫn nhục của Ngài quả thật kỳ diệu và hàng vạn người đã theo Ngài, trở thành tín đồ Phật giáo. Đến năm Ngài 80 tuổi, dù xác thân già yếu bệnh hoạn, nhưng lúc nào Ngài cũng hạnh phúc và an vui, cuối cùng Ngài nhập Niết Bàn vào năm 80 tuổi. Lìa bỏ gia đình không phải là chuyện dễ dàng cho Đức Phật. Sau một thời gian dài đắn đo suy nghĩ Ngài đã quyết định lìa bỏ gia đình. Có hai sự lựa chọn, một là hiến thân Ngài cho gia đình, hai là cho toàn thể thế gian. Sau cùng, lòng từ bi vô lượng của Ngài đã khiến Ngài tự cống hiến đời mình cho thế gian. Và mãi cho đến nay cả thế

giới vẫn còn thọ hưởng những lợi ích từ sự hy sinh của Ngài. Đây có lẽ là sự hy sinh có nhiều ý nghĩa hơn bao giờ hết.

Hiện nay vẫn còn nhiều bàn cãi về năm sanh chính xác của Đức Phật; tuy nhiên ý kiến của phần đông chọn năm 623 trước Tây Lịch. Ngày Phật đản sanh là ngày trăng tròn tháng 4, đó là một ngày tuyệt đẹp. Tiết trời trong sạch, gió mát thoang thoảng. Trong vườn trăm hoa đua nở, tỏa hương ngào ngạt, chim hót líu lo... tạo thành một cảnh tượng thần tiên ở thế gian để đón chào sự đản sanh của Thái Tử. Theo truyền thuyết Ấn Độ thì lúc đó đất trời rung động, từ trên trời cao tuôn đổ hai dòng nước bạc, một ấm một mát, tắm gội cho thân thể của Thái Tử. Ngày nay các quốc gia theo truyền thống Phật giáo, tổ chức ngày Đại lễ Phật Đản vào khoảng giữa tháng tư âm lịch. Cũng theo truyền thuyết Ấn Độ, ngày Phật Đản sanh đáng tin cậy, có lẽ vào ngày mồng 8 tháng 4; tuy nhiên, tất cả các nước theo Phật giáo lấy ngày trăng tròn tháng tư làm lễ kỷ niệm. Đối với cộng đồng Phật giáo, ngày lễ quan trọng nhất nhất là ngày lễ Phật Đản. Đó là ngày trăng tròn tháng tư. Hàng triệu người trên thế giới cử hành lễ Phật Đản. Ngày này được gọi là ngày Vesak tại xứ Tích Lan, ngày Visakha Puja tại Thái Lan. Vào ngày này, Phật tử tại vài xứ như Trung Hoa, Đại Hàn tham dự vào lễ “Tắm Phật.” Họ rưới nước thơm vào tượng Phật Đản Sanh. Việc này tượng trưng cho thanh tịnh nơi tâm ý và hành động. Chùa viện được trang hoàng bông hoa cờ phướn; trên bàn thờ đầy lễ vật cúng dường. Những bữa cơm chay được dọn ra cho mọi người. Người ta làm lễ phóng sanh. Đây được xem như là ngày thật vui cho mọi người. Theo truyền thống Nguyên Thủy, ngày Phật Đản sanh, có lẽ vào ngày mồng 8 tháng 4; tuy nhiên, tất cả các nước theo Phật giáo lấy ngày trăng tròn tháng tư làm lễ kỷ niệm. Đây là một trong những ngày lễ quan trọng nhất của Phật giáo, vì ngày đó vừa là ngày Đức Phật đản sanh, thành đạo và đạt niết bàn. Theo truyền thống Đại Thừa, ngày rằm tháng tư là ngày mà các nước theo truyền thống Phật giáo tổ chức ngày lễ kỷ niệm Phật Đản sanh, xuất gia, thành đạo và nhập Niết bàn. Lễ Vesak gồm có một thời giảng pháp, một buổi quán niệm về cuộc đời Đức Phật, các cuộc rước xung quanh nơi thờ. Ngoài ra ngày Vesak còn là dịp nhắc nhở chúng ta cố gắng đạt tới Đại giác.

Dù Đức Phật đã nhập diệt, nhưng trên 2.500 năm sau những giáo thuyết của Ngài vẫn còn tế độ rất nhiều người, gương hạnh của Ngài vẫn còn là nguồn gợi cảm cho nhiều người, và những lời dạy dỗ của

Ngài vẫn còn tiếp tục biến đổi nhiều cuộc sống. Chỉ có Đức Phật mới có được oai lực hùng mạnh tồn tại sau nhiều thế kỷ như thế ấy. Đức Phật không bao giờ tự xưng rằng Ngài là một thần linh, là con của thần linh, hay là sứ giả của thần linh. Ngài chỉ là một con người đã tự cải thiện để trở nên toàn hảo, và Ngài dạy rằng nếu chúng ta noi theo gương lành ấy chính ta cũng có thể trở nên toàn hảo như Ngài. Ngài không bao giờ bảo đệ tử của Ngài thờ phượng Ngài như một thần linh. Kỳ thật Ngài cấm chỉ đệ tử Ngài làm như vậy. Ngài bảo đệ tử là Ngài không ban phước cho những ai thờ phượng Ngài hay giáng họa cho ai không thờ phượng Ngài. Ngài bảo Phật tử nên kính trọng Ngài như một vị Thầy. Ngài còn nhắc nhở đệ tử về sau này khi thờ phượng lễ bái tượng Phật là tự nhắc nhở chính mình phải cố gắng tu tập để phát triển lòng yêu thương và sự an lạc với chính mình. Hương của nhang nhắc nhở chúng ta vượt thắng những thói hư tật xấu để đạt đến trí tuệ, đèn đốt lên khi lễ bái nhằm nhắc nhở chúng ta đuốc tuệ để thấy rõ rằng thân này rồi sẽ hoại diệt theo luật vô thường. Khi chúng ta lễ lạy Đức Phật là chúng ta lễ lạy những giáo pháp cao thượng mà Ngài đã ban bố cho chúng ta. Đó là cốt tủy của sự thờ phượng lễ bái trong Phật giáo. Nhiều người đã lầm hiểu về sự thờ phượng lễ bái trong Phật giáo, ngay cả những Phật tử thuần thành. Người Phật tử không bao giờ tin rằng Đức Phật là một vị thần linh, thì không có cách chi mà họ có thể tin rằng khối gỗ hay khối kim loại kia là thần linh. Trong Phật giáo, tượng Phật được dùng để tượng trưng cho sự toàn thiện toàn mỹ của nhân loại. Tượng Phật cũng nhắc nhở chúng ta về tầm mức cao cả của con người trong giáo lý nhà Phật, rằng Phật giáo lấy con người làm nòng cốt, chứ không phải là thần linh, rằng chúng ta phải tự phản quang tự kỷ, phải quay cái nhìn vào bên trong để tìm trạng thái toàn hảo trí tuệ, chứ không phải chạy đông chạy tây bên ngoài. Như vậy, không cách chi mà người ta có thể nói rằng Phật tử thờ phượng ngẫu tượng cho được. Kỳ thật, từ xa xưa lắm, con người nguyên thủy tự thấy mình sống trong một thế giới đầy thù nghịch và hiểm họa. Họ lo sợ thú dữ, lo sợ không đủ thức ăn, lo sợ bệnh hoạn và những tai ương hay hiện tượng thiên nhiên như giông gió, bão tố, núi lửa, sấm sét, vân vân. Họ không cảm thấy an toàn với hoàn cảnh xung quanh và họ không có khả năng giải thích được những hiện tượng ấy, nên họ tạo ra ý tưởng thần linh, nhằm giúp họ cảm thấy thoải mái tiện nghi hơn khi sự việc trôi chảy thuận lợi, cũng như có đủ can đảm vượt qua những lúc lâm nguy, hoặc

an ủi khi lâm vào cảnh bất hạnh, lại cho rằng thượng đế đã sắp đặt an bài như vậy. Từ thế hệ này qua thế hệ khác, người ta tiếp tục niềm tin nơi “thượng đế” từ cha anh mình mà không cần phải đắn đo suy nghĩ. Có người cho rằng họ tin nơi thượng đế vì thượng đế đáp ứng những thỉnh nguyện của họ mỗi khi họ lo âu sợ hãi. Có người cho rằng họ tin nơi thượng đế vì cha mẹ ông bà họ tin nơi thượng đế. Lại có người cho rằng họ thích đi nhà thờ hơn đi chùa vì những người đi nhà thờ có vẻ sang trọng hơn những người đi chùa. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng mỗi tôn giáo có một niềm tin riêng biệt. Người Phật tử chúng ta không thể nào lấy tôn giáo này để so sánh với tôn giáo khác, cũng không thể nào nói tôn giáo này hơn tôn giáo khác được. Cẩn trọng!

Đại Sự Nhân Duyên: Phật Ra Đời Vì Một Đại Sự Nhân Duyên. Phật xuất hiện vì một đại sự nhân duyên: Khai thị cho chúng sanh ngộ nhập tri kiến Phật, hay là giác ngộ theo kinh Pháp Hoa, Phật tánh theo kinh Niết Bàn và thiên đường cực lạc theo kinh Vô Lượng Thọ. Theo kinh Tăng Nhất A Hàm, Đức Phật là một chúng sanh duy nhất, một con người phi thường, xuất hiện trong thế gian này, vì lợi ích cho chúng sanh, vì hạnh phúc của chúng sanh, vì lòng bi mẫn, vì sự tốt đẹp của chư nhơn Thiên. Đức Phật đã khai sáng ra đạo Phật. Có người cho rằng đạo Phật là một triết lý sống chứ không phải là một tôn giáo. Kỳ thật, Phật giáo không phải là một tôn giáo theo lối định nghĩa thông thường, vì Phật giáo không phải là một hệ thống tín ngưỡng và tôn sùng lễ bái trung thành với một thần linh siêu nhiên. Đạo Phật cũng không phải là một thứ triết học hay triết lý suông. Ngược lại, thông điệp của Đức Phật thật sự dành cho cuộc sống hằng ngày của nhân loại: “Tránh làm điều ác, chuyên làm việc lành và thanh lọc tâm ý khỏi những nhiễm trước trần thế.” Thông điệp này ra đời từ sự thực chứng chân lý của Đức Phật. Dù sống trong cung vàng điện ngọc với đủ đầy vật chất xa hoa, Đức Phật vẫn luôn suy tư sâu xa tại sao chúng sanh phải chịu khổ đau phiền não trên cõi trần thế này. Cái gì gây nên sự khổ đau phiền não này? Một ngày nọ, lúc thiếu thời của Đức Phật, khi đang ngồi dưới một tàng cây, Ngài bỗng thấy một con rắn xuất hiện và đớp lấy một con lươn. Trong khi cả hai con rắn và lươn đang quần thảo, thì một con điều hâu sà xuống chộp lấy con rắn với con lươn còn trong miệng. Sự cố này là một thời điểm chuyển biến quan trọng cho vị hoàng tử trẻ về việc thoát ly cuộc sống thế tục. Ngài thấy rằng sinh vật trên cõi đời này chẳng qua chỉ là những miếng mồi cho nhau. Một con bắt, còn con

kia trốn chạy và hễ còn thế giới này là cuộc chiến cứ mãi đằng co không ngừng nghỉ. Tiến trình săn đuổi và tự sinh tồn không ngừng này là căn bản của bất hạnh. Nó là nguồn gốc của mọi khổ đau. Chính vì thế mà Thái tử quyết tâm tìm phương chấm dứt sự khổ đau này. Ngài đã xuất gia năm 29 tuổi và sáu năm sau, Ngài đã thành đạo. Theo Đức Phật, luật “Nhơn Quả Nghiệp Báo” chi phối chúng sanh mọi loài. Nghiệp có nghĩa đơn giản là hành động. Nếu một người phạm phải hành động xấu thì không có cách chi người đó tránh khỏi được hậu quả xấu. Phật chỉ là bậc đạo sư, chỉ dạy chúng sanh cái gì nên làm và cái gì nên tránh, chứ Ngài không thể nào làm hay tránh dùm chúng sanh được. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật đã chỉ dạy rõ ràng: “Bạn phải là người tự cứu lấy mình. Không ai có thể làm gì để cứu bạn ngoại trừ chỉ đường dẫn lối, ngay cả Phật”.

Theo quan điểm Phật giáo, tất cả những hoàn cảnh chúng ta gặp trong đời đều là những biểu hiện của tâm ta. Đây là sự hiểu biết căn bản của đạo Phật. Từ cảnh ngộ khổ đau phiền não, rắc rối, đến hạnh phúc an lạc... đều có gốc rễ nơi tâm. Vấn đề của chúng ta là chúng ta luôn chạy theo sự dẫn đạo của cái tâm lăng xăng ấy, cái tâm luôn nảy sanh ra những ý tưởng mới. Kết quả là chúng ta cứ bị cám dỗ từ cảnh này đến cảnh khác với hy vọng tìm được hạnh phúc, nhưng chỉ gặp toàn là mệt mỏi và thất vọng, và cuối cùng chúng ta bị xoay vòng mãi trong vòng luân hồi sanh tử. Giải pháp không phải là ức chế những tư tưởng hay những ham muốn, vì điều này không thể nào được, cũng giống như lấy đá mà đè lên cỏ, cỏ rồi cũng tìm đường ngoi lên để sinh tồn. Chúng ta phải tìm một giải pháp tốt hơn giải pháp này. Chúng ta hãy thử quan sát những ý nghĩ của mình, nhưng không làm theo chúng. Điều này có thể khiến chúng không còn năng lực áp chế chúng ta, từ đó tự chúng đào thải lấy chúng. Phật tử chân thuần không xem Đức Phật có thể cứu rỗi cho mình thoát khỏi những tội lỗi cá nhân của chính chúng ta. Ngược lại, chúng ta nên xem Phật là bậc toàn giác, là vị cố vấn toàn trí, là đấng đã chứng ngộ và chỉ bày con đường giải thoát. Ngài dạy rõ nguyên nhân và phương pháp chữa trị duy nhất nỗi khổ đau phiền não của con người. Ngài vạch ra con đường và chỉ dạy chúng ta làm cách nào để thoát khỏi những khổ đau phiền não này. Ngài là bậc Thầy hướng dẫn cho chúng ta. Phật xuất hiện vì một đại sự nhân duyên: “Khai thị cho chúng sanh ngộ nhập tri kiến Phật,” hay là

giác ngộ theo kinh Pháp Hoa, Phật tánh theo kinh Niết Bàn và thiên đường cực lạc theo kinh Vô Lượng Thọ.

Lý Do Thị Hiện Cứu Hộ Hết Thủy Chúng Sanh: Có nhiều lý do khiến chư Bồ Tát thị hiện cứu hộ chúng sanh giải thoát khỏi vòng luân hồi sanh tử. Họ đem những thiện căn làm lợi ích khắp chúng sanh. Họ giúp cho chúng sanh thanh tịnh đến nơi rốt ráo. Họ giúp chúng sanh lìa hẳn vô lượng khổ não của những đường khổ nơi địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh và A-tu-la, vân vân. Ngoài ra, cứu độ còn có thể được hiểu như giải thoát cho ai đó thoát khỏi sự hủy diệt, khổ đau, phiền não, vân vân, để đưa người ấy đến trạng thái an toàn khỏi những lực lượng hủy diệt, thiên nhiên hay siêu nhiên. Đối với các tôn giáo khác, cứu độ có nghĩa là cứu khỏi tội lỗi, chết chóc và nhận vào cái gọi là thiên đường vĩnh cửu. Đây là những tôn giáo cứu độ, vì họ hứa cứu độ chúng sanh trong một hình thức nào đó. Họ cho rằng ý chí của một người là quan trọng, nhưng ân sủng là cần thiết và quan trọng hơn để được cứu độ. Người nào muốn được cứu độ thì phải tin rằng họ thấy được sự cứu độ siêu nhiên của một đấng toàn năng trong cuộc đời mà mình đang sống. Trong đạo Phật, quan niệm cứu độ rất xa lạ đối với những Phật tử thuần thành. Một lần, Đức Phật bảo với tứ chúng: “Mục đích duy nhất Ta ra đời là nhằm giáo hóa chúng sanh. Tuy nhiên, một điều rất quan trọng là các con đừng tin lời Ta giảng là đúng, chỉ đơn giản vì Ta đã nói những lời ấy. Tốt hơn, các con nên thực hành những lời dạy của Ta để biết rằng chúng đúng hay sai. Nếu các con thấy giáo pháp của Ta là phù hợp với chân lý và hữu ích, thì cố gắng làm theo. Nhưng đừng thực hành chỉ vì các con kính trọng Ta. Chính các con mới có thể cứu độ các con mà thôi.” Một lần khác, Đức Phật vỗ về con voi điên và quay sang nói với A Nan: “Duy nhất chỉ có tình thương mới diệt được hận thù. Sự thù hận không thể chấm dứt bằng lòng thù hận. Đây là bài học quan trọng mà con nên nhớ.” Chính Đức Phật đã khuyên chúng đệ tử lần cuối cùng trước khi Ngài nhập diệt: “Khi Ta không còn nữa các con hãy lấy giáo pháp của Ta làm thầy hướng dẫn cho các con. Nếu tâm các con thâm nhập được những lời dạy của Ta thì các con không cần thiết có Ta nữa. Hãy ghi nhớ những lời Ta đã dạy các con. Lòng tham và dục vọng là nguyên nhân của mọi khổ đau phiền não. Cuộc đời luôn biến đổi vô thường, vậy các con chớ nên tham đắm vào bất cứ thứ gì ở thế gian. Mà cần tự nỗ lực tu hành, sửa đổi thân tâm để tìm thấy cho chính mình hạnh phúc chân thật và trường cửu.” Đó là một vài

khái niệm về cứu độ trong đạo Phật được nói lên từ kim khẩu của Đức Phật.

Mười Lý Do Khiến Chư Đại Bồ Tát Thị Hiện Đi Bảy Bước: Theo Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 38, có mười lý do khiến chư đại Bồ Tát thị hiện đi bảy bước. Chư Đại Bồ Tát vì muốn điều phục cho chúng sanh được an lạc nên thị hiện đi bảy bước như vậy. *Thứ nhất là* vì hiện Bồ Tát lực mà thị hiện đi bảy bước. *Thứ nhì là* vì hiện xả thí bảy thánh tài mà thị hiện đi bảy bước. *Thứ ba là* vì cho Địa Thần thỏa nguyện mà thị hiện đi bảy bước. *Thứ tư là* vì hiện tướng siêu tam giới mà thị hiện đi bảy bước. *Thứ năm là* vì hiện bước tối thắng của Bồ Tát hơn hẳn bước đi của tượng vương, ngư vương, sư tử vương mà thị hiện đi bảy bước. *Thứ sáu là* vì hiện tướng kim cang địa mà thị hiện đi bảy bước. *Thứ bảy là* vì hiện muốn ban cho chúng sanh sức dũng mãnh mà thị hiện đi bảy bước. *Thứ tám là* vì hiện tu hành thất giác bửu mà thị hiện đi bảy bước. *Thứ chín là* vì hiện pháp đã được chẳng do người khác dạy nên thị hiện đi bảy bước. *Thứ mười là* vì hiện là tối thắng vô tỉ ở thế gian nên thị hiện đi bảy bước.

Mười Lý Do Khiến Chư Đại Bồ Tát Thị Hiện Khổ Hạnh: Theo Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 38, có mười lý do khiến chư Đại Bồ Tát thị hiện khổ hạnh. Chư Bồ Tát dùng phương tiện khổ hạnh này để điều phục và làm cho chúng sanh an lạc. *Thứ nhất là* vì muốn thành tựu những chúng sanh có trình độ hiểu biết kém mà thị hiện khổ hạnh. *Thứ nhì là* vì muốn trừ tà kiến cho chúng sanh mà thị hiện khổ hạnh. *Thứ ba là* vì muốn làm cho những chúng sanh chẳng tin nghiệp báo thấy được nghiệp báo, mà thị hiện khổ hạnh. *Thứ tư là* vì muốn tùy thuận pháp phải có của thế giới tạp nhiễm mà thị hiện khổ hạnh. *Thứ năm là* vì muốn cho thấy khả năng chịu đựng nhẫn nhục mà thị hiện khổ hạnh. *Thứ sáu là* vì muốn làm cho chúng sanh thích cầu pháp mà thị hiện khổ hạnh. *Thứ bảy là* vì những chúng sanh say đắm dục lạc và ngã lạc mà thị hiện khổ hạnh. *Thứ tám là* vì muốn hiển bày Bồ Tát khởi hạnh là tối thượng, nên nhẫn đến đời sau cùng mà chẳng bỏ siêng năng tinh tấn, nên thị hiện khổ hạnh. *Thứ chín là* vì muốn làm cho chúng sanh thích pháp tịch tịnh, tăng trưởng thiện căn, mà thị hiện khổ hạnh. *Thứ mười là* vì muốn chờ đến khi thế nhơn căn tánh được thành thực, mà thị hiện khổ hạnh.

Mười Lý Do Khiến Chư Đại Bồ Tát Thị Hiện Ở Thân Đồng Tử: Theo kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 38, có mười lý do khiến chư Đại Bồ Tát

thị hiện ở thân đồng tử: *Thứ nhất* là vì hiện để thông đạt tất cả nghệ thuật khoa học thế gian mà thị hiện ở thân đồng tử. *Thứ nhì* là vì hiện thông đạt những nghề nghiệp vũ thuật binh trận thế gian mà thị hiện ở thân đồng tử. *Thứ ba* là vì hiện thông đạt tất cả những văn bút, đàm luận, cờ nhạc thế gian mà thị hiện ở thân đồng tử. *Thứ tư* là vì hiện xa lìa những lỗi lầm của ba nghiệp thân, khẩu ý mà thị hiện ở thân đồng tử. *Thứ năm* là vì hiện môn nhập định trụ niết bàn khắp cùng mười phương vô lượng thế giới mà thị hiện ở thân đồng tử. *Thứ sáu* là vì hiện sức mạnh siêu quá thiên long bát bộ, trời, người, phi nhân, mà thị hiện ở thân đồng tử. *Thứ bảy* là vì hiện sắc tướng oai quang của Bồ Tát siêu quá long thần hộ pháp mà thị hiện ở thân đồng tử. *Thứ tám* là vì muốn làm cho những chúng sanh tham đắm dục lạc mền thích pháp lạc mà thị hiện ở thân đồng tử. *Thứ chín* là vì tôn trọng chánh pháp, siêng tu cúng dường chư Phật mà thị hiện ở thân đồng tử. *Thứ mười* là vì hiện được Đức Phật gia bị, được pháp quang minh mà thị hiện ở thân đồng tử.

Mười Lý Do Khiến Chư Đại Bồ Tát Thị Hiện Ở Vương Cung:

Theo kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 38, có mười lý do khiến chư Đại Bồ Tát thị hiện ở vương cung: *Thứ nhất* là vì muốn làm cho những chúng sanh đồng tu hành với Bồ Tát đời trước được thành thực thiện căn mà thị hiện ở vương cung. *Thứ nhì* là vì muốn hiển thị sức thiện căn của chư Bồ Tát mà thị hiện ở vương cung. *Thứ ba* là vì như thiên tham đắm nơi đồ vui thích mà hiển hiện đồ vui thích đại oai đức của Bồ Tát nên thị hiện ở vương cung. *Thứ tư* là vì muốn tùy thuận tâm chúng sanh đời ngũ trước mà thị hiện ở vương cung. *Thứ năm* là vì muốn hiện sức oai đức của Bồ Tát có thể ở thâm cung nhập tam muội mà thị hiện ở vương cung. *Thứ sáu* là vì muốn làm cho chúng sanh đồng nguyện ở đời trước được thỏa mãn ý nguyện mà thị hiện ở vương cung. *Thứ bảy* là vì muốn khiến cha mẹ, gia đình và bà con được thỏa nguyện mà thị hiện ở vương cung. *Thứ tám* là vì muốn dùng kỹ nhạc phát ra tiếng diệu pháp cúng dường tất cả chư Như Lai mà thị hiện ở vương cung. *Thứ chín* là vì muốn ở tại trong cung trụ tam muội vi diệu, từ thành Phật nhần đến Niết bàn đều hiển bày mà thị hiện ở vương cung. *Thứ mười* là vì tùy thuận thủ hộ Phật pháp mà thị hiện ở vương cung.

Mười Lý Do Khiến Chư Đại Bồ Tát Thị Hiện Vi Tiểu, Tâm Tự Thệ Điều Phục Chúng Sanh: Theo kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 38, có mười lý do khiến chư Đại Bồ Tát thị hiện vi tiểu, tâm tự thệ điều phục

chúng sanh cho họ được an lạc: *Thứ nhất* là chư Đại Bồ Tát nghĩ rằng tất cả thế gian chìm tại vũng bùn ái dục, trừ chư Bồ Tát ra, không ai có thể cứu họ được. *Thứ nhì* là tất cả thế gian bị dục vọng phiền não làm mù, chỉ có chư Bồ Tát là có trí huệ. *Thứ ba* là chư Bồ Tát do thân giả danh sẽ được pháp thân vô thượng sung mãn tam thế của các Đức Như Lai. *Thứ tư* là bấy giờ Bồ Tát dùng mắt vô chướng ngại quán sát tất cả Phạm Thiên nhân đến Đại Tự Tại Thiên trong mười phương mà nghĩ rằng: Những chúng sanh này đều tự cho rằng mình có đại trí lực. *Thứ năm* là bấy giờ Bồ Tát quán sát các chúng sanh từ lâu gieo trồng thiện căn, nay cũng đều thối mất. *Thứ sáu* là Bồ Tát quán sát thấy thế gian chúng tử gieo trồng dù ít mà được quả rất nhiều. *Thứ bảy* là Bồ Tát quán sát thấy tất cả chúng sanh được Phật giáo hóa đều chắc được lợi ích. *Thứ tám* là Bồ Tát quán sát thấy trong đời quá khứ chư Bồ Tát đồng hành nhiệm trước việc khác, nên chẳng được công đức quảng đại của Phật pháp. *Thứ chín* là Bồ Tát quán sát thấy rong đời quá khứ, hàng như thiên cùng mình tập hội, mà nay vẫn còn ở bậc phàm phu, không xả ly được, mà cũng nhàm mỏi. *Thứ mười* là bấy giờ Bồ Tát được quang minh của tất cả Như Lai chiếu đến càng thêm hân hoan vui vẻ.

Mười Lý Do Khiến Chư Đại Bồ Tát Xuất Gia: Theo kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 38, có mười lý do khiến chư Đại Bồ Tát xuất gia: *Thứ nhất* là nhàm chán tại gia. *Thứ nhì* là khiến chúng sanh nhàm chán sự tham đắm tại gia. *Thứ ba* là tùy thuận tin mến đạo Thánh. *Thứ tư* là tuyên dương và tán thán công đức xuất gia. *Thứ năm* là hiển bày lia hẳn kiến chấp nhị biên. *Thứ sáu* là khiến chúng sanh lìa xa dục lạc và ngã lạc. *Thứ bảy* là hiện tướng xuất tam giới. *Thứ tám* là hiện tự tại chẳng lệ thuộc người khác. *Thứ chín* là vì hiển bày sẽ được thập lực và vô úy của các Đức Như Lai. *Thứ mười* là vì hậu thân Bồ Tát phải thị hiện xuất gia.

Năm Mười Bốn Lý Do Thị Hiện Giúp Chúng Sanh Thoát Ly Chúng Sanh Tướng: Theo lời dạy của Đức Thế Tôn trong Kinh Hoa Nghiêm, phẩm 25, Thập Hồi Hương, chư Bồ Tát nhằm cứu hộ chúng sanh giải thoát khỏi chúng sanh tướng, có ít nhất ba mươi bốn lý do hay hạnh nguyện để cho chư Bồ Tát thị hiện. *Thứ nhất* là nguyện đem những thiện căn này làm lợi ích khắp chúng sanh, làm cho họ thanh tịnh đến nơi rốt ráo, đến bến bờ rốt ráo, và lìa hẳn vô lượng khổ não của địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh và A-tu-la. *Thứ nhì* là Đại Bồ Tát lúc

trồng thiện căn, nguyện đem thiện căn của mình hồi hướng như vậy. Tôi sẽ làm nhà cho tất cả chúng sanh để họ thoát khỏi tất cả sự khổ. Tôi sẽ làm chỗ cứu hộ cho tất cả chúng sanh, khiến họ đều được giải thoát phiền não. Tôi sẽ làm chỗ quy-y của tất cả chúng sanh, khiến họ đều được xa lìa sự bố úy. Tôi sẽ làm chỗ xu hướng cho tất cả chúng sanh, khiến họ được đến nơi nhưt thiết trí. Tôi sẽ làm chỗ an ổn cho tất cả chúng sanh, khiến họ được an ổn rất ráo. Tôi sẽ làm ánh sáng cho tất cả chúng sanh, khiến họ được trí quang diệt si ám. Tôi sẽ làm đèn để phá tối vô minh cho họ. Tôi sẽ làm đèn cho tất cả chúng sanh, khiến họ an trụ nơi rất ráo thanh tịnh. Tôi sẽ làm Đạo Sư cho tất cả chúng sanh dẫn dắt họ vào pháp chơn thiết. Tôi sẽ làm Đại Đạo Sư cho tất cả chúng sanh, ban cho họ trí huệ lớn vô ngại. *Thứ ba* là Đại Bồ Tát đem những thiện căn hồi hướng như vậy, bình đẳng lợi ích tất cả chúng sanh, rất ráo đều khiến họ được nhưt thiết trí. Đại Bồ Tát lợi ích hồi hướng cho hàng chẳng phải thân hữu đồng như đối với hàng thân hữu của mình. Bồ Tát đã nhập tánh bình đẳng của tất cả pháp, với tất cả chúng sanh không có một quan niệm là chẳng phải thân hữu. Giả sử có chúng sanh nào đem lòng oán hại Bồ Tát, Bồ Tát này cũng vẫn thương mến họ với tâm bi mẫn, trọn không hờn giận. *Thứ tư* là Bồ Tát luôn làm thiện tri thức cho khắp cả chúng sanh. Bồ Tát luôn đem Chánh Pháp giảng thuyết cho chúng sanh, khiến họ tu tập. *Thứ năm* là Bồ Tát hồi hướng vì chư Bồ Tát như biển cả, không thể biến hoại bởi chất độc. Tất cả những kẻ ngu mê, vô trí, vô ân, sân độc, kiêu mạn, mê tối, không biết pháp lành, cũng không làm bức hại hay loạn động tâm Bồ Tát được; vì chư Bồ Tát ví như mặt nhưt hiện ra nơi thế gian chẳng do vì kẻ sanh manh mà lại ẩn đi không sáng, lại cũng chẳng vì sương mù hay a-tu-la, cây diêm phù đề, gộp cao, hang sâu, bụi khói hay mây mù che chướng, lại cũng chẳng vì thời tiết biến đổi mà ẩn đi không sáng. Chư Bồ Tát hồi hướng với phước đức lớn, với tâm sâu rộng. Hồi hướng vì muốn rất ráo công đức trí huệ, nên đối với pháp thắng thượng lập chí nguyện pháp quang chiếu khắp thấy tất cả nghĩa, nơi các pháp môn trí huệ tự tại, thường vì lợi ích chúng sanh mà tu pháp lành, chẳng bao giờ làm sanh lòng tổn hại chúng sanh. *Thứ sáu*, chẳng vì chúng sanh tệ ác mà rời bỏ chẳng tu hồi hướng. *Thứ bảy*, chỉ dùng giáp trụ đại nguyện để tự trang nghiêm, luôn cứu hộ chúng sanh không thối chuyển. *Thứ tám*, chẳng vì chúng sanh vô ân mà thối Bồ Tát hạnh, bỏ Bồ Đề đạo. *Thứ chín*, chẳng vì ở chung với kẻ phàm ngu mà lìa bỏ tất

cả thiện căn như thật. *Thứ mười*, chẳng vì chúng sanh thường sanh lỗi ác khó nhẫn thọ được mà sanh lòng nhàm mỏi. *Thứ mười một*, Bồ Tát chẳng phải chỉ vì cứu hộ một chúng sanh mà tu các thiện căn hồi hướng vô thượng Bồ Đề, mà chính vì cứu hộ khắp tất cả chúng sanh vậy. *Thứ mười hai*, chẳng phải vì thanh tịnh một Phật độ, tin một Đức Phật, thấy một Đức Phật, rõ một pháp, nhưng chính vì thanh tịnh khắp tất cả Phật độ, tin khắp tất cả chư Phật, thấy khắp tất cả chư Phật, hiểu tất cả Phật pháp mà phát khởi đại nguyện tu các thiện căn hồi hướng vô thượng Bồ Đề. *Thứ mười ba*, Bồ Tát nguyện rằng: “Do thiện căn của tôi đây, nguyện tất cả các loài, tất cả chúng sanh đều được thanh tịnh, công đức viên mãn, chẳng bị trở ngại hư hoại, không cùng tận, thường được tôn trọng, chánh niệm chẳng quên, được trí huệ quyết định, đủ vô lượng trí, ba nghiệp thân khẩu ý tất cả công đức viên mãn trang nghiêm.” *Thứ mười bốn*, do những căn lành này khiến tất cả chúng sanh thừa sự cúng dường tất cả chư Phật không bỏ qua, khiến chúng sanh khởi lòng tin chư Phật thanh tịnh không hư hoại, khiến chúng sanh được nghe chánh pháp dứt các sự nghi hoặc và nhớ không quên, khiến chúng sanh tu hành đúng pháp, khiến chúng sanh cung kính chư Phật, khiến thân nghiệp chúng sanh thanh tịnh và an trụ vô lượng thiện căn rộng lớn, khiến chúng sanh lìa hẳn sự nghèo cùng, khiến chúng sanh đầy đủ thất thánh tài, khiến chúng sanh thường theo chư Phật tu học, thành tựu vô lượng thiện căn thắng diệu, tỏ ngộ bình đẳng, trụ nhất thiết trí, dùng vô ngại nhãn bình đẳng nhìn chúng sanh, các tướng hảo trang nghiêm thân không tỳ vết, lời nói tinh diệu, công đức viên mãn, các căn điều phục, thành tựu thập lực, tâm lành đầy đủ, không chỗ y trụ, khiến tất cả chúng sanh đều được sự vui của Phật, trụ nơi chỗ Phật an trụ. *Thứ mười lăm*, chư Bồ Tát thấy chúng sanh gây tạo ác nghiệp, chịu nhiều sự khổ, vì thế mà không thấy được Phật, chẳng nghe được pháp, nên các ngài quyết đi vào ác đạo, thay thế các chúng sanh chịu các sự khổ, khiến họ được giải thoát. *Thứ mười sáu*, Bồ Tát chịu khổ như vậy, nhưng lại chẳng kinh sợ mà còn tinh tấn tu hành chẳng nhàm mỏi vì muốn quyết muốn đảm nhiệm chúng sanh khiến họ được giải thoát; quyết muốn cứu vớt chúng sanh xuất ly khổ nạn và những chỗ sanh già bệnh chết; quyết muốn cứu hộ chúng sanh thoát khỏi cảnh lưu chuyển tà kiến vô trí cũng như mất các pháp lành; quyết muốn cứu hộ các chúng sanh bị lưới ái vấn, bị màn si mê che lấp, nhiễm cõi hữu lậu theo mãi không rời, vào trong lồng củi khổ não,

thực hành nghiệp ma, thức trí đều hết, thường ôm lòng nghi hoặc, chẳng thấy chỗ an ổn, chẳng biết đạo xuất ly, ở trong sanh tử luân hồi mãi, và luôn bị ngập chìm trong khổ bần lây. *Thứ mười bảy*, Bồ Tát chẳng vì tự thân mà cầu giải thoát, nhưng lại muốn đem chỗ tu hành của mình làm cho chúng sanh được thành bậc trí huệ vô thượng, được nhưất thiết trí, qua khỏi vòng sanh tử, và được thoát tất cả khổ. *Thứ mười tám*, Bồ Tát nguyện vì khắp tất cả chúng sanh chịu đủ sự khổ, khiến họ đều ra khỏi hố sanh tử khổ. *Thứ mười chín*, Bồ Tát luôn nguyện vì khắp tất cả chúng sanh mà tận vị lai kiếp chịu tất cả khổ trong các ác đạo nơi tất cả thế giới, nhưng vẫn luôn vì chúng sanh mà tu thiện căn. *Thứ hai mươi*, Bồ Tát thà riêng mình chịu mọi sự khổ, đem thân chuộc tất cả ác đạo chúng sanh, khiến họ được giải thoát, chớ chẳng để chúng sanh đọa nơi địa ngục, súc sanh, ngạ quỷ, hay a-tu-la. *Thứ hai mươi mốt*, Bồ Tát nguyện bảo hộ tất cả chúng sanh trọn chẳng rời bỏ. Đây là lời nguyện thành thực vì cứu hộ chúng sanh mà phát tâm Bồ Đề, chớ chẳng phải vì tự thân mà cầu đạo vô thượng. *Thứ hai mươi hai*, Bồ Tát chẳng phải vì cầu phước hưởng lạc trong ba cõi mà tu hạnh Bồ Đề. Tại sao vậy? Vì phước lạc thế gian chẳng gì chẳng khổ, vì phước lạc thế gian là cảnh giới ma. Chỉ có kẻ ngu mới tham trước phước lạc thế gian, chứ chư Phật thì thường hay quở trách vì tất cả khổ nạn đều hơn đó mà sanh. Tất cả ác đạo địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, a-tu-la, đến giần hờn, kiện cáo, hủy nhục đều do tham trước ngũ dục mà ra. Kẻ tham ngũ dục thời xa lìa chư Phật, chướng ngại sanh thiên, huống là được vô thượng Bồ Đề. *Thứ hai mươi ba*, Bồ Tát nguyện đem căn lành hồi hướng như vậy khiến tất cả chúng sanh đều được vui rất ráo, vui lợi ích, vui bất thọ, vui tịch tịnh, vui vô động, vui vô lượng, vui bất xả ly sanh tử bất thối chuyển niết bàn, vui bất diệt, và vui nhưất thiết trí. *Thứ hai mươi bốn*, Bồ Tát nguyện vì chúng sanh mà làm điều ngự sự, làm chủ binh thần, cầm đuốc đại trí chỉ đường an ổn khiến chúng sanh lìa hiểm nạn, dùng phương tiện khiến chúng sanh biết chơn thiết nghĩa. Nơi biển sanh tử, chư Bồ Tát làm thuyền trưởng khéo giỏi đủ trí đưa các chúng sanh đến bờ kia. *Thứ hai mươi lăm*, Bồ Tát đem thiện căn hồi hướng như vậy, tùy nghi cứu hộ khiến chúng sanh thoát khỏi sanh tử, thờ cúng tất cả chư Phật, được trí vô ngại, lìa các ma, xa bạn ác, gần bạn lành Bồ Tát, dứt trừ tội lỗi, thành tựu tịnh nghiệp, và đầy đủ hạnh nguyện rộng lớn của Bồ Tát và vô lượng thiện căn. *Thứ hai mươi sáu*, vì các chúng sanh không thể tự cứu, huống là

cứu người? Thế nên một mình Bồ Tát lập chí nguyện tu tập thiện căn hồi hướng như vậy, vì muốn quảng độ tất cả chúng sanh, vì muốn chiếu khắp tất cả chúng sanh, vì muốn dẫn dắt tất cả chúng sanh, vì muốn khai ngộ tất cả chúng sanh, vì muốn đoái hoài tất cả chúng sanh, vì muốn nhiếp thọ tất cả chúng sanh, vì muốn thành tựu tất cả chúng sanh, vì muốn khiến tất cả chúng sanh hoan hỷ, vì muốn khiến tất cả chúng sanh vui đẹp, và vì muốn khiến tất cả chúng sanh dứt nghi. *Thứ hai mươi bảy*, Bồ Tát hồi hướng như ánh mặt nhật chiếu khắp tất cả mà chẳng cầu báo ân; chẳng vì một chúng sanh ác hại mình mà bỏ tất cả chúng sanh khác, nên Bồ Tát chỉ siêng tu tập thiện căn hồi hướng, khiến khắp chúng sanh đều được an lạc. Chúng sanh đâu có kẻ ác muốn hại mình, Bồ Tát đều dung thứ, trọn chẳng do đây mà bỏ thệ nguyện. Thiện căn đâu ít, nhưng vì nhiếp khắp chúng sanh, nên Bồ Tát luôn dùng tâm hoan hỷ hồi hướng quảng đại. Nếu có thiện căn mà chẳng muốn lợi ích tất cả chúng sanh thì chẳng gọi là hồi hướng. Tùy một thiện căn dùng khắp chúng sanh làm cảnh sở duyên mới gọi là hồi hướng. *Thứ hai mươi tám*, Bồ Tát tu tập hồi hướng đặt để chúng sanh nơi pháp tánh vô trước. *Thứ hai mươi chín*, Bồ Tát tu tập hồi hướng thấy chúng sanh bất động bất chuyển. *Thứ ba mươi*, Bồ Tát tu tập hồi hướng vô y vô thủ đối với sự hồi hướng. *Thứ ba mươi mốt*, Bồ Tát tu tập hồi hướng chẳng lấy tướng thiện căn. *Thứ ba mươi hai*, Bồ Tát tu tập hồi hướng chẳng phân biệt nghiệp báo thể tánh. *Thứ ba mươi ba*, Bồ Tát tu tập hồi hướng chẳng tham trước tướng ngũ uẩn. *Thứ ba mươi bốn*, Bồ Tát tu tập hồi hướng chẳng phá hoại tướng ngũ uẩn. *Thứ ba mươi lăm*, Bồ Tát tu tập hồi hướng mà chẳng chấp trước. *Thứ ba mươi sáu*, Bồ Tát tu tập hồi hướng chẳng cầu quả báo. *Thứ ba mươi bảy*, Bồ Tát tu tập hồi hướng chẳng nhiễm trước nhưn duyên. *Thứ ba mươi tám*, Bồ Tát tu tập hồi hướng chẳng phân biệt nhưn duyên khởi. *Thứ ba mươi chín*, Bồ Tát tu tập hồi hướng chẳng chấp danh tiếng. *Thứ bốn mươi*, Bồ Tát tu tập hồi hướng chẳng chấp xứ sở. *Thứ bốn mươi mốt*, Bồ Tát tu tập hồi hướng chẳng chấp pháp hư vọng. *Thứ bốn mươi hai*, Bồ Tát tu tập hồi hướng chẳng chấp chúng sanh tướng, thế giới tướng hay tâm ý tướng. *Thứ bốn mươi ba*, Bồ Tát tu tập chẳng khởi tâm điên đảo, tướng điên đảo, kiến điên đảo. *Thứ bốn mươi bốn*, Bồ Tát tu tập hồi hướng chẳng chấp đường ngôn ngữ. *Thứ bốn mươi lăm*, Bồ Tát quán tánh chơn thật của chư pháp mà tu tập hồi hướng. *Thứ bốn mươi sáu*, Bồ Tát quán tánh bình đẳng của tất cả chúng sanh mà tu tập hồi

hướng. *Thứ bốn mươi bảy*, Bồ Tát dùng ấn pháp giới mà ấn các thiện căn mà tu tập hồi hướng. *Thứ bốn mươi tám*, Bồ Tát quán các pháp lìa tham dục, hiểu các pháp không gieo trồng thì thiện căn lại cũng như vậy mà tu tập hồi hướng. *Thứ bốn mươi chín*, Bồ Tát quán các pháp không hai, không sanh, không diệt mà tu tập hồi hướng. *Thứ năm mươi*, Bồ Tát dùng những thiện căn hồi hướng như vậy mà tu hành pháp đối trị thanh tịnh. *Thứ năm mươi mốt*, bao nhiêu thiện căn thấy đều tùy thuận pháp xuất thế, chẳng làm hai tướng. *Thứ năm mươi hai*, chẳng phải tức nghiệp mà Bồ Tát tu tập nhứt thiết trí. *Thứ năm mươi ba*, Bồ Tát tu tập nhứt thiết trí, chẳng phải lìa nghiệp mà tu tập nhứt thiết trí. Nhứt thiết trí chẳng phải tức nghiệp, cũng chẳng lìa nghiệp mà được; bởi thanh tịnh nghiệp như bóng sáng, nên quả báo cũng thanh tịnh như bóng sáng; báo như bóng sáng thanh tịnh nên nhứt thiết trí cũng thanh tịnh như bóng sáng. Chư Bồ Tát lìa ngã, ngã sở và tất cả loạn động tư duy phân biệt mà đem các thiện căn tu tập hồi hướng. *Thứ năm mươi bốn*, Bồ Tát tu tập hồi hướng như vậy, luôn độ thoát chúng sanh không thôi, chẳng trụ pháp tướng. Dầu biết các pháp không nghiệp không báo mà khéo hay xuất sanh tất cả nghiệp báo không trái nghịch. Bồ Tát tu tập hồi hướng xa lìa các lỗi và được chư Phật khen ngợi.

Đức Phật Là Một Bạc Toàn Giác: Chư Phật không phải là một danh từ riêng mà là một từ có nghĩa là “Bạc Giác Ngộ” hay “Bạc Đại Giác.” Thái tử Sĩ Đạt Tha không phải sanh ra để được gọi là Phật. Ngài không sanh ra tự nhiên giác ngộ, mà phải với nỗ lực tự thân, Ngài mới đạt đến Giác Ngộ. Bất cứ chúng sanh nào thành tâm và cố gắng vượt thoát khỏi mọi vương mắc đều có thể giác ngộ và thành Phật được. Tất cả Phật tử nên luôn nhớ rằng Đức Phật không phải là một vị thần linh. Cũng như chúng ta, Đức Phật sanh ra là một con người. Sự khác biệt giữa Đức Phật và phàm nhân là Đức Phật đã giác ngộ còn phàm nhân vẫn còn mê mờ. Tuy nhiên, dù giác hay dù mê thì Phật tánh nơi ta và Phật tánh nơi Phật không sai khác. Phật là danh hiệu của một bậc đã xé tan bức màn vô minh, tự giải thoát mình khỏi vòng luân hồi sanh tử, và thuyết giảng con đường giải thoát cho chúng sanh. Chữ “Buddha” lấy từ gốc Phạn ngữ “Budh” có nghĩa là giác ngộ, chỉ người nào đạt được Niết Bàn qua thiền tập và tu tập những phẩm chất như trí tuệ, nhẫn nhục, bố thí. Con người ấy sẽ không bao giờ tái sanh trong vòng luân hồi sanh tử nữa, vì sự nối kết ràng buộc phàm phu tái sanh đã bị chặt đứt. Qua tu tập thiền định, chư Phật đã loại trừ tất cả những

tham dự và nhiễm ô. Vị Phật của hiền kiếp là Phật Thích Ca Mâu Ni. Ngài sanh ra với tên là Tất Đạt Đa trong dòng tộc Thích Ca. Phật là Đấng Toàn Giác hay một người đã giác ngộ viên mãn: về chân tánh của cuộc sinh tồn. Chữ Phật có nghĩa là tự mình giác ngộ, đi giác ngộ cho người, sự giác ngộ này là viên mãn tối thượng. Từ Buddha” được rút ra từ ngữ căn tiếng Phạn “Budh” nghĩa là hiểu rõ, thấy biết hay tỉnh thức. Phật là người đã giác ngộ, không còn bị sanh tử luân hồi và hoàn toàn giải thoát. Phật là bậc giác giả. Tàu dịch là “Giác” và “Trí”. Phật là một người đã giác ngộ và giải thoát khỏi vòng luân hồi sanh tử. Có ba bậc giác: tự giác, giác tha, và giác hạnh viên mãn. Phật là Đấng Giác Ngộ Đại Từ. Bậc làm tự lợi hay tự cải thiện (tu hành) lấy mình với mục đích làm lợi ích cho người khác. Tự lợi lợi tha và từ bi không ngần ngại là giáo thuyết chính của trường phái Đại Thừa. “Tự lợi lợi tha” là tính chất thiết yếu trong tu tập của một vị Bồ Tát, làm lợi mình, làm lợi người, hay tự mình tu tập trong khuôn khổ nhà Phật để cứu độ người khác. Tiểu Thừa coi việc tự lợi, tự độ là chính yếu; trong khi Bồ Tát Đại Thừa thì hành Bồ Tát Đạo vị tha là thiết yếu, tự tiến tu, rồi giúp người tiến tu. Bước thứ nhì là “Lợi Tha”. Và bước thứ ba là “Giác Hạnh Viên Mãn”.

Phật là Đấng đã đạt được toàn giác dẫn đến sự giải thoát hoàn toàn khỏi luân hồi sanh tử. Danh từ Phật không phải là danh từ riêng mà là một tên gọi “Đấng Giác Ngộ” hay “Đấng Tỉnh Thức.” Thái tử Sĩ Đạt Đa không phải sanh ra để được gọi là Phật. Ngài không sanh ra là tự nhiên giác ngộ. Ngài cũng không nhờ ân điển của bất cứ một đấng siêu nhiên nào; tuy nhiên sau nhiều cố gắng liên tục, Ngài đã giác ngộ. Hiển nhiên đối với Phật tử, những người tin tưởng vào luân hồi sanh tử, thì Đức Phật không phải đến với cõi Ta Bà này lần thứ nhất. Như bất cứ chúng sanh nào khác, Ngài đã trải qua nhiều kiếp, đã từng luân hồi trong thế gian như một con vật, một con người, hay một vị thần trong nhiều kiếp tái sanh. Ngài đã chia sẻ số phận chung của tất cả chúng sanh. Sự viên mãn tâm linh của Đức Phật không phải và không thể là kết quả của chỉ một đời, mà phải được tu luyện qua nhiều đời nhiều kiếp. Nó phải trải qua một cuộc hành trình dài đằng đẵng. Tuy nhiên, sau khi thành Phật, Ngài đã khẳng định bất cứ chúng sanh nào thành tâm cũng có thể vượt thoát khỏi những vướng mắc để thành Phật. Tất cả Phật tử nên luôn nhớ rằng Phật không phải là thần thánh hay siêu nhiên. Ngài cũng không phải là một đấng cứu thế cứu người

bằng cách tự mình gánh lấy gánh nặng tội lỗi của chúng sanh. Như chúng ta, Phật cũng sanh ra là một con người. Sự khác biệt giữa Phật và phàm nhân là Phật đã hoàn toàn giác ngộ, còn phàm nhân vẫn mê mờ tăm tối. Tuy nhiên, Phật tánh vẫn luôn đồng đẳng trong chúng sanh mọi loài. Trong Tam Bảo, Phật là đệ nhất bảo, pháp là đệ nhị bảo và Tăng là đệ tam bảo.

Theo các tông phái Thiền thì Phật tử chấp nhận rằng vị Phật lịch sử ấy không phải là vị thần tối thượng, cũng không phải là đấng cứu thế cứu người bằng cách tự mình gánh lấy tội lỗi của loài người. Người Phật tử chỉ tôn kính Đức Phật như một con người toàn giác toàn hảo đã đạt được sự giải thoát thân tâm qua những nỗ lực của con người và không qua ân điển của bất cứ một đấng siêu nhiên nào. Theo Phật giáo, ai trong chúng ta cũng là một vị Phật, nghĩa là mỗi người chúng ta đều có khả năng làm Phật; tuy nhiên, muốn thành Phật, chúng ta phải đi theo con đường gian truân đến giác ngộ. Trong các kinh điển, chúng ta thấy có nhiều sự xếp loại khác nhau về các giai đoạn Phật quả. Một vị Phật ở giai đoạn cao nhất không những là một người giác ngộ viên mãn mà còn là một người hoàn toàn, một người đã trở thành toàn thể, bản thân tự đầy đủ, nghĩa là một người trong ấy tất cả các khả năng tâm linh và tâm thần đã đến mức hoàn hảo, đến một giai đoạn hài hòa hoàn toàn và tâm thức bao hàm cả vũ trụ vô biên. Một người như thế không thể nào đồng nhất được nữa với những giới hạn của nhân cách và cá tính và sự hiện hữu của người ấy. Không có gì có thể đo lường được, không có lời nào có thể miêu tả được con người ấy.

Đức Phật Lịch Sử Thích Ca Mâu Ni: Đức Phật Lịch Sử là đấng đã hoàn toàn đạt tới Chánh đẳng Chánh giác. Vì thiếu thông tin và sự kiện cụ thể chính xác nên bây giờ chúng ta không có niên đại chính xác liên quan đến cuộc đời của Đức Phật. Người Ấn Độ, nhất là những người dân ở vùng Bắc Ấn, thì cho rằng Đức Phật nhập diệt khoảng 100 năm trước thời vua A Dục. Tuy nhiên, các học giả cận đại đều đồng ý rằng Ngài đã được đản sanh vào khoảng hậu bán thế kỷ thứ bảy trước Tây lịch và nhập diệt 80 năm sau đó. Phật là Đấng Chánh Biến Tri, đản sanh vào năm 623 trước Tây lịch, tại miền bắc Ấn Độ, bây giờ là xứ Népal, một nước nằm ven sườn dãy Hy Mã Lạp Sơn, trong vườn Lâm Tỳ Ni trong thành Ca Tỳ la Vệ, vào một ngày trăng tròn tháng tư. Cách đây gần 26 thế kỷ dòng họ Thích Ca là một bộ tộc kiêu hùng của dòng Sát Đế Lợi trong vùng đồi núi Hy Mã Lạp Sơn. Tên hoàng tộc

của Ngài là Siddhartha, và họ của Ngài là Gautama, thuộc gia đình danh tiếng Okkaka của thị tộc Thái Dương. Dòng họ này có một đức vua hiền đức là vua Tịnh Phạn, dựng kinh đô ở Ca Tỳ La Vệ, vị chánh cung của đức vua này là hoàng hậu Ma Gia. Khi sắp lâm bồn, theo phong tục thời ấy, hoàng hậu xin phép đức vua trở về nhà song thân mình ở một kinh thành khác, đó là Devadaha để sanh nở. Giữa đường hoàng hậu muốn nghỉ ngơi trong vườn Lâm Tỳ Ni, một khu vườn tỏa ngát hương hoa, trong lúc ong bướm bay lượn và chim muông đủ sắc màu ca hát như thể vạn vật đều sẵn sàng chào đón hoàng hậu. Vừa lúc bà đứng dưới một tàng cây sala đầy hoa và vin lấy một cành đầy hoa, bà liền hạ sanh một hoàng tử, là người sau này trở thành Đức Phật Cồ Đàm. Đó là ngày rằm tháng tư năm 623 trước Tây lịch. Vào ngày lễ đặt tên, nhiều vị Bà La Môn thông thái được mời đến hoàng cung. Một ẩn sĩ tên A Tư Đà tâu với vua Tịnh Phạn rằng sẽ có hai con đường mở ra cho thái tử: một là thái tử sẽ trở thành vị Chuyển Luân Thánh Vương, hoặc thái tử sẽ xuất thế gian để trở thành một Bạc Đại Giác. A Tư Đà đặt tên thái tử là Sĩ Đạt Đa, nghĩa là “người đạt được ước nguyện.” Thoạt tiên đức vua hài lòng khi nghe điều này, nhưng về sau ngài lo ngại về lời tiên đoán rằng thái tử sẽ xuất thế và trở thành một vị ẩn sĩ không nhà. Tuy nhiên hoan lạc liền theo bởi sấu bi, chỉ bảy ngày sau khi hoàng tử chào đời, hoàng hậu Ma Gia đột ngột từ trần. Thứ phi Ba Xà Ba Đề, cũng là em gái của hoàng hậu, đã trở thành người dưỡng mẫu tận tụy nuôi nấng thương yêu hoàng tử. Dù sống trong nhung lụa, nhưng tánh tình của thái tử thật nhân từ. Thái tử được giáo dục hoàn hảo cả kinh Vệ Đà lẫn võ nghệ. Một điều kỳ diệu đã xảy ra trong dịp lễ Hạ Điền vào thời thơ ấu của Đức Phật. Đó là kinh nghiệm tâm linh đầu đời mà sau này trong quá trình tìm cầu chân lý nó chính là đầu mối đưa ngài đến giác ngộ. Một lần nhân ngày lễ Hạ Điền, nhà vua dẫn thái tử ra đồng và đặt thái tử ngồi dưới gốc cây đào cho các bà nữ mẫu chăm sóc. Bởi vì chính nhà vua phải tham gia vào lễ cày cấy, nên khi thái tử thấy phụ vương đang lái chiếc cày bằng vàng cùng với quần thần. Bên cạnh đó thái tử cũng thấy những con bò đang kéo lê những chiếc ách nặng nề và các bác nông phu đang nhễ nhại mồ hôi với công việc đồng áng. Trong khi các nữ mẫu chạy ra ngoài nhập vào đám hội, chỉ còn lại một mình thái tử trong cảnh yên lặng. Mặc dù tuổi trẻ nhưng trí khôn của ngài đã khôn ngoan. Thái tử suy tư rất sâu sắc về cảnh tượng trên đến độ quên hết vạn vật xung

quanh và ngài đã phát triển một trạng thái thiền định trước sự kinh ngạc của các nữ mẫu và phụ vương. Nhà vua rất tự hào về thái tử, song lúc nào ngài cũng nhớ đến lời tiên đoán của ẩn sĩ A Tư Đà. Ngài vây bao quanh thái tử bằng tất cả lạc thú và đám bạn trẻ cùng vui chơi, rất cẩn thận tránh cho thái tử không biết gì về sự đau khổ, buồn rầu và chết chóc. Khi thái tử được 16 tuổi vua Tịnh Phạn sắp xếp việc hôn nhân cho ngài với công chúa con vua Thiện Giác là nàng Da Du Đà La. Trước khi xuất gia, Ngài có một con trai là La Hầu La. Mặc dù sống đời nhung lụa, danh vọng, tiền tài, cung điện nguy nga, vợ đẹp con ngoan, ngài vẫn cảm thấy tù túng như cảnh chim lồng cá chậu. Một hôm nhân đi dạo ngoài bốn cửa thành, Thái tử trực tiếp thấy nhiều cảnh khổ đau của nhân loại, một ông già tóc bạc, răng rụng, mắt mờ, tai điếc, lưng còng, nường gậy mà lê bước xin ăn; một người bệnh nằm bên lề rên xiết đau đớn không cùng; một xác chết sinh chương, ruồi bu nhặng bám trông rất ghê tởm; một vị tu khổ hạnh với vẻ trầm tư mặc tưởng. Những cảnh tượng này làm cho Thái tử nhận chân ra đời là khổ. Cảnh vị tu hành khổ hạnh với vẻ thanh tịnh cho Thái tử một dấu chỉ đầu tiên trên bước đường tìm cầu chân lý là phải xuất gia. Khi trở về cung, Thái tử xin phép vua cha cho Ngài xuất gia làm Tăng sĩ nhưng bị vua cha từ chối. Dù vậy, Thái tử vẫn quyết chí tìm con đường tu hành để đạt được chân lý giải thoát cho mình và chúng sanh. Quyết định vô tiền khoáng hậu ấy làm cho Thái tử Sĩ Đạt Đa sau này trở thành vị giáo chủ khai sáng ra Đạo Phật. Năm 29 tuổi, một đêm Ngài dứt bỏ đời sống vương giả, cùng tên hầu cận là Xa Nặc thẳng yên cương cùng trốn ra khỏi cung, đi vào rừng sâu, xuất gia tầm đạo. Ban đầu, Thái tử đến với các danh sư tu khổ hạnh như Alara Kalama, Uddaka Ramaputta, những vị này sống một cách kham khổ, nhịn ăn nhịn uống, dãi nắng dầm mưa, hành thân hoại thể. Tuy nhiên ngài thấy cách tu hành như thế không có hiệu quả, Ngài khuyên nên bỏ phương pháp ấy, nhưng họ không nghe. Thái tử bèn gia nhập nhóm năm người tu khổ hạnh và ngài đi tu tập nhiều nơi khác, nhưng đến đâu cũng thấy còn hẹp hòi thấp kém, không thể giải thoát con người hết khổ được. Thái tử tìm chốn tu tập một mình, quên ăn bỏ ngủ, thân hình mỗi ngày thêm một tiêu tụy, kiệt sức, nằm ngã trên cỏ, may được một cô gái chăn cừu đổ sữa cứu khỏi thân chết. Từ đó, Thái tử nhận thấy muốn tìm đạo có kết quả, cần phải bồi dưỡng thân thể cho khỏe mạnh. Sau sáu năm tầm đạo, sau lần Thái tử ngồi nhập định suốt 49 ngày đêm dưới cội Bồ Đề

bên bờ sông Ni Liên tại Gaya để chiến đấu trong một trận cuối cùng với bóng tối si mê và dục vọng. Trong đêm thứ 49, lúc đầu hôm Thái tử chứng được túc mệnh mình, thấy rõ được tất cả khoảng đời quá khứ của mình trong tam giới; đến nửa đêm Ngài chứng được Thiên nhân minh, thấy được tất cả bản thể và nguyên nhân cấu tạo của vũ trụ; lúc gần sáng Ngài chứng được Lộ tận minh, biết rõ nguồn gốc của khổ đau và phương pháp dứt trừ đau khổ để được giải thoát khỏi luân hồi sanh tử. Thái tử Sĩ Đạt Đa đã đạt thành bậc Chánh Đẳng Chánh Giác, hiệu là Thích Ca Mâu Ni Phật. Ngày thành đạo của Ngài tính theo âm lịch là ngày mồng tám tháng 12 trong lúc Sao Mai bắt đầu ló dạng. Đức Phật nói: “Ta không phải là vị Phật đầu tiên ở thế gian này, và cũng không phải là vị Phật cuối cùng. Khi thời điểm đến sẽ có một vị Phật giác ngộ ra đời, Ngài sẽ soi sáng chân lý như ta đã từng nói với chúng sanh.” Hai tháng sau khi thành đạo, Đức Phật giảng bài pháp đầu tiên là bài Chuyển Pháp Luân cho năm vị đã từng tu khổ hạnh với Ngài tại Vườn Nai thuộc thành Ba La Nại. Trong bài này, Đức Phật dạy: “Tránh hai cực đoan tham đắm dục lạc và khổ hạnh ép xác, Như Lai đã chứng ngộ Trung Đạo, con đường đưa đến an tịnh, thắng trí, giác ngộ và Niết Bàn. Đây chính là Bát Thánh Đạo gồm chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định.” Kế đó Ngài giảng Tứ Diệu Đế hay Bốn Sự Thật Cao Thượng: “Khổ, nguyên nhân của Khổ, sự diệt khổ và con đường đưa đến sự diệt khổ.” Liên sau đó, tôn giả Kiều Trần Như chứng quả Dự Lưu và bốn vị còn lại xin được Đức Phật nhận vào hội chúng của Ngài. Sau đó Đức Phật giảng cho Yasa, một công tử vùng Ba La Nại và 54 người bạn khác của Yasa, tất cả những vị này đều trở thành các bậc A La hán. Với sáu mươi đệ tử đầu tiên, Đức Phật đã thiết lập Giáo Hội và Ngài đã dạy các đệ tử: “Ta đã thoát ly tất cả các kiết sử của cõi Trời người, chư vị cũng được thoát ly. Hãy ra đi, này các Tỳ Kheo, vì lợi ích cho mọi người, vì hạnh phúc cho mọi người, vì lòng bi mẫn thế gian, vì lợi ích, an lạc và hạnh phúc của chư Thiên và loài người. Hãy thuyết pháp hoàn thiện ở phần đầu, hoàn thiện ở phần giữa, hoàn thiện ở phần cuối, hoàn hảo cả về ý nghĩa lẫn ngôn từ. Hãy tuyên bố đời sống phạm hạnh hoàn toàn đầy đủ và thanh tịnh.” Cùng với những lời này, Đức Phật đã truyền các đệ tử của Ngài đi vào thế gian. Chính Ngài cũng đi về hướng Ưu Lô Tần Loa (Uruvela). Nơi đây Ngài đã nhận 30 thanh niên quý tộc vào Tăng Đoàn và giáo hóa

ba anh em tôn già Ca Diếp, chẳng bao lâu sau nhờ bài thuyết giảng về lửa thiêu đốt, các vị này đều chứng quả A La Hán. Sau đó Đức Phật đi đến thành Vương Xá (Rajagaha), thủ đô nước Ma Kiệt Đà (Magadha) để viếng thăm vua Tần Bà Sa La (Bimbisara). Sau khi cùng với quần thần nghe pháp, nhà vua đã chứng quả Dư Lưu và thành kính cúng dường Đức Phật ngôi Tịnh Xá Trúc Lâm, nơi Đức Phật và Tăng chúng cư trú trong một thời gian dài. Tại đây hai vị đại đệ tử Xá Lợi Phất (Sariputra) và Mục Kiền Liên (Maggallana) đã được nhận vào Thánh chúng. Tiếp đó Đức Phật trở về thành Ca Tỳ La Vệ và nhận con trai La Hầu La và em khác mẹ là Nan Đà vào Giáo Hội. Từ giả quê hương, Đức Phật trở lại thành Vương Xá và giáo hóa cho vị trưởng giả tên là Cấp Cô Độc. Nơi đây vị này đã dâng cúng Tịnh Xá Kỳ Viên. Từ sau khi đạt giác ngộ vào năm 35 tuổi cho đến khi Ngài nhập Niết Bàn vào năm 80 tuổi, Ngài thuyết giảng suốt những năm tháng đó. Chắc chắn Ngài phải là một trong những người nhiều nghị lực nhất chưa từng thấy: 45 năm trường Ngài giảng dạy ngày đêm, và chỉ ngủ khoảng hai giờ một ngày. Suốt 45 năm, Đức Phật truyền giảng đạo khắp nơi trên xứ Ấn Độ. Ngài kết nạp nhiều đệ tử, lập các đoàn Tăng Già, Tỳ Kheo và Tỳ Kheo Ni, thách thức hệ thống giai cấp, giảng dạy tự do tín ngưỡng, đưa phụ nữ lên ngang hàng với nam giới, chỉ dạy con đường giải thoát cho dân chúng trên khắp các nẻo đường. Giáo pháp của Ngài rất đơn giản và đầy ý nghĩa cao cả, loại bỏ các điều xấu, làm các điều lành, thanh lọc thân tâm cho trong sạch. Ngài dạy phương pháp diệt trừ vô minh, đường lối tu hành để diệt khổ, xử dụng trí tuệ một cách tự do và khôn ngoan để có sự hiểu biết chân chánh. Đức Phật khuyên mọi người nên thực hành mười đức tính cao cả là từ bi, trí tuệ, xả, hỷ, giới, nghị lực, nhẫn nhục, chân thành, cương quyết, thiện ý và bình thản. Đức Phật chưa hề tuyên bố là Thần Thánh. Người luôn công khai nói rằng bất cứ ai cũng có thể trở thành Phật nếu người ấy biết phát triển khả năng và dứt bỏ được vô minh. Khi giác hạnh đã viên mãn thì Đức Phật đã 80 tuổi. Đức Phật nhập Niết Bàn tại thành Câu Thi Na, để lại hàng triệu tín đồ trong đó có bà Da Du Đà La và La Hầu La, cũng như một kho tàng giáo lý kinh điển quý giá mà cho đến nay vẫn được xem là khuôn vàng thước ngọc. Nói tóm lại, có tám thời kỳ trong cuộc đời Đức Phật hay Bát Tướng Thành Đạo. Thứ nhất là Đâu Suất lai nghinh tướng (Xuống từ cung trời Đâu Suất). Thứ nhì là thuyết pháp cho chư thiên trên cung trời Đâu Suất. Thứ ba là nhập thai

nơi Hoàng Hậu Ma Da. Thứ tư là tại vườn Lâm Tỳ Ni viên giáng sanh tướng. Thứ năm là du thành xuất gia tướng (xuất gia tu hành năm 29 tuổi). Thứ sáu là thành đạo sau 6 năm khổ hạnh (Bồ đề thọ hạ hàng ma Thành đạo tướng). Thứ bảy là tại Lộc Dã Uyển chuyển Pháp luân tướng (Chuyển Pháp Luân và Thuyết pháp). Thứ tám là nhập diệt năm 80 tuổi.

Theo ngài Pháp Hiển trong Tây Vực Ký, có rất nhiều tháp liên hệ đến những hoạt động của Đức Phật lịch sử; tuy nhiên, ông chỉ kể vài quan trọng hay vài cái đánh động đến sự chú ý của mình. Những tháp này thường được xây trên những địa điểm nhằm tưởng niệm Đức Phật. *Thứ nhất* là nơi Thái tử Tất Đạt Đa đản sanh trong vườn Lâm Tỳ Ni. *Thứ nhì* là nơi Thái tử Tất Đạt Đa, sau khi ra khỏi cổng thành phía Đông, trông thấy người bệnh và bảo người đánh xe Xa Nặc quay trở về Ca Tỳ La Vệ. *Thứ ba* là nơi Thái tử Tất Đạt Đa từ giã Xa Nặc và bạch mã Kiền Trắc ở xứ Ramagrama. *Thứ tư* là nơi Đức Phật tu tập 6 năm khổ hạnh. *Thứ năm* là nơi Đức Phật có lần tắm và một vị Trời đã hạ thấp một cành cây cho Ngài vịn để bước lên khỏi nước. *Thứ sáu* là nơi các cô gái dâng sữa và cháo cho Thái tử. *Thứ bảy* là nơi Đức Phật ngồi trên tảng đá quay mặt về hướng Đông để dùng cháo. *Thứ tám* là nơi Thái tử Tất Đạt Đa thành Chánh Giác tại Bồ Đề Đạo Tràng. *Thứ chín* là nơi Đức Phật ngắm cây Bồ Đề và thọ hưởng niềm an lạc của sự giải thoát bảy ngày sau khi Ngài giác ngộ tại Bồ Đề Đạo Tràng. *Thứ mười* là nơi Đức Phật kinh hành từ Đông sang Tây trong bảy ngày dưới cội Bồ Đề tại Bồ Đề Đạo Tràng. *Thứ mười một* là nơi chư Thiên dựng một đàn cao làm bằng thất bảo để cúng dường Đức Phật trong bảy ngày tại Bồ Đề Đạo Tràng. *Thứ mười hai* là nơi Đức Phật ngồi trên một tảng đá vuông xoay mặt về phương Đông dưới cây ni câu luật, lúc trời Phạm Thiên hiện xuống thỉnh cầu Ngài thuyết pháp tại Bồ Đề Đạo Tràng. *Thứ mười ba* là nơi Tứ Thiên Vương cúng dường bát cho Đức Phật tại Bồ Đề Đạo Tràng. *Thứ mười bốn* là nơi 500 thương gia dâng cúng bột và mật cho Đức Phật tại Bồ Đề Đạo Tràng. *Thứ mười lăm* là nơi Đức Phật ngồi xoay mặt về phía Đông, lần đầu tiên thuyết pháp hóa độ cho 5 anh em Kiều Trần Như tại vườn Lộc Uyển. *Thứ mười sáu* là nơi Đức Phật tiên đoán tương lai của Phật Di Lặc tại vườn Lộc Uyển. *Thứ mười bảy* là nơi rồng Y bát la hỏi Đức Phật chừng nào nó thoát được kiếp rồng tại vườn Lộc Uyển. *Thứ mười tám* là nơi Đức Phật hóa độ 3 anh em Ca Diếp và một ngàn đệ tử của họ tại Bồ Đề

Đạo Tràng. *Thứ mười chín* là nơi Đức Phật trở về thăm phụ vương tại thành Ca Tỳ La Vệ sau khi Ngài giác ngộ. *Thứ hai mươi* là nơi đất sáu lần rung chuyển khi 500 vương tử dòng Thích Ca đánh lễ Ưu Ba Li sau khi xuất gia. *Thứ hai mươi một* là nơi Đức Phật thuyết pháp cho chư Thiên trong khi Tứ Thiên Vương canh gác bốn cổng để ngăn không cho vua Tịnh Phạn vào tại thành Ca Tỳ La Vệ. *Thứ hai mươi hai* là nơi Đức Phật ngồi dưới cây ni câu luật, xoay mặt về hướng Đông khi đi mẫu Ma Ha Ba Xà Ba Đề dâng cúng cho Ngài một cái y tại thành Ca Tỳ La Vệ. *Thứ hai mươi ba* là nơi vua Trời Đế Thích và Phạm Thiên từ cung trời 33 cùng với Đức Phật xuống trần tại xứ Tăng Già Thi. *Thứ hai mươi bốn* là nơi Tỳ Kheo Ni Utpala, người đầu tiên đánh lễ Đức Phật khi Ngài từ cõi trời 33 trở xuống tại xứ Tăng Già Thi. *Thứ hai mươi lăm* là nơi Đức Phật giảng pháp cho đệ tử tại xứ Yết Nhã Cúc Xà. *Thứ hai mươi sáu* là nơi Đức Phật giảng pháp, kinh hành và ngồi thiền tại làng Hari. *Thứ hai mươi bảy* là nơi Đức Phật thuyết pháp cứu độ nhiều người, nơi Ngài kinh hành trong thành Xá Vệ, mỗi tháp đều có tên riêng. *Thứ hai mươi tám* là nơi Đức Phật đứng bên vệ đường khi vua Lưu Ly sắp tấn công dòng tộc Thích Ca tại thành Xá Vệ. *Thứ hai mươi chín* là nơi vua Lưu Ly tàn hại dòng họ Thích Ca và những người này khi chết đều đắc sơ quả tại thành Ca Tỳ La Vệ. *Thứ ba mươi* là nơi Đức Phật cảm hóa một ác quỷ, cách vườn Cù Sư La khoảng 8 do tuần về phía Đông, thuộc nước Câu Diệm Di. *Thứ ba mươi một* là nơi Đức Phật sống, kinh hành và ngồi thiền trong xứ Champa. *Thứ ba mươi hai* là nơi Đức Phật cùng đệ tử rời thành Tỳ Xá Ly bằng cổng phía Tây, và quay về bên phải, nhìn lại đô thành và bảo: “Đây là lần cuối cùng ta viếng thăm.” *Thứ ba mươi ba* là nơi Đức Phật nằm trong một cỗ quan tài bằng vàng và được kính lễ trong bảy ngày tại thành Câu thi na. *Thứ ba mươi bốn* là nơi Kim Cương Thủ bỏ kiếm vàng tại thành Câu thi na. *Thứ ba mươi lăm* là nơi Đức Phật nhập Niết Bàn tại thành Câu Thi Na.

Our Buddha

Buddha's Birth Day: In the year 563 B.C. a baby was born into a royal family in northern India. “In the heavens above and earth beneath I alone am the honoured one.” According to Indian legendary, this is first words attributed to Sakyamuni after his first seven steps when born from his mother’s right side, not an arrogant speaking, it

bears witness to an awareness of the identity of I, the one's own true nature or Buddha-nature with the true nature of the universe, not the earthly ego. This announcement is ascribed to every Buddha, as are also the same special characteristics attributed to every Buddha, hence he is the Tathagata come in the manner of all Buddhas. In Mahayanism he is the type of countless other Buddhas in countless realms and periods. He grew up in wealth and luxury but soon found that worldly comfort and security do not guarantee real happiness. He was deeply moved by the suffering he saw all around, so He resolved to find the key to human happiness. When he was 29 he left his wife and child and his Royal Palace and set off to sit at the feet of the great religious teachers of the day to learn from them. They taught him much but none really knew the cause of human sufferings and afflictions and how it could be overcome. Eventually, after six years study and meditation he had an experience in which all ignorance fell away and he suddenly understood. From that day onwards, he was called the Buddha, the Awakened One. He lived for another 45 years in which time he traveled all over northern India teaching others what he had discovered. His compassion and patience were legendary and he made hundreds of thousands of followers. In his eightieth year, old and sick, but still happy and at peace, he finally passed away into nirvana. It couldn't have been an easy thing for the Buddha to leave his family. He must have worried and hesitated for a long time before he finally left. There were two choices, dedicating himself to his family or dedicating himself to the whole world. In the end, his great compassion made him give himself to the whole world. And the whole world still benefits from his sacrifice. This was perhaps the most significant sacrifice ever made.

Nowadays, there are still some discussions over the exact year of the Buddha's birth; however, the majority of opinions favor 623 B.C. The Buddha's birthday was the day of the full moon in May. It was a beautiful day. The weather was nice and a gentle breeze was blowing. All the flowers in the Lumbini Park were blooming, emitting fragrant scents, and all the birds were singing melodious songs. Together, they seemed to have created a fairy land on earth to celebrate the birth of the Prince, a coming Buddha. According to the Indian legends, at that time, the earth shook, and from the sky, two silvery currents of

pure water gushed down, one was warm and the other cool, which bathed the body of the Prince. Nowadays, countries with Buddhist tradition usually celebrate the Buddha's Birthday around the middle of the fourth month of the Lunar Year. Also according to Indian legends, the more reliable Buddha's Birth Day, perhaps on the 4th month, 8th day; however, all Buddhist countries observe the Full Moon Day of the Lunar month of Vaisakha (April-May) as Buddha Birth Day Anniversary. For the Buddhist community, the most important event of the year is the celebration of the birth of the Buddha. It falls on the full-moon day in the fourth lunar month (in May of the Solar Calendar). This occasion is observed by millions of Buddhists throughout the world. It is called Vesak in Sri Lanka, Visakha Puja in Thailand. On this day, Buddhists in some countries like China and Korea would take part in the ceremonial bathing of the Buddha. They pour ladles of water scented with flower petals over a statue of the baby Buddha. This symbolizes purifying their thoughts and actions. The temple are elegantly decorated with flowers and banners; the altars are full of offerings. Vegetarian meals are provided for all. Captive animals, such as birds and turtles, are set free from their cages. This is a very joyous day for everyone. According to the Theravada tradition, the Buddha's Birth Day, perhaps on the 4th month, 8th day; however, all Buddhist countries observe the Full Moon Day of the Lunar month of Vaisakha (April-May) as Buddha Birth Day Anniversary. This is one of the major festivals of Buddhism because most Buddhist countries celebrate the day on which the Buddha was born, attained awakening, and passed into nirvana. According to the Mahayana tradition, the month corresponding to April-May, on the Full Moon day of which is celebrated the Birth, Renunciation, Enlightenment and Parinirvana of the Buddha. The Vesak celebration consists of the presentation of the teaching, contemplation of the life of Buddha, the process around the sacred sites. Furthermore, Vesak festival goes beyond mere historical commemoration; it is a reminder for each of us to strive to become enlightened.

Even though the Buddha is dead but 2,500 years later his teachings still help and save a lot of people, his example still inspires people, his words still continue to change lives. Only a Buddha could have such power centuries after his death. The Buddha did not claim that he was

a god, the child of god or even the messenger from a god. He was simply a man who perfected himself and taught that if we followed his example, we could perfect ourselves also. He never asked his followers to worship him as a god. In fact, He prohibited his followers to praise him as a god. He told his followers that he could not give favors to those who worship him with personal expectations or calamities to those who don't worship him. He asked his followers to respect him as students respect their teacher. He also reminded his followers to worship a statue of the Buddha to remind ourselves to try to develop peace and love within ourselves. The perfume of incense reminds us of the pervading influence of virtue, the lamp reminds us of the light of knowledge and the followers which soon fade and die, remind us of impermanence. When we bow, we express our gratitude to the Buddha for what his teachings have given us. This is the core nature of Buddhist worship. A lot of people have misunderstood the meaning of "worship" in Buddhism, even sincere Buddhists. Buddhists do not believe that the Buddha is a god, so in no way they could possibly believe that a piece of wood or metal is a god. In Buddhism, the statue of the Buddha is used to symbolize human perfection. The statue of the Buddha also reminds us of the human dimension in Buddhist teaching, the fact that Buddhism is man-centered, not god-centered, that we must look within not without to find perfection and understanding. So in no way one can say that Buddhists worship god or idols. In fact, a long time ago, when primitive man found himself in a dangerous and hostile situations, the fear of wild animals, of not being able to find enough food, of diseases, and of natural calamities or phenomena such as storms, hurricanes, volcanoes, thunder, and lightning, etc. He found no security in his surroundings and he had no ability to explain those phenomena, therefore, he created the idea of gods in order to give him comfort in good times, courage in times of danger and consolation when things went wrong. They believed that god arranged everything. Generations after generations, man continues to follow his ancestors in a so-called "faith in god" without any further thinkings. Some says they in believe in god because god responds to their prayers when they feel fear or frustration. Some say they believe in god because their parents and grandparents believed in god. Some others say that they prefer to go to church than to temple because those

who go to churches seem richer and more honorable than those who go to temples. Devout Buddhists should always remember that each religion has its own faith. We, Buddhists can neither compare this religion to that religion; nor can we say this religion is better than that religion. Be careful!

For the Sake of a Great Cause: The Buddha arose in this world for the Sake of a Great Cause, or because of a Great Matter. The Buddha appeared, for the changing beings from illusion into enlightenment (according to the Lotus Sutra), or the Buddha-nature (according to the Nirvana Sutra), or the joy of Paradise (according to the Infinite Life Sutra). According to the Anguttara Nikaya, the Buddha is a unique being, an extraordinary man arises in this world for the benefit of sentient beings, for the happiness of sentient beings, out of compassion for the world, and for the good of gods and men. The Buddha founded Buddhism. Some say that Buddhism is a philosophy of life, not a religion. In fact, Buddhism is not strictly a religion in the sense in which that word is commonly understood, for it is not a system of faith and worship to a supernatural god. Buddhism is neither a philosophy. In the contrary, the Buddha's message is really for human beings in daily life: "Keeping away from all evil deeds, cultivation of a moral life by doing good deeds and purification of mind from worldly impurities." This message originated from the Buddha's realization of the Truth. As a prince living in the lap of luxury, the Buddha started to ponder very deeply on why living beings suffer in this world. He asked himself: "What is the cause of this suffering?" One day while sitting under a tree as a young boy, he saw a snake suddenly appear and catch an eel. As the snake and the eel were struggling, an eagle swooped down from the sky and took away the snake with the eel still in its mouth. That incident was the turning point for the young prince to start thinking about renouncing the worldly life. He realized that living beings on the earth survive by preying on each other. While one being tries to grab and the other tries to escape and this eternal battle will continue forever. This never-ending process of hunting, and self-preservation is the basis of our unhappiness. It is the source of all suffering. The Prince decided that he would discover the means to end this suffering. He left His father's palace at the age of 29 and six years later he gained enlightenment. According to the Buddha, the Law of Cause and Effect

controls all beings. Karma simply means action. If a person commits a bad action (karma) it will be impossible for that person to escape from its bad effect. The Buddha is only a Master, who can tell beings what to do and what to avoid but he cannot do the work for anyone. In the Dhammapada Sutra, the Buddha clearly stated: “You have to do the work of salvation yourself. No one can do anything for another for salvation except to show the way.”

From the Buddhist point of view, all the circumstances of our life are manifestations of our own consciousness. This is the fundamental understanding of Buddhism. From painful, afflictive and confused situations to happy and peaceful circumstances... all are rooted in our own mind. Our problems are we tend to follow the lead of that restless mind, a mind that continuously gives birth to new thoughts and ideas. As a result, we are lured from one situation to another hoping to find happiness, yet we only experience nothing but fatigue and disappointment, and in the end we keep moving in the cycle of Birth and Death. The solution is not to suppress our thoughts and desires, for this would be impossible; it would be like trying to cover a stone over grass, grass will find its way to survive. We must find a better solution than that. Why do we not train ourselves to observe our thoughts without following them. This will deprive them their suppressing energy and is therefore, they will die out by themselves. Devout Buddhists do not consider the Buddha as one who can save us from the consequence of our individual sins. On the contrary, we should consider the Buddha as an all-seeing, all-wise Counselor; one who discovered the safe path and pointed it out; one who showed the cause of, and the only cure for, human sufferings and afflictions. In pointing out the road, in showing us how to escape these sufferings and afflictions, He became our Guide. The Buddha appeared, for the changing beings from illusion into enlightenment (according to the Lotus Sutra), or the Buddha-nature (according to the Nirvana Sutra), or the joy of Paradise (according to the Infinite Life Sutra).

Appearance to Save and Support All Sentient Beings: There are many reasons for the appearance of Enlightening Beings in order to save other sentient beings from the cycle of births and deaths. They take the roots of goodness universally benefit all sentient beings. They sentient beings to be purified and to reach the ultimate shore. They

help sentient beings forever leave the innumerable pains and afflictions in the paths of sufferings of the realms of hells, hungry ghosts, animals and asuras (titans), etc. Furthermore, salvation may be understood as the deliverance of someone from destruction, sufferings, afflictions, and so on, and to bring that person to the state of being safe from destructive forces, natural or supernatural. To other religions, salvation means deliverance from sin and death, and admission to a so-called “Eternal Paradise”. These are religions of deliverance because they give promise of some form of deliverance. They believe that a person’s will is important, but grace is more necessary and important to salvation. Those who wish to be saved must believe that they see a supernatural salvation of an almighty creator in their lives. In Buddhism, the concept of salvation is strange to all sincere Buddhists. One time, the Buddha told His disciples: “The only reason I have come into the world is to teach others. However, one very important thing is that you should never accept what I say as true simply because I have said it. Rather, you should test the teachings yourselves to see if they are true or not. If you find that they are true and helpful, then practice them. But do not do so merely out of respect for me. You are your own savior and no one else can do that for you.” One other time, the Buddha gently patted the crazy elephant and turned to tell Ananda: “The only way to destroy hatred is with love. Hatred cannot be defeated with more hatred. This is a very important lesson to learn.” Before Nirvana, the Buddha himself advised his disciples: “When I am gone, let my teachings be your guide. If you have understood them in your heart, you have no more need of me. Remember what I have taught you. Craving and desire are the cause of all sufferings and afflictions. Everything sooner or later must change, so do not become attached to anything. Instead devote yourselves to clearing your minds and finding true and lasting happiness.” These are the Buddha’s golden speeches on some of the concepts of salvation.

Ten Reasons Great Enlightening Beings Show the Act of Walking Seven Steps: According to the Flower Adornment Sutra, there are ten reasons Great Enlightening Beings show the act of walking seven steps. For these ten reasons they show the act of walking seven steps after birth; they manifest this to pacify sentient beings. *First*, to manifest the power of enlightening beings. *Second*, to manifest the

giving of the seven kinds of wealth. *Third*, to satisfy the wishes of the spirits of the earth. *Fourth*, to manifest the appearance of transcending the three worlds. *Fifth*, to manifest the supreme walk of the enlightening being, beyond the walk of the elephant, the bull, or the lion. *Sixth*, to manifest the characteristics of adamant ground. *Seventh*, to manifest the desire to give sentient beings courageous strength. *Eighth*, to manifest the practice of the seven jewels of awakening. *Ninth*, to show that the truth they have realized does not come from the instruction of another. *Tenth*, to manifest supreme peerless in the world.

Ten Reasons Great Enlightening Beings Practice Austerities:

According to the Flower Adornment Sutra, Chapter 38, there are ten reasons Great Enlightening Beings practice austerities. Enlightening Beings use these expedient means of austerities to pacify all sentient beings. *First*, to develop sentient beings with low understanding. *Second*, to remove false views from sentient beings. *Third*, to show the consequences of action to sentient beings who do not believe in consequences of action. *Fourth*, to do so in accord with the adulterated and polluted world. *Fifth*, to show the ability to endure toil and diligently work on the way. *Sixth*, to cause sentient beings to want to seek the truth. *Seventh*, for the sake of sentient beings who are attached to sensual pleasures and selfish pleasure. *Eighth*, in order to show that enlightening beings' effort is supreme, continuing to the very last life. *Ninth*, to induce sentient beings to enjoy the state of calm and tranquility and increase roots of goodness. *Tenth*, to wait until the time is ripe to develop people's immature faculties.

Ten Reasons Enlightening Beings Appear As Children: According to the Flower Adornment Sutra, Chapter 38, there are ten reasons Enlightening Beings appear as children: *First*, to manifest the learning of all worldly arts and sciences. *Second*, to manifest the learning of riding military arts and various worldly occupations. *Third*, to manifest the learning of all kinds of worldly things such as literature, conversation, games, and amusements. *Fourth*, to manifest the shedding of errors and faults of word, thought, and deed. *Fifth*, to manifest entering concentration, staying in the door of nirvana, and pervading infinite worlds in the ten directions. *Sixth*, to show that their power goes beyond all creatures, celestials, human, and nonhuman.

Seventh, to show that the appearance and majesty of enlightening beings goes beyond all deities. *Eighth*, to cause sentient beings addicted to sensual pleasures to joyfully take pleasure in truth. *Ninth*, to show the reception of truth and respectfully make offerings to all Buddhas. *Tenth*, to show empowerment of Buddhas and being bathed in the light of truth.

Ten Reasons Enlightening Beings Appear to Live in a Royal Palace: According to the Flower Adornment Sutra, Chapter 38, there are ten reasons Enlightening Beings appear to live in a royal palace: *First*, to cause roots of goodness of their colleagues of the past to develop to maturity. *Second*, to show the power of roots of goodness of Enlightening Beings. *Third*, to show the comforts of great spiritual power of enlightening beings to humans and celestials who are obsessed with comforts. *Fourth*, to adapt to the minds of sentient beings in the polluted world. *Fifth*, to manifest the spiritual power of Enlightening Beings, able to enter concentration in the heart of the palace. *Sixth*, to enable those who had the same aspiration in the past to fulfill their aims. *Seventh*, to enable their parents, family and relatives to fulfill their wishes. *Eighth*, to use music to produce the sounds to the sublime teaching to offer to all Buddhas. *Ninth*, to dwell in the subtle concentration while in the palace and show everything from the attainment of Buddhahood to final extinction. *Tenth*, to accord with and preserve the teaching of the Buddhas.

Ten Reasons Great Enlightening Beings Smile and Make a Promise to Tame and Pacify Sentient Beings: According to the Flower Adornment Sutra, Chapter 38, there are ten reasons why Great Enlightening Beings smile and make a promise in their hearts to tame and pacify sentient beings. *First*, Great Enlightening Beings think that all worldlings are sunk in the mire of craving, and no one but Enlightening Beings can rescue them. *Second*, all worldlings are blinded by passion and afflictions, and only Enlightening Beings have wisdom. *Third*, based on this so-called body, Enlightening Beings will attain the supreme reality-body of Buddhas, which fills all times. *Fourth*, then the Enlightening Beings, with unobstructed eyes, look over all the Brahma heavens and all the controlling heavens, and think: These sentient beings all think they have the power of knowledge. *Fifth*, the Enlightening Beings observe sentient beings who have long

planted roots of goodness and who now are regressing and sinking. *Sixth*, the Enlightening Beings observe that though the seeds sown in the world be few, the fruits reaped are many. *Seventh*, the Enlightening Beings see that all sentient beings who receive the teaching of Buddha will surely gain benefit. *Eighth*, the Enlightening Beings see that Enlightening Beings who were their colleagues in past ages have become obsessed with other things and cannot attain the great virtues of the Buddha teaching. *Ninth*, the Enlightening Beings see that the celestials and humans who were in the same communities with them in the past still are in mundane states, unable to detach from them, and not tiring of them either. *Tenth*, then Enlightening Beings are bathed in the lights of all Buddhas and are even more joyful.

Ten Reasons Great Enlightening Beings Renounce the World:

According to the Flower Adornment Sutra, Chapter 38, there are ten reasons great enlightening beings renounce the world: *First*, to reject living at home. *Second*, to cause sentient beings attached to their homes give up their attachment. *Third*, to follow and appreciate the path of Saints. *Fourth*, to publicize and praise the virtues of leaving home. *Fifth*, to demonstrate enternal detachment from extreme views. *Sixth*, to cause sentient beings to detach from sensual and selfish pleasures. *Seventh*, to show the apearance of transcending the world. *Eighth*, to show indepedence, not being subject to another. *Ninth*, to show that they are going to attain the ten powers and fearlessnesses of Buddhas. *Tenth*, it is natural that Enlightening Beings in their final life should do so.

Fifty-Four Reasons and/or Vows That Cause Great Enlightening Beings to Appear: According to the Buddha in The Flower Adornment Sutra, chapter 25, Ten Dedications Chapter, Enlightening Beings save other sentient beings without any mental image of sentient beings, Enlightening Beings think that: *First*, they may use these roots of goodness universally to benefit all sentient beings, causing them to be purified, to reach the ultimate shore, and to forever leave the innumerable pains and afflictions of the realms of hells, hungry ghosts, animals and asuras (titans). *Second*, when the great Enlightening Beings plant these roots of goodness, they dedicate their won roots of goodness thus. I should be a hostel for all sentient beings, to let them escape from all painful things. I should be a protector for all sentient

beings, to let them all be liberated from all afflictions. I should be a refuge for all sentient beings, to free them from all fears. I should be a goal for all sentient beings, to cause them to reach universal knowledge. I should make a resting place for all sentient beings, to enable them to find a place of peace and security. I should be a light for all sentient beings, to enable them to attain the light of knowledge to annihilate the darkness of ignorance. I should be a torch for all sentient beings, to destroy all darkness of nescience. I should be a lamp for all sentient beings, to cause them to abide in the realm of ultimate purity. I should be a guide for all sentient beings, to lead them into the truth. I should be a great leader for all sentient beings, to give them great knowledge. *Third*, Great Enlightening Beings dedicate all foundations of goodness in this way, to equally benefit all sentient beings and ultimately cause them all to attain universal knowledge. Enlightening Beings' protection of and dedication to those who are not their relatives or friends are equal to those for their relatives and friends. Enlightening Beings enter the equal nature of all things, they do not conceive a single thought of not being relatives or friends. Even if there be sentient beings, who have malicious or hostile intentions toward the Enlightening Beings, still the Enlightening Beings also regard them with the eye of compassion and are never angered. *Fourth*, Enlightened Beings are good friends to all sentient beings. They always explain the right teaching for sentient beings, so that they may learn and practice it. *Fifth*, Enlightening beings dedicate because they are just as the ocean which cannot be changed or destroyed by all poisons. The various oppressive afflictions of all the ignorant, the unwise, the ungrateful, the wrathful, those poisoned by covetousness, the arrogant and conceited, the mentally blind and deaf, those who do not know what is good, and other such evil sentient beings, cannot disturb the Enlightening Beings; they are just as the sun, appearing in the world not concealed because those who are born blind do not see it, not hidden by the obstruction of such things as mirages, eclipses, trees, high mountains, deep ravines, dust, mist, smoke, or clouds, not concealed by the change of seasons. Enlightening Beings dedicate with great virtues, with deep and broad minds. They dedicate because they want ultimate virtue and knowledge, their minds aspire to the supreme truth; the light of truth illumines everywhere and they perceive the

meanings of everything. Their knowledge freely commands all avenues of teaching, and in order to benefit all sentient beings they always practice virtuous ways, never mistakenly conceiving the idea of abandoning sentient beings. *Sixth*, Enlightening Beings do not reject sentient beings and fail to cultivate dedication because of the meanness of character of sentient beings, or because their erroneous will, ill-will and confusion are hard to quell. *Seventh*, Enlightening Beings just array themselves with the armor of great vows of Enlightening Beings, saving sentient beings without ever retreating. *Eighth*, Enlightening Beings do not withdraw from enlightening activity and abandon the path of enlightenment just because sentient beings are ungrateful. *Ninth*, Enlightening Beings do not get sick of sentient beings just because ignoramuses altogether give up all the foundations of goodness which accord with reality. *Tenth*, Enlightening Beings do not retreat because sentient beings repeatedly commit excesses and evils which are hard to bear. *Eleventh*, Great Enlightening Beings do not cultivate roots of goodness and dedicate them to complete perfect enlightenment just for the sake of one sentient being; it is in order to save and safeguard all sentient beings everywhere that they cultivate roots of goodness and dedicate them to unexcelled complete perfect enlightenment. *Twelfth*, it is not purify just one Buddha-land, not because of belief in just one Buddha, not just to see one Buddha, not just to comprehend one doctrine that they initiate the determination for great knowledge and dedicate it to unexcelled complete perfect enlightenment. It is to purify all Buddha-lands, out of faith in all Buddhas, to serve all Buddhas, to understand all Buddha-teachings, that they initiate great vows, cultivate the foundations of goodness, and dedicate them to unexcelled complete perfect enlightenment. *Thirteenth*, Enlightening Beings vow that: “By my roots of goodness, may all creatures, all sentient beings, be purified, may they be filled with virtues which cannot be ruined and are inexhaustible. May they always gain respect. May they have right mindfulness and unflinching recollection. May they attain sure discernment. May they be replete with immeasurable knowledge. May all virtues of physical, verbal and mental action fully adorn them.” *Fourteenth*, Bodhisattvas use these roots of goodness to cause all sentient beings to serve all Buddhas, to their unflinching benefit, to cause all sentient beings’ pure faith to be

indestructible, to cause all sentient beings to hear the true teaching, cut off all doubt and confusion, remember the teaching without forgetting it, to cause all sentient beings to cultivate in accord with the teaching, to cause sentient beings to develop respect for the enlightened, to cause sentient beings to act with purity, to rest securely on innumerable great foundations of goodness, to cause all sentient beings to be forever free from poverty, to cause all sentient beings to be fully equipped with the seven kinds of wealth (faith, vigor, shame, learning, generosity, concentration and wisdom), to cause all sentient beings to always learn from the Buddha, to perfect innumerable roots of goodness, to cause sentient beings to attain impartial understanding, to abide in omniscience, to look upon all sentient beings equally with unobstructed eyes, to adorn their bodies with all marks of greatness, without any flaws, beautiful voices, replete with all fine qualities, to have control over their senses, to accomplish the ten powers, to be filled with good will, to dwell or depend on nothing, to cause all sentient beings to attain the enjoyments of Buddhahood and abide in the abode of Buddhas. *Fifteenth*, seeing sentient beings doing all sorts of bad things and suffering all sorts of misery and pain, and being hindered by this from seeing the Buddha, hearing the teaching and recognizing the community, the enlightening beings vow to enter those states of woe, take on the various miseries in place of the sentient beings, to cause them to be free. *Sixteenth*, Enlightening Beings suffer pain in this way, but they are not discouraged. In the contrary, they vigorously cultivate without ceasing because they are determined to carry all sentient beings to liberation. They are determined to save all sentient beings and to enable them to attain emancipation, so that they can be free from the realm of pain and troubles of birth, old age, sickness, and death. They are determined to save all sentient beings from revolving in erroneous views, bereft of qualities of goodness. They are determined to save all sentient beings who are wrapped up in the web of attachments, covered by the shroud of ignorance, clinging to all existents, pursuing them unceasingly, entering the cage of suffering, acting like maniacs, totally void of virtue or knowledge, always doubtful and confused, do not perceive the place of peace, do not know the path of emancipation, revolve in birth and death without rest, and always submerged in the mire of suffering. *Seventeenth*, Enlightening

Beings are not seeking liberation for themselves, but they want to use what they practice to cause all sentient beings become supreme sovereign of knowledge, attain the omniscient mind, cross over the flow of birth and death, and be free from all suffering. *Eighteenth*, Enlightening Beings vow to accept all sufferings for the sake of all sentient beings, and enable them to escape from the abyss of immeasurable woes of birth and death. *Nineteenth*, Enlightening Beings always vow to accept all sufferings for the sake of all sentient beings in all worlds, in all states of misery forever, but still always cultivate foundations of goodness for the sake of all beings. *Twentieth*, Enlightening Beings vow that they would rather take all this sufferings on themselves than allow sentient beings to fall into hell, animal, hungry ghost, and asura realms. *Twenty-first*, Enlightening Beings vow to protect all sentient beings and never abandon them. This is a sincere vow because they set their mind on enlightenment in order to liberate all sentient beings, not seeking the unexcelled way for their own sake. *Twenty-second*, Enlightening Beings do not cultivate enlightening practice in search of pleasure or enjoyment. Why? Because mundane pleasures are all sufferings and mundane pleasures are the realms of maniacs. Only craved by ignorant people, but scorned by Buddhas because all misery arises from them. The anger, fighting, mutual defamation and such evils of the realms of hells, ghosts, animals and asuras are all caused by greedy attachment to objects of desire. By addiction to desires, one become estranged from the Buddhas and hindered from birth in heaven, to say nothing of unexcelled complete perfect enlightenment. *Twenty-third*, Enlightening Beings vow to dedicate roots of goodness to enable all sentient beings to attain ultimate bliss, beneficial bliss, the bliss of nonreception, the bliss of dispassionate tranquility, the bliss of imperturbability, immeasurable bliss, the bliss of not rejecting birth and death yet not regressing from nirvana, undying bliss, and the bliss of universal knowledge. *Twenty-fourth*, for all sentient beings, Enlightening Beings vow to be a charioteer, to be a leader, to be holding the torch of great knowledge and showing the way to safety and peace, freeing them from danger, to use appropriate means to inform sentient beings of the truth. In the ocean of birth and death, they are skillful captains of the ship, who know how to deliver sentient beings to the other shore. *Twenty-fifth*,

Enlightening Beings dedicate all their roots of goodness and save sentient beings by employing means appropriate to the situation to cause them to emerge from birth and death, to serve and provide for all the Buddhas, to attain unhindered, omniscient knowledge, to abandon all maniacs and bad associates, to approach all Enlightening Beings and good associates, to annihilate all error and wrongdoing, to perfect pure behavior, and to fulfill the great practical vows and innumerable virtues of Enlightening Beings. *Twenty-sixth*, sentient beings cannot save themselves, how can they save others? Only Enlightening Beings have this unique determination of cultivating amass roots of goodness and dedicate them in this way to liberate all sentient beings, to illumine all sentient beings, to guide all sentient beings, to enlighten all sentient beings, to watch over and attend to all sentient beings, to take care of all sentient beings, to perfect all sentient beings, to gladden all sentient beings, to bring happiness to all sentient beings, and to cause all sentient beings to become freed from doubt. *Twenty-seventh*, Enlightening Beings' dedications should be like the sun shining universally on all without seeking thanks or reward; not abandoning all sentient beings because one sentient being is evil, just diligently practicing the dedications of roots of goodness to cause all sentient beings to attain peace and ease. Enlightening Beings are able to take care of all sentient beings even if they are bad, never giving up their vows on this account. Even if their roots of goodness be few, but because they want to embrace all sentient beings, so they always make a great dedication with a joyful heart. If one has roots of goodness but does not desire to benefit all sentient beings that is not called dedication. When every single root of goodness is directed toward all sentient beings that is called dedication. *Twenty-eighth*, Enlightening Beings cultivate dedication to place sentient beings in the true nature of things where there is no attachment. *Twenty-ninth*, Enlightening Beings cultivate dedication to see that the intrinsic nature of sentient beings doesn't move or change. *Thirtieth*, Enlightening Beings cultivate dedication without depending on or grasping dedication. *Thirty-first*, Enlightening Beings cultivate dedication without attachment to the appearances of roots of goodness. *Thirty-second*, Enlightening Beings cultivate dedication without false ideas about essential nature of consequences of actions. *Thirty-third*, Enlightening Beings cultivate

dedication without attachment to the characteristics of the five clusters of material and mental existence. *Thirty-fourth*, Enlightening Beings cultivate dedication without destroying the characteristics of the five clusters. *Thirty-fifth*, Enlightening Beings cultivate dedication without grasping action. *Thirty-sixth*, Enlightening Beings cultivate dedication without seeking reward. *Thirty-seventh*, Enlightening Beings cultivate dedication without attachment to causality. *Thirty-eighth*, Enlightening Beings cultivate dedication without imagining what is producing by causality. *Thirty-ninth*, Enlightening Beings cultivate dedication without attachment to reputation. *Fortieth*, Enlightening beings cultivate dedication without attachment to location. *Forty-first*, Enlightening Beings cultivate dedication without attachment to unreal things. *Forty-second*, Enlightening Beings cultivate dedication without attachment to images of sentient beings, the world, or mind. *Forty-third*, Enlightening Beings cultivate dedication without creating delusions of mind, delusions of concepts, or delusions of views. *Forty-fourth*, Enlightening Beings cultivate dedication without attachment to verbal expression. *Forty-fifth*, Enlightening Beings cultivate dedication observing the true nature of all things. *Forty-sixth*, Enlightening beings cultivate dedication observing the aspects in which all sentient beings are equal. *Forty-seventh*, Enlightening Beings cultivate dedication stamping all roots of goodness with the seal of the realm of truth. *Forty-eighth*, Enlightening Beings cultivate dedication observing all things dispassionately; they understand that all things have no propagation and that roots of goodness are also thus. *Forty-ninth*, Enlightening Beings cultivate dedication observing that things are nondual, unborn, and unperishing. *Fiftieth*, Enlightening Beings use such roots of goodness to cultivate and practice pure methods of curing spiritual ills. *Fifty-first*, all of their roots of goodness are in accord with transcendental principles, but they do not conceive of them dualistically. *Fifty-second*, it is not in their deeds that they cultivate omniscience. *Fifty-third*, Enlightening Beings cultivate omniscience, but it is not apart from deeds that they cultivate omniscience. Omniscience is not identical to action, but omniscience is not attained apart from action either. Because their action is pure as light, the consequences are also pure as light; because the consequences are pure as light, omniscience is also pure as light. They detach from all

confusions and thoughts of self and possession, Enlightening Beings skillfully cultivate dedication of all roots of goodness. *Fifty-fourth*, Enlightening Beings cultivate dedication in this way to liberate sentient beings ceaselessly; they do not dwell on appearances. Though they know that in all things there is no action and no consequences, yet they can skillfully produce all deeds and consequences without opposition or contention. Enlightening Beings cultivate dedication, free from all faults and are praised by all Buddhas.

The Buddha Is a Complete Enlightened One: The word Buddha is not a proper name, but a title meaning “Enlightened One” or “Awakened One.” Prince Siddhartha was not born to be called Buddha. He was not born enlightened; however, efforts after efforts, he became enlightened. Any beings who sincerely try can also be freed from all clings and become enlightened as the Buddha. All Buddhists should be aware that the Buddha was not a god or any kind of supernatural being. Like us, he was born a man. The difference between the Buddha and an ordinary man is simply that the former has awakened to his Buddha nature while the latter is still deluded about it. However, whether we are awakened or deluded, the Buddha nature is equally present in all beings. “Buddha” is an epithet of those who successfully break the hold of ignorance, liberate themselves from cyclic existence, and teach others the path to liberation. The word “Buddha” derived from the Sanskrit root *budh*, “to awaken,” it refers to someone who attains Nirvana through meditative practice and the cultivation of such qualities as wisdom, patience, and generosity. Such a person will never again be reborn within cyclic existence, as all the cognitive ties that bind ordinary beings to continued rebirth have been severed. Through their meditative practice, Buddhas have eliminated all craving, and defilements. The Buddha of the present era is referred to as “Sakyamuni” (Sage of the Sakya). He was born Siddhartha Gautama, a member of the Sakya clan. The Buddha is One Awakened or Enlightened to the true nature of existence. The word Buddha is the name for one who has been enlightened, who brings enlightenment to others, whose enlightened practice is complete and ultimate. The term Buddha derived from the Sanskrit verb root “*Budh*” meaning to understand, to be aware of, or to awake. It describes a person who has achieved the enlightenment that leads to release from the cycle of birth

and death and has thereby attained complete liberation. The Buddha is the Enlightened One. Chinese translation is “to perceive” and “knowledge.” Buddha means a person who has achieved the enlightenment that leads to release from the cycle of birth and death and has thereby attained complete liberation. There are three degrees of enlightenment: enlightenment derived from one’s self, enlighten others, and attain the Buddhahood. The Buddha is the Enlightened One with Great Loving Kindness. He benefitted and perfected of the self (to benefit oneself), or to improve himself for the purpose of improving or benefiting others. Self-benefiting for the benefit of others, unlimited altruism and pity being the theory of Mahayana. “Self profit, profit others,” the essential nature and work of a Bodhisattva, to benefit himself and benefit others, or himself press forward in the Buddhist life in order to carry others forward. Hinayana is considered to be self-advancement, self-salvation by works or discipline; Bodhisattva Buddhism as saving oneself in order to save others, or making progress and helping others to progress, Bodhisattvism being essentially altruistic. The second step is Benefiting or perfecting of others (to benefit others). And the third step is to attain of Buddhahood.

The Buddha is the person who has achieved the enlightenment that leads to release from the cycle of birth and death and has thereby attained complete liberation. The word Buddha is not a proper name but a title meaning “Enlightened One” or “Awakened One.” Prince Siddhartha was not born to be called Buddha. He was not born enlightened, nor did he receive the grace of any supernatural being; however, efforts after efforts, he became enlightened. It is obvious to Buddhists who believe in re-incarnation, that the Buddha did not come into the world for the first time. Like everyone else, he had undergone many births and deaths, had experienced the world as an animal, as a man, and as a god. During many rebirths, he would have shared the common fate of all that lives. A spiritual perfection like that of a Buddha cannot be the result of just one life. It must mature slowly throughout many ages and aeons. However, after His Enlightenment, the Buddha confirmed that any beings who sincerely try can also be freed from all clings and become enlightened as the Buddha. All Buddhists should be aware that the Buddha was not a god or any kind of supernatural being (supreme deity), nor was he a savior or creator

who rescues sentient beings by taking upon himself the burden of their sins. Like us, he was born a man. The difference between the Buddha and an ordinary man is simply that the former has awakened to his Buddha nature while the latter is still deluded about it. However, the Buddha nature is equally present in all beings.

According to the Zen sects, Buddhists accept the historic Sakyamuni Buddha neither as a Supreme Deity nor as a savior who rescues men by taking upon himself the burden of their sins. Rather, it venerates him as a fully awakened, fully perfected human being who attained liberation of body and mind through his own human efforts and not by the grace of any supernatural being. According to Buddhism, we are all Buddhas from the very beginning that means every one of us is potentially a Buddha; however, to become a Buddha, one must follow the arduous road to enlightenment. Various classifications of the stages of Buddhahood are to be found in the sutras. A Buddha in the highest stage is not only fully enlightened but a Perfect One, one who has become whole, complete in himself, that is, one in whom all spiritual and psychic faculties have come to perfection, to maturity, to a stage of perfect harmony, and whose consciousness encompasses the infinity of the universe. Such a one can no longer be identified with the limitations of his individual personality, his individual character and existence; there is nothing by which he could be measured, there are no words to describe him.

The Historical Buddha Sakyamuni: The historical person with the name of Siddhattha, a Fully Enlightenment One. One who has reached the Utmost, Right and Equal Enlightenment. The lack of hard facts and information, even the date of the Buddha's life is still in doubt. Indian people believe that the Buddha's Nirvana took place around 100 years before the time of king Asoka. However, most modern scholars agreed that the Buddha's Birthday was in some time in the second half of the seventh century B.C. and His Nirvana was about 80 years after His Birthday. The Buddha is the All-Knowing One. He was born in 623 BC in Northern India, in what is now Nepal, a country situated on the slope of Himalaya, in the Lumbini Park at Kapilavathu on the Vesak Fullmoon day of April. Almost 26 centuries ago, the Sakyas were a proud clan of the Khattiyas (the Warrior Caste) living on the foothill of the Himalaya in Northern Nepal. His royal name was Siddhartha, and

his family name was Gautama. He belonged to the illustrious family of the Okkaka of the Solar Race. King Raja Suddhodana founded a strong kingdom with the capital at Kapilavatthu. His wife was Queen Maha Maya, daughter of the Kolya. Before giving birth to her child, according to the custom at that time, she asked for the King's permission to return to her parents' home in Devadaha for the childbirth. On the way to her parents' home, the Queen took a rest at Lumbini Park, a wonderful garden where flowers filled the air with sweet odor, while swarms of bees and butterflies were flying around and birds of all color were singing as if they were getting ready to welcome the Queen. As she was standing under a flowering sala tree, and catching hold of a branch in full bloom, she gave birth to a prince who would later become Buddha Gotama. All expressed their delight to the Queen and her noble baby prince. Heaven and Earth rejoiced at the marvels. The memorable day was the Full Moon Day of Vesak (in May) in 623 BC. On the naming ceremony, many learned Brahmins were invited to the palace. A wise hermit named Asita told the king that two ways would open for the prince: he would either become a universal ruler or would leave the world and become a Buddha. Asita named the baby Siddhattha, which means "the One whose wish is fulfilled." At first the King was pleased to hear this, but later he was worried about the statement that the prince would renounce the world and become a homeless hermit. In the palace, however, delight was followed quickly by sorrow, seven days after the childbirth, Queen Maya suddenly died. Her younger sister, Pajapati Gotami, the second Queen, became the prince's devoted foster mother, who brought him up with loving care. Although grew up in a luxurious life of a prince with full of glory, he was kind and gentle. He received excellent education in both Vedas and the arts of warfare. A wonderful thing happened at a ploughing festival in his childhood. It was an early spiritual experience which, later in his search for truth, served as a key to his Enlightenment. Once on a spring ploughing ceremony, the King took the prince to the field and placed him under the shade of a rose apple tree where he was watched by his nurses. Because the King himself took part in the ploughing, the prince looked at his father driving a golden plough together with other nobles, but he also saw the oxen dragging their heavy yokes and many farmers sweating at their

work. While the nurses ran away to join the crowd, he was left alone in the quiet. Though he was young in age, he was old in wisdom. He thought so deeply over the sight that he forgot everything around and developed a state of meditation to the great surprise of the nurses and his father. The King felt great pride in his son, but all the time he recalled the hermit's prophecy. Then he surrounded him with all pleasures and amusements and young playmates, carefully keeping away from him all knowledge of pain, sadness and death. When he was sixteen years old, the King Suddhodana arranged for his son's a marriage with the princess Yasodhara, daughter of King Soupra-Buddha, who bore him a son named Rahula. Although raised in princely luxury and glory, surrounded with splendid palaces, His beautiful wife and well-behaved son, He felt trapped amidst this luxury like a bird in a gold cage, a fish in a silver vase. During a visit to the outskirts of the city, outside the four palace portals, He saw the spectacle of human suffering, an old man with white hair, fallen teeth, blurred eyes, deaf ears, and bent back, resting on his cane and begging for his food; A sick man lying at the roadside who moaned painfully; a dead man whose body was swollen and surrounded with flies and bluebottles; and a holy ascetic with a calm appearance. The four sights made Him realize that life is subject to all sorts of sufferings. The sight of the holy ascetic who appeared serene gave Him the clue that the first step in His search for Truth was "Renunciation." Back in his palace, he asked his father to let Him enter monkhood, but was refused. Nevertheless, He decided to renounce the world not for His own sake or convenience, but for the sake of suffering humanity. This unprecedented resolution made Prince Siddartha later become the Founder of Buddhism. At the age of twenty-nine, one night He decided to leave behind His princely life. After his groom Chandala saddled His white horse, He rode off the royal palace, toward the dense forest and became a wandering monk. First, He studied under the guidance of the leading masters of the day such as Alara Kalama and Uddaka Ramaputta. He learned all they could teach Him; however, He could not find what He was looking for, He joined a group of five mendicants and along with them, He embarked on a life of austerity and particularly on starvation as the means which seemed most likely to put an end to birth and death. In His desire for quietude He emaciated His

body for six years, and carried out a number of strict methods of fasting, very hard for ordinary men to endure. The bulk of His body was greatly reduced by this self-torture. His fat, flesh, and blood had all gone. Only skin and bone remained. One day, worn out He fell to the ground in a dead faint. A shepherdess who happened to pass there gave Him milk to drink. Slowly, He recovered His body strength. His courage was unbroken, but His boundless intellect led Him to the decision that from now on He needed proper food. He would have certainly died had He not realized the futility of self-mortification, and decided to practice moderation instead. Then He went into the Nairanjana River to bathe. The five mendicants left Him, because they thought that He had now turned away from the holy life. He then sat down at the foot of the Bodhi tree at Gaya and vowed that He would not move until He had attained the Supreme Enlightenment. After 49 days, at the beginning of the night, He achieved the “Knowledge of Former Existence,” recollecting the successive series of His former births in the three realms. At midnight, He acquired the “Supreme Heavenly Eye,” perceiving the spirit and the origin of the Creation. Then early next morning, He reached the state of “All Knowledge,” realizing the origin of sufferings and discovering the ways to eliminate them so as to be liberated from birth-death and reincarnation. He became Anuttara Samyak-Sambodhi, His title was Sakyamuni Buddha. He attained Enlightenment at the age of 35, on the eighth day of the twelfth month of the lunar calendar, at the time of the Morning Star’s rising. After attaining Enlightenment at the age of 35 until his Mahaparinirvana at the age of 80, he spent his life preaching and teaching. He was certainly one of the most energetic man who ever lived: forty-nine years he taught and preached day and night, sleeping only about two hours a day. The Buddha said: “I am not the first Buddha to come upon this earth, nor shall I be the last. In due time, another Buddha will arise, a Holy one, a supreme Enlightened One, an incomparable leader. He will reveal to you the same Eternal Truth which I have taught you.” Two months after his Enlightenment, the Buddha gave his first discourse entitled “The Turning of The Dharma Wheel” to the five ascetics, the Kodannas, his old companions, at the Deer Park in Benares. In this discourse, the Buddha taught: “Avoiding the two extremes of indulgence in sense pleasures and self-

mortification, the Tathagata has comprehended the Middle Path, which leads to calm, wisdom, enlightenment and Nirvana. This is the Very Noble Eight-fold Path, namely, right view, right thought, right speech, right action, right livelihood, right effort, right mindfulness, and right concentration.” Next he taught them the Four Noble Truths: Suffering, the Cause of Suffering, the Ceasing of Suffering and the Path leading to the ceasing of suffering. The Venerable Kodanna understood the Dharma and immediately became a Sotapanna, the other four asked the Buddha to receive them into his Order. It was through the second sermon on the “No-self Quality” that all of them attained Arahantship. Later the Buddha taught the Dharma to Yasa, a rich young man in Benares and his 54 companions, who all became Arahants. With the first 60 disciples in the world, the Buddha founded his Sangha and he said to them: “I am free from all fetters, both human and divine, you are also free from all fetters. Go forth, Bhiksus, for the welfare of many, for the happiness of many, out of compassion for the world, for the good and welfare, and happiness of gods and men. Preach the Dharma, perfect in the beginning, perfect in the middle, perfect in the end, both in spirit and in letter. Proclaim the holy life in all its fullness and purity.” With these words, he sent them into the world. He himself set out for Uruvela, where he received 30 young nobles into the Order and converted the Three Brothers Kassapa, who were soon established in Arahantship by means of “the Discourse on Fire.” Then the Buddha went to Rajagaha, to visit King Bimbisara. The King, on listening to the Dharma, together with his attendants, obtained the Fruit of the First Path and formally offered the Buddha his Bamboo Grove where the Buddha and the Sangha took up their residence for a long time. There, the two chief disciples, Sariputra and Mogallana, were received into the Order. Next, the Buddha went to Kapilavatthu and received into the Order his own son, Rahula, and his half-brother Nanda. From his native land, he returned to Rajagaha and converted the rich banker Anathapindika, who presented him the Jeta Grove. For 45 years, the Buddha traversed all over India, preaching and making converts to His religion. He founded an order of monks and later another order of nuns. He challenged the caste system, taught religious freedom and free inquiry, raised the status of women up to that of men, and showed the way to liberation to all walks of life. His teaching were very simple but

spiritually meaningful, requiring people “to put an end to evil, fulfil all good, and purify body and mind.” He taught the method of eradicating ignorance and suppressing sufferings. He encouraged people to maintain freedom in the mind to think freely. All people were one in the eyes of the Buddha. He advised His disciples to practice the ten supreme qualities: compassion, wisdom, renunciation, discipline, will power, forbearance, truthfulness, determination, goodwill, and equanimity. The Buddha never claimed to be a deity or a saint. He always declared that everyone could become a Buddha if he develops his qualities to perfection and is able to eliminate his ignorance completely through his own efforts. At the age of 80, after completing His teaching mission, He entered Nirvana at Kusinara, leaving behind millions of followers, among them were His wife Yasodara and His son Rahula, and a lot of priceless doctrinal treasures considered even today as precious moral and ethical models. In short, there are eight periods of Buddha’s life. First, descending from the Tushita Heaven Palace, or descend into and abode in the Tusita heaven. Second, abode at the Tushita and visibly preached to the devas. Third, entry into his mother’s womb (Queen Maha Maya). Fourth, birth from his mother’s side in Limbini. Fifth, leaving the home life (leaving home at the age of 29 as a hermit). Sixth, subduing mara and accomplishing the Way. After six years suffering, subduing mara and attaining enlightenment. Seventh, turning the Dharma wheel (rolling the Law-wheel or preaching). Eighth, entering nirvana (Parinirvana) at the age of 80.

According to Fa-Hsien in the Records of the Western Lands, there were a lot of stupas associated with some activities of the historical Buddha; however, he only mentioned some that attracted his attention, or some he thought they were important enough to record in his journal. They usually were stupas that were built over the places of commemoration of the Buddha. *First*, where Prince Siddhartha Gautama was born at Lumbini garden. *Second*, where Prince Siddhartha Gautama, having left the city by Eastern gate, saw a sick man and ordered His charioteer Channa to return to the palace at Kapilavastu. *Third*, where Prince Siddhartha Gautama dismissed His charioteer Channa and His white horse Kanthaka in the country of Ràmagràma. *Fourth*, where the Buddha practiced austerity for six years. *Fifth*, where the Buddha once bathed and a deity lowered a

branch of a tree for Him to hold on and step out of the water. *Sixth*, where the maidens of Gramika offered milk and rice to the Prince. *Seventh*, where the Buddha sat facing east on a rock under a great tree and ate rice. *Eighth*, where Prince Siddhartha Gautama attained Buddhahood at Gaya. *Ninth*, where the Buddha, seven days after His enlightenment looked at the Bodhi Tree and enjoyed the bliss of emancipation at Gaya. *Tenth*, where the Buddha walked from east to west for seven days under the Bodhi Tree at Gaya. *Eleventh*, where the deities raised a terrace made of seven precious substances to make offerings to the Buddha for seven days at Gaya. *Twelfth*, where the Buddha sat on a square rock facing east under a Nyagrodha tree when Brahma came to invite Him to preach the Dharma at Gaya. *Thirteenth*, where four celestial kings presented Him with an alms-bowl at Gaya. *Fourteenth*, where five hundred merchants offered Him flour and honey at Gaya. *Fifteenth*, where the Buddha sat facing east, preached the first sermon and converted Kaundinya and his companions at Varanasi in the Deer Park. *Sixteenth*, where he predicted the future of Maitreya Buddha at Varanasi in the Deer Park. *Seventeenth*, where the dragon Elàpattrā asked the Buddha when he could be free from his dragon form at Varanasi in the Deer Park. *Eighteenth*, where the Buddha converted the three Kasyapa brothers and their thousand disciples at Gaya. *Nineteenth*, where the Buddha returned to see His father after His Enlightenment at Kapilavastu. *Twentieth*, where the earth quaked six times when five hundred princes of the Sakya clan worshipped Upali after having renounced their home at Kapilavastu. *Twenty-first*, where the Buddha preached the Dharma to the deities while the four celestial kings guarded the four gates of the half to prevent king Suddhodana from entering at Kapilavastu. *Twenty-second*, where the Buddha sat facing east under a nigrodha tree while Mahaprajapati offered Him a robe at Kapilavastu. *Twenty-third*, where gods Sakra and Brahma came down to earth from Trayastrimsa heaven along with the Buddha at Samkasya. *Twenty-fourth*, where nun Uptala was the first to worship the Buddha when He came down from Trayastrimsa at Samkasya. *Twenty-fifth*, where the Buddha expounded the Dharma to His disciples at Kanyakubja. *Twenty-sixth*, where the Buddha preached the Law, where He walked and where He sat at Hari village. *Twenty-seventh*, where the Buddha preached for the salvation

of men, where He walked and where He sat at Sravasti city. Each stupa had a distinctive name. *Twenty-eighth*, where the Buddha stood by the roadside when king Virudhaka set out to attack the Sakya clan at Sravasti. *Twenty-ninth*, where king Virudhaka slaughtered the descendants of the Sakya Clan who had all attained to the first stage of Sainthood at Kapilavastu. *Thirtieth*, where the Buddha converted an evil demon, eight yojanas to the east of the garden of Ghoshira at Kausamba. *Thirty-first*, where the Buddha lived, where He walked at Champa. *Thirty-second*, where the Buddha left Vaisali with His disciples by the west gate and turning to the right looked back at the city and said: "This is the last place I have visited". *Thirty-third*, where the Buddha lying in a golden coffin received homage for seven days at Kusinara. *Thirty-fourth*, where Vajrapanni laid down his golden mace at Kusinara. *Thirty-fifth*, where the Buddha entered into Nirvana at Kusinara.

Tuyển Luận Thứ Tư
The Fourth Selective Essay

Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Đạo Phật

Vào năm 563 trước Tây lịch, một cậu bé được sanh ra trong một hoàng tộc tại miền Bắc Ấn Độ. Hoàng tử này trưởng thành trong giàu sang xa xỉ, nhưng sớm nhận ra tiện nghi vật chất và sự an toàn trên thế gian không đem lại hạnh phúc thật sự. Ngài động lòng trắc ẩn sâu xa trước hoàn cảnh khổ đau quanh Ngài, chính vì vậy mà Ngài nhất định tìm cho ra chìa khóa đưa đến hạnh phúc cho nhân loại. Vào năm 29 tuổi Ngài rời bỏ vợ đẹp con ngoan và cung vàng điện ngọc để cất bước lên đường học đạo với những bậc thầy nổi tiếng đương thời. Những vị thầy này dạy Ngài rất nhiều nhưng không vị nào thật sự hiểu biết nguồn cội của khổ đau phiền não của nhân loại và làm cách nào để vượt thoát khỏi những thứ đó. Cuối cùng sau sáu năm tu học và hành thiền, Ngài liễu ngộ và kinh qua kinh nghiệm tận diệt vô minh và thành đạt giác ngộ. Từ ngày đó người ta gọi Ngài là Phật, bậc Chánh Đẳng Chánh Giác. Trong 45 năm sau đó Ngài chu du khắp miền Bắc Ấn để dạy người những gì mà Ngài đã chứng ngộ. Lòng từ bi và hạnh nhẫn nhục của Ngài quả thật kỳ diệu và hàng vạn người đã theo Ngài, trở thành tín đồ Phật giáo. Đến năm Ngài 80 tuổi, dù xác thân già yếu bệnh hoạn, nhưng lúc nào Ngài cũng hạnh phúc và an vui, cuối cùng Ngài nhập Niết Bàn vào năm 80 tuổi. Sự lìa bỏ gia đình không phải là chuyện dễ dàng cho Đức Phật. Sau một thời gian dài đắn đo suy nghĩ Ngài đã quyết định lìa bỏ gia đình. Có hai sự lựa chọn, một là hiến thân Ngài cho gia đình, hai là cho toàn thể thế gian. Sau cùng, lòng từ bi vô lượng của Ngài đã khiến Ngài tự cống hiến đời mình cho thế gian. Và mãi cho đến nay cả thế giới vẫn còn thọ hưởng những lợi ích từ sự hy sinh của Ngài. Đây có lẽ là sự hy sinh có nhiều ý nghĩa hơn bao giờ hết.

Dù Đức Phật đã nhập diệt, nhưng trên 2.500 năm sau những giáo thuyết của Ngài vẫn còn tế độ rất nhiều người, gương hạnh của Ngài vẫn còn là nguồn gợi cảm cho nhiều người, và những lời dạy dỗ của Ngài vẫn còn tiếp tục biến đổi nhiều cuộc sống. Chỉ có Đức Phật mới có được oai lực hùng mạnh tồn tại sau nhiều thế kỷ như thế ấy. Đức Phật không bao giờ tự xưng rằng Ngài là một thần linh, là con của thần

linh, hay là sứ giả của thần linh. Ngài chỉ là một con người đã tự cải thiện để trở nên toàn hảo, và Ngài dạy rằng nếu chúng ta noi theo gương lành ấy chính ta cũng có thể trở nên toàn hảo như Ngài. Ngài không bao giờ bảo đệ tử của Ngài thờ phượng Ngài như một thần linh. Kỳ thật Ngài cấm chỉ đệ tử Ngài làm như vậy. Ngài bảo đệ tử là Ngài không ban phước cho những ai thờ phượng Ngài hay giáng họa cho ai không thờ phượng Ngài. Ngài bảo Phật tử nên kính trọng Ngài như một vị Thầy. Ngài còn nhắc nhở đệ tử về sau này khi thờ phượng lễ bái tượng Phật là tự nhắc nhở chính mình phải cố gắng tu tập để phát triển lòng yêu thương và sự an lạc với chính mình. Hương của nhang nhắc nhở chúng ta vượt thắng những thói hư tật xấu để đạt đến trí tuệ, đèn đốt lên khi lễ bái nhằm nhắc nhở chúng ta đước tuệ để thấy rõ rằng thân này rồi sẽ hoại diệt theo luật vô thường. Khi chúng ta lễ lạy Đức Phật là chúng ta lễ lạy những giáo pháp cao thượng mà Ngài đã ban bố cho chúng ta. Đó là cốt tủy của sự thờ phượng lễ bái trong Phật giáo. Nhiều người đã lầm hiểu về sự thờ phượng lễ bái trong Phật giáo, ngay cả những Phật tử thuần thành. Người Phật tử không bao giờ tin rằng Đức Phật là một vị thần linh, thì không có cách chi mà họ có thể tin rằng khối gỗ hay khối kim loại kia là thần linh. Trong Phật giáo, tượng Phật được dùng để tượng trưng cho sự toàn thiện toàn mỹ của nhân loại. Tượng Phật cũng nhắc nhở chúng ta về tầm mức cao cả của con người trong giáo lý nhà Phật, rằng Phật giáo lấy con người làm nòng cốt, chứ không phải là thần linh, rằng chúng ta phải tự phản quang tự kỷ, phải quay cái nhìn vào bên trong để tìm trạng thái toàn hảo trí tuệ, chứ không phải chạy đông chạy tây bên ngoài. Như vậy, không cách chi mà người ta có thể nói rằng Phật tử thờ phượng ngẫu tượng cho đước. Kỳ thật, từ xa xưa lắm, con người nguyên thủy tự thấy mình sống trong một thế giới đầy thù nghịch và hiểm họa. Họ lo sợ thú dữ, lo sợ không đủ thức ăn, lo sợ bệnh hoạn và những tai ương hay hiện tượng thiên nhiên như giông gió, bão tố, núi lửa, sấm sét, vân vân. Họ không cảm thấy an toàn với hoàn cảnh xung quanh và họ không có khả năng giải thích đước những hiện tượng ấy, nên họ tạo ra ý tưởng thần linh, nhằm giúp họ cảm thấy thoải mái tiện nghi hơn khi sự việc trôi chảy thuận lợi, cũng như có đủ can đảm vượt qua những lúc lâm nguy, hoặc an ủi khi lâm vào cảnh bất hạnh, lại cho rằng thượng đế đã sắp đặt an bài như vậy. Từ thế hệ này qua thế hệ khác, người ta tiếp tục niềm tin nơi “thượng đế” từ cha anh mình mà không cần phải đắn đo suy nghĩ.

Có người cho rằng họ tin nơi thượng đế vì thượng đế đáp ứng những thỉnh nguyện của họ mỗi khi họ lo âu sợ hãi. Có người cho rằng họ tin nơi thượng đế vì cha mẹ ông bà họ tin nơi thượng đế. Lại có người cho rằng họ thích đi nhà thờ hơn đi chùa vì những người đi nhà thờ có vẻ sang trọng hơn những người đi chùa.

Có người cho rằng đạo Phật chỉ là đời sống của Đức Phật, tấm gương của Đức Phật và những đệ tử gần gũi nhất của Ngài đặt ra, đó là kỳ công quang vinh của một người, một người đứng trước công chúng tuyên bố con đường giải thoát. Với số người khác, Phật giáo có nghĩa là học thuyết quần chúng như đã ghi trong văn học Phật giáo gồm Tam Tạng kinh điển. Và trong đó miêu tả một triết lý cao quý, sâu sắc, phức tạp và uyên bác về cuộc đời. Danh từ Phật giáo được lấy từ gốc Phạn ngữ “Bodhi” có nghĩa là “Giác ngộ,” và do vậy Phật giáo là triết lý của sự giác ngộ. Chính vì thế mà định nghĩa thật sự của Phật giáo là “Diệu Đế.” Đức Phật không dạy từ lý thuyết, mà Ngài luôn dạy từ quan điểm thực tiễn qua sự hiểu biết, giác ngộ và thực chứng về chân lý của Ngài. Triết lý này xuất phát từ kinh nghiệm của một người tên là Sĩ Đạt Đa Cồ Đàm, được biết như là Phật, tự mình giác ngộ vào lúc 36 tuổi. Tính đến nay thì Phật giáo đã tồn tại trên 2.500 năm và có trên 800 triệu tín đồ trên khắp thế giới (kể cả những tín đồ bên Trung Hoa Lục Địa). Người Tây phương cũng đã nghe được lời Phật dạy từ thế kỷ thứ 13 khi Marco Polo (1254-1324), một nhà du hành người Ý, thám hiểm châu Á, đã viết các truyện về Phật giáo trong quyển “Cuộc Du Hành của Marco Polo.” Từ thế kỷ thứ 18 trở đi, kinh điển Phật giáo đã được mang đến Âu châu và được phiên dịch ra Anh, Pháp và Đức ngữ. Cho đến cách nay 100 năm thì Phật giáo chỉ là một triết lý chánh yếu cho người Á Đông, nhưng rồi dần dần có thêm nhiều người Âu Mỹ lưu tâm gắn bó đến.

Với Đức Phật, con người là tối thượng, nên Ngài đã dạy: “Hãy là ngọn đuốc và là nơi nương tựa của chính bạn, chớ đừng tìm nơi nương tựa vào bất cứ nơi nào khác.” Đó là lời nói chân thật của Đức Phật. Ngài đã từng nói: “Tất cả những gì thực hiện được đều hoàn toàn do nỗ lực và trí tuệ rút ra từ kinh nghiệm bản thân của con người. Con người làm chủ vận mệnh của mình. Con người có thể làm cho cuộc đời mình tốt hơn hoặc xấu hơn. Con người nếu tận sức tu tập đều có thể thành Phật.” Đạo Phật là con đường duy nhất đưa con người từ hung ác đến thiện lành, từ phàm đến Thánh, từ mê sang giác. Đạo Phật là tôn

giáo của Đấng Giác Ngộ, một trong ba tôn giáo lớn trên thế giới do Phật Thích Ca sáng lập cách nay trên 25 thế kỷ. Đức Phật đề xướng tứ diệu đế như căn bản học thuyết như chúng đã hiện ra khi Ngài đại ngộ. Ngài đã chỉ cho mọi người làm cách nào để sống một cách khôn ngoan và hạnh phúc và giáo pháp của Ngài đã lan rộng từ xứ Ấn Độ ra khắp các miền châu Á, và xa hơn thế nữa.

Đạo Phật, một triết lý, một phương cách sống hay là một tôn giáo. Điều này không quan trọng. Phật giáo là giáo pháp của Đức Phật thuyết giảng, một nền giáo lý hoàn toàn xây dựng trên trí tuệ của con người. Đạo Phật rất tôn trọng lý trí. Nhắm mắt tin suông là trái với giáo lý nhà Phật. Chính Đức Phật đã dạy: “Không nên tin một cách mù quáng những lời ta dạy, mà trước tiên hãy thử nó như đem lửa thử vàng để biết vàng thật vàng giả.” Đạo Phật không phải là một tôn giáo chuyên thờ cúng hay cầu xin các vị thần linh. Đạo Phật không cấm Phật tử tìm hiểu giáo lý của những tôn giáo khác. Đức Phật dạy nếu có những điều phải và hợp lý thì Phật tử có quyền tự do thụ nhận cho dù điều ấy là giáo lý của một tôn giáo khác. Đạo Phật khác với các tôn giáo và các chủ nghĩa khác ở chỗ tôn trọng quyền nhận xét của cá nhân, tự do tư tưởng và phát triển lý trí. Chính vì vậy mà Đức Phật dạy rằng giáo lý của Ngài không có gì dấu diếm trong tay áo cả. Ngài còn nói thêm rằng giáo lý tùy thuộc vào vào sự thấu hiểu chân lý của con người, chứ không phải tùy thuộc vào ân huệ của một vị thần linh hay bất cứ quyền năng nào khác. Đức Phật còn nhấn mạnh về sự tự do dò xét khi Ngài bảo các đệ tử rằng nếu cần phải xét đoán ngay cả Đức Như Lai nữa, để có thể hoàn toàn tin chắc giá trị của vị Thầy mà mình đang theo. Phật dạy rằng chúng ta phải học, hiểu, hành rồi mới tin. Ngài nhắc nhở rằng nếu chưa hiểu hoặc còn hoài nghi mà mê muội tin theo là phỉ báng Phật. Hoài nghi không phải là một cái tội, vì Phật giáo không có những tín điều buộc phải tin theo. Hoài nghi tự nhiên mất khi con người hiểu rõ, thấy rõ sự thật, thấy rõ chân lý. Nói tóm lại, dù Đức Phật muốn hay không muốn, giáo lý và cách sống mà Ngài đã thuyết giảng trở thành một tôn giáo mà người ta gọi là đạo Phật. Tuy nhiên, đạo Phật không phải là một tôn giáo để bàn luận, mà đạo Phật là một tôn giáo giải thoát cho những ai tinh chuyên tu trì. Bạn không cần phải là một học giả hay người có lòng tin mù quáng để trở thành Phật tử, điều bạn cần là lòng chân thành trong việc tu trì. Trong đạo Phật, niềm tin mù quáng không có chỗ đứng, mỗi người chúng ta phải tìm hiểu và

thấm thấu những gì thích đáng và những gì không thích đáng cho đời sống cũng như những trở ngại của chúng ta. Nếu để ý một chút chúng ta sẽ thấy rằng giáo pháp nhà Phật là vô cùng vô tận, nhưng những giáo pháp ấy bao giờ cũng là chân lý không thể nghi bàn. Những thông điệp mà Đức Phật đã truyền trao lại cho chúng ta lúc nào cũng có giá trị bất diệt. Không ai có thể biện luận chống lại hay phủ nhận giáo thuyết “Vô Thường” của nhà Phật. Vô thường không có nghĩa là không hiện hữu, mà vô thường là mọi thứ đều tiếp diễn không ngừng, nhưng tiếp diễn như trong một luồng hay trong một tiến trình thay đổi và tiến hóa không ngừng nghỉ. Chính vì thế mà giáo thuyết nhà Phật có thể thích nghi với các nền văn minh qua bao thời đại khác nhau trên thế giới. Ngay cả với nền văn minh hiện đại, Phật giáo vẫn luôn thích hợp trong mọi trường hợp. Thật vậy, nếu bạn có cơ hội tiếp cận với bất cứ khía cạnh nào của đạo Phật, bạn sẽ thấy ngay rằng đó là điều thích hợp, bổ ích và có thể áp dụng trong cuộc sống hằng ngày của bạn. Phật tử thuần thành phải luôn nhớ rằng trong đạo Phật không có cái gọi là những ràng buộc của mối quan hệ siêu nhân, Thượng đế, hay sự sáng tạo, hay tội lỗi thừa hưởng từ người khác, ngoài những gì đã do chính bạn làm ra.

An Overview and Meanings of Buddhism

In the year 563 B.C. a baby was born into a royal family in northern India. He grew up in wealth and luxury but soon found that worldly comfort and security do not guarantee real happiness. He was deeply moved by the suffering he saw all around, so He resolved to find the key to human happiness. When he was 29 he left his wife and child and his Royal Palace and set off to sit at the feet of the great religious teachers of the day to learn from them. They taught him much but none really knew the cause of human sufferings and afflictions and how it could be overcome. Eventually, after six years study and meditation he had an experience in which all ignorance fell away and he suddenly understood. From that day onwards, he was called the Buddha, the Awakened One. He lived for another 45 years in which time he traveled all over northern India teaching others what he had discovered. His compassion and patience were legendary and he made hundreds of thousands of followers. In his eightieth year, old and sick,

but still happy and at peace, he finally passed away into nirvana. It couldn't have been an easy thing for the Buddha to leave his family. He must have worried and hesitated for a long time before he finally left. There were two choices, dedicating himself to his family or dedicating himself to the whole world. In the end, his great compassion made him give himself to the whole world. And the whole world still benefits from his sacrifice. This was perhaps the most significant sacrifice ever made.

Even though the Buddha is dead but 2,500 years later his teachings still help and save a lot of people, his example still inspires people, his words still continue to change lives. Only a Buddha could have such power centuries after his death. The Buddha did not claim that he was a god, the child of god or even the messenger from a god. He was simply a man who perfected himself and taught that if we followed his example, we could perfect ourselves also. He never asked his followers to worship him as a god. In fact, He prohibited his followers to praise him as a god. He told his followers that he could not give favors to those who worship him with personal expectations or calamities to those who don't worship him. He asked his followers to respect him as students respect their teacher. He also reminded his followers to worship a statue of the Buddha to remind ourselves to try to develop peace and love within ourselves. The perfume of incense reminds us of the pervading influence of virtue, the lamp reminds us of the light of knowledge and the followers which soon fade and die, remind us of impermanence. When we bow, we express our gratitude to the Buddha for what his teachings have given us. This is the core nature of Buddhist worship. A lot of people have misunderstood the meaning of "worship" in Buddhism, even sincere Buddhists. Buddhists do not believe that the Buddha is a god, so in no way they could possibly believe that a piece of wood or metal is a god. In Buddhism, the statue of the Buddha is used to symbolize human perfection. The statue of the Buddha also reminds us of the human dimension in Buddhist teaching, the fact that Buddhism is man-centered, not god-centered, that we must look within not without to find perfection and understanding. So in no way one can say that Buddhists worship god or idols. In fact, a long time ago, when primitive man found himself in a dangerous and hostile situations, the fear of wild animals, of not being

able to find enough food, of diseases, and of natural calamities or phenomena such as storms, hurricanes, volcanoes, thunder, and lightning, etc. He found no security in his surroundings and he had no ability to explain those phenomena, therefore, he created the idea of gods in order to give him comfort in good times, courage in times of danger and consolation when things went wrong. They believed that god arranged everything. Generations after generations, man continues to follow his ancestors in a so-called "faith in god" without any further thinkings. Some says they in believe in god because god responds to their prayers when they feel fear or frustration. Some say they believe in god because their parents and grandparents believed in god. Some others say that they prefer to go to church than to temple because those who go to churches seem richer and more honorable than those who go to temples.

To someone it can be only life of the Buddha; the example that the Buddha and his immediate disciples set, that glorious feat of a man, who stood before men as a man and declared a path of deliverance. To others, Buddhism would mean the massive doctrine as recorded in the Buddhist Tripitaka (literature), and it is described a very lofty, abstruse, complex and learned philosophy of life. The name Buddhism comes from the word "Bodhi" which means "waking up," and thus Buddhism is the philosophy of Awakening. Therefore, the real definition of Buddhism is Noble Truth. The Buddha did not teach from theories. He always taught from a practical standpoint based on His understanding, His enlightenment, and His realization of the Truth. This philosophy has its origins in the experience of the man named Siddhartha Gotama, known as the Buddha, who was himself awakened at the age of 36. Buddhism is now older than 2,500 years old and has more than 800 million followers world wide (including Chinese followers in Mainland China). People in the West had heard of the Buddha and his teaching as early as the thirteenth century when Marco Polo (1254-1324), the Italian traveler who explored Asia, wrote accounts on Buddhism in his book, "Travels of Marco Polo". From the eighteenth century onwards, Buddhist text were brought to Europe and translated into English, French and German. Until a hundred years ago, Buddhism was mainly an Asian philosophy but increasingly it is gaining adherents in Europe and America.

To the Buddha, man is a supreme being, thus, he taught: “Be your own torch and your own refuge. Do not seek refuge in any other person.” This was the Buddha’s truthful word. He also said: “All realizations come from effort and intelligence that derive from one’s own experience. Man is the master of his destiny, since he can make his life better or worse. If he tries his best to cultivate, he can become a Buddha.” Buddhism is the only way that leads people from the evil to the virtuous, from deluded to fully enlightened sagehood. Buddhism is a philosophy, a way of life or a religion. The religion of the awakened one. One of the three great world religions. It was founded by the historical Buddha Sakyamuni over 25 centuries ago. Sakyamuni expounded the four noble truths as the core of his teaching, which he had recognized in the moment of his enlightenment. He had shown people how to live wisely and happily and his teachings soon spread from India throughout Asia, and beyond.

Buddhism is a philosophy, a way of life or a religion. The teaching of Buddha. This is not important. Buddhism is what the Buddha taught. His teaching was based on human inner wisdom. Buddhism always values reason. Blindly believing in everything is contrary to Buddha’s teaching. The Buddha taught: “Do not believe blindly in my teachings. Always test them like using fire to test gold to determine whether it is authentic or counterfeit.” Buddhism is not a religion versed in worshipping and imploring favors from deities. It is different from other religions and doctrines in that it respects personal opinions, beliefs, and intellectual development. Buddhism does not prevent its disciples from learning other religious teachings. The Buddha said that if there were reasonable and rational teachings in other religions, His followers were free to respect such things. From that basic principle, the Buddha declared that there was nothing hidden in the sleeve of His saffron robe when referring to His teachings. He also added that His doctrine was consistent with how people understood the Truth. It did not depend on the favors bestowed by any deity or any other spiritual power. The Buddha emphasized the concept of free inquiry when He asked His disciples to judge even the Tathagata in order to have an utter trustfulness in Him. He asked them to study, understand, and believe latter on. Whoever has not yet understood or still has doubt but blindly believes has thus defamed the Buddha. Doubt is not a sin because

Buddhism has no creed to be believed. Doubt will automatically dissipate when people fully understand or perceive the Truth. In short, whether the Buddha wanted or not, His teachings and the way of life preached by Him became a religion called "Buddhism." However, Buddhism is not a religion just for discussion, but it is a religion of deliverance for those who diligently cultivate. One needs not be a scholar or a blind devotee to become a Buddhist, all you need is your sincerity of cultivation. In Buddhism, blind faith has no ground, each one of us must know how to find and absorb what is relevant and what is not to our life and to our problems. If we pay a little attention we'll see that Buddhist doctrines are boundless and timeless, but they are the inconceivable truth for all time. Messages handed down to us by the Buddha remain eternally valuable. No one can argue against or deny the doctrine of impermanence in Buddhism. Impermanence does not mean that things are not existing. Impermanence means that everything continues in a flux, in a process of continuing change and evolution. Thus, Buddhism is able to adjust to different civilizations in different times in the world. Even in modern world, Buddhism is always appropriate in all circumstances. In fact, if you approach any aspect of Buddhism, you will immediately find out that it is something relevant, beneficial and applicable to your daily life. Sincere Buddhists should always remember that in Buddhism there is no such so-called bonds of supernatural ties, nor Godhead, nor creation, nor sin inherited from anyone else, other than what you yourself have done.

Tuyển Luận Thứ Năm
The Fifth Selective Essay

Đức Phật Thuyết Bài Pháp Đầu Tiên

Tại Vườn Lộc Uyển trong thành Ba La Nại, thoát đầu Đức Phật bị năm anh em Kiều Trần Như lảng tránh, nhưng khi Đức Phật tiến lại gần họ, họ cảm nhận từ nơi Ngài có những tướng hảo rất đặc biệt, nên tất cả đều tự động đứng dậy nghênh tiếp Ngài. Sau đó năm vị đạo sĩ thỉnh cầu Đức Thế Tôn chỉ giáo những điều Ngài đã giác ngộ. Đức Phật nhân đó đã thuyết Bài Pháp Đầu Tiên: Chuyển Bánh Xe Pháp. Ngài bắt đầu thuyết giảng: “Này các Sa Môn! Các ông nên biết rằng có bốn Chân Lý. ***Thứ nhất là Chân Lý về Khổ***: Cuộc sống đầy dẫy những khổ đau phiền não như già, bệnh, bất hạnh và chết chóc. Con người luôn chạy theo các dục lạc, nhưng cuối cùng chỉ tìm thấy khổ đau. Mà ngay khi có được thú vui thì họ cũng nhanh chóng cảm thấy mệt mỏi vì những lạc thú này. Không có nơi nào mà con người tìm thấy được sự thỏa mãn thật sự hay an lạc hoàn toàn cả. ***Thứ hai là Chân Lý về Nguyên Nhân của Khổ***: Khi tâm chúng ta chứa đầy lòng tham dục và vọng tưởng chúng ta sẽ gặp mọi điều đau khổ. ***Thứ ba là Chân Lý về sự Chấm dứt Khổ***: Khi tâm chúng ta tháo gỡ hết tham dục và vọng tưởng thì sự khổ đau sẽ chấm dứt. Chúng ta sẽ cảm nghiệm được niềm hạnh phúc không diễn tả được bằng lời. ***Cuối cùng, thứ tư là Chân Lý về Đạo Diệt Khổ***: Con đường giúp chúng ta đạt được trí tuệ tối thượng.”

Kể từ đó, đức Phật truyền bá chủng tử Bồ Đề khắp mọi nơi. Đặc biệt là sau lần đức Phật gặp Da Xá và thuyết cho ông ta nghe về giáo pháp đạo Phật, Da Xá và năm mươi người bạn của ông ta đã ngay lập tức mặc áo cà sa vàng và xuất gia theo ngài. Nhóm của Da Xá là nhóm Tăng Già lớn đầu tiên phát nguyện đi theo đức Phật ngay sau khi Ngài giác ngộ. Từ đó đức Phật và Tăng đoàn của Ngài bắt đầu sứ mệnh thuyết pháp của Ngài. Một lần nọ, khi đức Phật và Tăng đoàn của Ngài đang trên đường đi đến xứ Ma Kiệt Đà, một vương quốc nằm ở miền Trung Ấn Độ, đức Phật đã cho mời lãnh đạo nhóm tu thờ cúng thần lửa là Ưu Lô Tần Loa Ca Diếp đến để hỏi nơi trú ngụ qua đêm. Ưu Lô Tần Loa Ca Diếp chỉ cho đức Phật một ngôi nhà bằng đá và

cảnh báo rằng tại đó có một con rồng dữ, thường xuất hiện vào lúc nửa đêm để nuốt người. Vì vậy, nếu Phật chịu trú tại đó thì cũng đừng nuốt tiếc khi bị nó ăn thịt. Tuy nhiên, đức Phật và Tăng đoàn mới này của Ngài vẫn quyết định bước vào ngôi nhà đá và ngồi trên chân một cách thư thả. Vào lúc nửa đêm, rồng dữ xuất hiện, há rộng miệng và nhe nanh nhọn, nhưng nó không thể làm hại đức Phật và Tăng đoàn mới của ngài. Ngày hôm sau, ngoài sự dự đoán của Ưu Lâu Tần Loa Ca Diếp và nhóm thờ thần lửa của ông ta, đức Phật và Tăng đoàn mới của ngài vẫn bình an vô sự trong ngôi nhà đá đó. Thế là Ưu Lâu Tần Loa Ca Diếp và nhóm thờ thần lửa của ông ta đi từ sự ngạc nhiên cùng cực đến thán phục. Ưu Lâu Tần Loa Ca Diếp liền đến gặp đức Phật và hỏi Ngài về những phương pháp tu hành đặc đạo. Sau khi nghe đức Phật thuyết giảng diệu pháp bằng giọng nói vô cùng thuyết phục và phong cách đạo đức của ngài, bây giờ thì Ưu Lâu Tần Loa Ca Diếp đã hoàn toàn bị thuyết phục. Ông ta quyết định từ bỏ tất cả những gì mà mình đã tu tập từ trước đến giờ và đưa năm trăm đệ tử của mình đến quy y với đức Phật. Sau khi đức Phật nhận Ưu Lâu Tần Loa Ca Diếp và năm trăm đệ tử của ông ta, Ngài cũng thuyết cho họ nghe về Tứ Diệu Đế. Tất cả đều cảm thấy tràn ngập niềm hoan hỷ với Phật pháp, và nhận thấy rằng mình vô cùng may mắn được đức Phật giúp cho rũ bỏ những cái ác, nhận lấy cái thiện và đến được trên con đường chánh đạo. Sau đó, Ưu Lâu Tần Loa Ca Diếp gặp được hai người em của mình và nói cho họ biết về chuyện mình cải đạo. Hai người em của Ưu Lâu Tần Loa cũng chịu tham dự cuộc thuyết pháp của đức Phật và cuối cùng chịu quy y theo Phật. Tưởng cũng nên nhắc lại, hai người em của Ưu Lâu Tần Loa Ca Diếp cũng có năm trăm đệ tử. Như vậy chỉ trong một thời gian ngắn, Tăng đoàn mới của đức Phật đã có trên một ngàn người. Tất cả đều theo đức Phật về núi Linh Thứu trong thành Vương Xá. Vì nguyên do của họ chỉ đi bộ nên đoàn Tăng lữ đảnh này đã gây sự chú ý cho cả vương quốc Ma Kiệt Đà.

Trong các lần thuyết pháp, đức Phật luôn nhắc nhở rằng người Phật tử luôn cần hai hướng giáo dục: hướng thứ nhất là giáo dục ngoài đời và hướng thứ hai là giáo dục trong đạo. Hai hướng này được xem như là hai cánh của loài chim. Không có hai cánh loài chim không bay được. Tương tự như vậy, không có đủ đầy hai hướng giáo dục, người Phật tử chẳng những không có được đời sống ấm no ngoài đời, mà đời sống tâm linh cũng nghèo nàn tăm tối. Giáo dục ngoài đời sẽ giúp

chúng ta nghề nghiệp nuôi thân và gia đình, trong khi giáo dục trong đạo giúp chúng ta có được hạnh phúc chân thật trong đời sống tâm linh. Thật vậy, giáo dục tôn giáo là cực kỳ cần thiết vì nó dạy chúng ta suy nghĩ và hành động như thế nào để thành người lương thiện và có được hạnh phúc. Giáo dục tôn giáo còn giúp chúng ta biết thương yêu và thông hiểu ý nghĩa cuộc đời để tự thích ứng được mình theo quy luật nhân sinh trong bất cứ hoàn cảnh nào. Sau sáu năm kinh qua tu tập khổ hạnh, Đức Phật đã khuyên hàng đệ tử của Ngài nên theo đường trung đạo. Ngài dạy: “Phật tử nên luôn lợi dụng tối đa cuộc sống ngoài đời trong khi tu hành để đi đến chân hạnh phúc trong đời này và đời sau.”

Theo Kinh A Hàm, trong 49 năm thuyết Pháp của Đức Phật, Ngài tuyên bố rõ ràng là Ngài chỉ dạy hai vấn đề: Khổ và Diệt Khổ, ngoài ra Ngài không dạy gì nữa. Ngài khuyến khích các đệ tử của Ngài du hành để thuyết pháp và giải thích đời sống phạm hạnh, vì hạnh phúc và an lạc của chúng sanh, vì lòng thương tưởng cho đời, vì lợi ích và hạnh phúc của chư Thiên và loài người. Đức Phật nêu rất rõ mục đích thuyết pháp của Ngài là không tranh luận với các nhà lãnh đạo tôn giáo khác và không cạnh tranh với lý thuyết đối nghịch. Không có sự tranh chấp trong sự thuyết pháp của Ngài. Ngài chỉ trình bày con đường dẫn đến giác ngộ và giải thoát khổ đau phiền não. Đức Phật luôn luôn có đầy lòng từ bi với tất cả chúng sanh hữu tình. Cho đến khi nằm nghỉ, Ngài cũng “tâm từ thương chúng sanh.” Ngài có thuyết Pháp cũng chỉ vì tình thương của Ngài đối với chúng sanh mọi loài. Kinh Phật gồm trên 150 bộ, tất cả đều nói lên sự hiểm nguy của sanh tử nên nhắc cho người khác biết những lời Phật dạy với hy vọng cuối cùng họ sẽ hiểu và vượt thoát khỏi luân hồi sanh tử.

The Buddha Preached the First Sermon

In the Deer Park, Benares, at first the Buddha was ignored by the five brothers of Kaundinya, but as the Buddha approached them, they felt that there was something very special about him, so they automatically stood up as He drew near. Then the five men, with great respect, invited the Buddha to teach them what He has enlightened. So, the Buddha delivered His First Teaching: Turning the Wheel of the Dharma. He began to preach: “O monk! You must know that there are

Four Noble Truths. *The first is the Noble Truth of Suffering:* Life is filled with the miseries and afflictions of old age, sickness, unhappiness and death. People chase after pleasure but find only pain. Even when they do find something pleasant they soon grow tired of it. Nowhere is there any real satisfaction or perfect peace. *The second is the Noble Truth of the Cause of Suffering:* When our mind is filled with greed and desire and wandering thoughts, sufferings of all types follow. *The third is the Noble Truth of the End of Suffering:* When we remove all craving, desire, and wandering thoughts from our mind, sufferings will come to an end. We shall experience undescrivable happiness. *And finally, the fourth is the Noble Truth of the Path:* The Path that helps us reach the ultimate wisdom.”

Since then, the Buddha spread the seeds of Bodhi far and wide. Specifically after the time the Buddha met with Yasas and preached to him the teachings of Buddhism, Yasas and fifty friends of his immediately donned the yellow robe and followed Him. They were the first large group of Sangha to take vows right after the Buddha's enlightenment. Henceforth, the Buddha and His Sangha started his preaching mission. On one occasion, while in his way to Magadha, a kingdom in central India at the time, the Buddha called on Uruvilva-Kasyapa, the leader of the fire-worshipping cult and asked for lodging. Uruvilva-Kasyapa showed the Buddha a stone hut and warned that inside the hut there was a poisonous dragon that always appeared in the middle of the night to devour human beings. So, not be regret if the Sangha of the Buddha chose to stay there and were eaten up. However, the Buddha and his new Sangha still decided to enter the stone hut and sat calmly in a crossed-legs posture. By midnight, the poisonous dragon appeared, showed its jaws widely and clutched its sharp claws, but it could neither harm the Buddha nor the new Sangha. The following day, beyond the prediction of Uruvilva-Kasyapa and his followers, the Buddha and his new Sangha were still safe and sound in that stone hut. So Uruvilva Kasyapa and his followers went from extreme surprise to admiration. So, Uruvilva Kasyapa came to consult the Buddha about the methods of correct practices. After hearing the wonderful Dharma from the Buddha in his ever convincing tone and his virtuous manner, Uruvilva Kasyapa was now totally convinced. He then determined to give up what he had practiced in the past and led

his five hundred disciples to take refuge in the Buddha. After the Buddha converted Uruvilva Kasyapa and his five hundred followers, he also preached to them the Four Noble Truths. All of them was filled with joys of the Dharma and found that they were very lucky to have the Buddha's help to get rid of the evils, to receive the good, and come to tread on the right path. After that, Uruvilva Kasyapa met his two brothers and gave them the account of how he was converted. The two brother also agree to attend the Buddha's preaching and finally took refuge in the Buddha. It should be reminded that the two brothers of Uruvilva Kasyapa also had five hundred followers. So in a very short period of time, the new Sangha of the Buddha already had more than one thousand people. All of them followed the Buddha to return to Mount Vulture Peak in Rajagrha. For the whole Sangha only walked, this long procession of Monks on the move caught the attention of the entire Kingdom of Magadha.

In his preachings, the Buddha always reminded that Buddhists always need two ways of education: the first way is secular education and the second one is religious education. These two ways are considered as the two wings for a bird. Without two wings, no bird can fly. Similarly, without these two ways of education, Buddhists would lead to a poor and obscure life, not only in the secular world but also in the spiritual life. Secular education will help us with an appropriate profession to support our family while religious education will help us lead a true happy life. As a matter of fact, religious education is extremely necessary, for it teaches us how to think and act in order to be good and happy. Besides, it also helps us love and understand the meaning of life so that we are able to adjust ourselves to its laws in any circumstances. After experiencing six years in ascetic practices, the Buddha advised his followers to follow the middle path. He taught: "Buddhists should always make best use of their secular life while cultivating the path of true happiness in this world and hereafter."

According to The Agama Sutra, in 49 years of preaching the Dharma, the Buddha declared explicitly that He did preach only on Suffering and the End of Suffering, and nothing else. He exhorted His disciples to go forth to preach the Dharma and to explain the holy life for the welfare of the many, for the happiness of the many, out of compassion for the world, for the advantage, for the happiness of the

deities and human beings. The Buddha made it very clear that His purpose in preaching the Dharma was not to quarrel with other religious leaders or to compete with antagonistic doctrines. There is no quarrel in His preaching. He just shows the way to enlightenment and liberation from all sufferings and afflictions. The Buddha is always filled with love and compassion for all living beings. Even when He takes a rest, He still wants to spread His love and compassion to other beings. His preaching is only performed out of compassion and love for the world. There are over 150 Buddhist sutras, all of them are talking about the danger of mortality, so to preach others about Buddha's teachings with the hope that they will eventually understand and be able to escape the cycle of births and deaths.

Tuyển Luận Thứ Sáu
The Sixth Selective Essay

Những Giáo Pháp
Cốt Lõi Trong Đạo Phật

Như đã nói trong lời đầu sách, bài pháp đầu tiên ngay sau khi Phật đạt được đại giác tại Bồ đề đạo tràng. Phật đã đi vào vườn Lộc uyển tại thành Ba La Nại, để giảng bài pháp đầu tiên về Trung Đạo, Tứ Diệu Đế và Bát Chánh Đạo. Tại Vườn Lộc Uyển trong thành Ba La Nại, thoát đầu Đức Phật bị năm anh em Kiều Trần Như lãng tránh, nhưng khi Đức Phật tiến lại gần họ, họ cảm nhận từ nơi Ngài có những tướng hảo rất đặc biệt, nên tất cả đều tự động đứng dậy nghênh tiếp Ngài. Sau đó năm vị đạo sĩ thỉnh cầu Đức Thế Tôn chỉ giáo những điều Ngài đã giác ngộ. Đức Phật nhân đó đã thuyết Bài Pháp Đầu Tiên: Chuyển Bánh Xe Pháp. Ngài bắt đầu thuyết giảng: “Này các Sa Môn! Các ông nên biết rằng có bốn Chân Lý. Một là Chân Lý về Khổ. Cuộc sống đầy dẫy những khổ đau phiền não như già, bệnh, bất hạnh và chết chóc. Con người luôn chạy theo các dục lạc, nhưng cuối cùng chỉ tìm thấy khổ đau. Mà ngay khi có được thú vui thì họ cũng nhanh chóng cảm thấy mệt mỏi vì những lạc thú này. Không có nơi nào mà con người tìm thấy được sự thỏa mãn thật sự hay an lạc hoàn toàn cả. Thứ hai là Chân Lý về Nguyên Nhân của Khổ. Khi tâm chúng ta chứa đầy lòng tham dục và vọng tưởng chúng ta sẽ gặp mọi điều đau khổ. Thứ ba là Chân Lý về sự Chấm dứt Khổ. Khi tâm chúng ta tháo gỡ hết tham dục và vọng tưởng thì sự khổ đau sẽ chấm dứt. Chúng ta sẽ cảm nghiệm được niềm hạnh phúc không diễn tả được bằng lời. Cuối cùng là Chân Lý về Đạo Diệt Khổ. Con đường giúp chúng ta đạt được trí tuệ tối thượng.” Đạo Thánh Đế là chân lý thứ tư trong Tứ Thánh Đế, là chân lý diệt khổ, là Bát Thánh Đạo. Chân lý về con đường diệt khổ, ấy là thực hành Bát Thánh đạo. Đức Phật đã dạy rằng: “Bất cứ ai chấp nhận Tứ Diệu Đế và chịu hành trì Bát Chánh Đạo, người ấy sẽ hết khổ và chấm dứt luân hồi sanh tử.” Nói tóm lại, cuối cùng đức Phật đã tìm thấy những phẩm trợ đạo dẫn tới giác ngộ và quả vị Phật. Đạo Thánh Đế bao gồm những con đường Thánh sau đây: Bát Thánh Đạo, Thất

Bồ Đề Phần, Tứ Chánh Cần, Tứ Như Ý Túc, Ngũ Căn, Ngũ Lực, Tứ Nhiếp Pháp, Tứ Vô Lượng Tâm, và Tứ Niệm Xứ.

Có người cho rằng tất cả những gì mà đức Phật nói chỉ là đời sống của Đức Phật. Tuy nhiên, thật ra, tấm gương của Đức Phật và những đệ tử gần gũi nhất của Ngài đặt ra, đó là kỳ công quang vinh của một người, một người đứng trước công chúng tuyên bố con đường giải thoát. Với số người khác, Phật giáo có nghĩa là học thuyết quần chúng như đã ghi trong văn học Phật giáo gồm Tam Tạng kinh điển. Và trong đó miêu tả một triết lý cao quý, sâu sắc, phức tạp và uyên bác về cuộc đời. Danh từ Phật giáo được lấy từ gốc Phạn ngữ “Bodhi” có nghĩa là “Giác ngộ,” và do vậy Phật giáo là triết lý của sự giác ngộ. Chính vì thế mà định nghĩa thật sự của Phật giáo là “Diệu Đế.” Đức Phật không dạy từ lý thuyết, mà Ngài luôn dạy từ quan điểm thực tiễn qua sự hiểu biết, giác ngộ và thực chứng về chân lý của Ngài. Triết lý này xuất phát từ kinh nghiệm của một người tên là Sĩ Đạt Đa Cồ Đàm, được biết như là Phật, tự mình giác ngộ vào lúc 36 tuổi. Tính đến nay thì Phật giáo đã tồn tại trên 2.500 năm và có trên 800 triệu tín đồ trên khắp thế giới (kể cả những tín đồ bên Trung Hoa Lục Địa). Người Tây phương cũng đã nghe được lời Phật dạy từ thế kỷ thứ 13 khi Marco Polo (1254-1324), một nhà du hành người Ý, thám hiểm châu Á, đã viết các truyện về Phật giáo trong quyển “Cuộc Du Hành của Marco Polo.” Từ thế kỷ thứ 18 trở đi, kinh điển Phật giáo đã được mang đến Âu châu và được phiên dịch ra Anh, Pháp và Đức ngữ. Cho đến cách nay 100 năm thì Phật giáo chỉ là một triết lý chánh yếu cho người Á Đông, nhưng rồi dần dần có thêm nhiều người Âu Mỹ lưu tâm gắn bó đến. Vào đầu thế kỷ thứ 20, Alan Bennett, một người Anh, đã đến Miến Điện xuất gia làm Tăng sĩ dưới Pháp danh là Ananda Metteya. Ông trở về Anh vào năm 1908. Ông là người Anh đầu tiên trở thành Tăng sĩ Phật giáo. Ông dạy Phật pháp tại Anh. Từ lúc đó, Tăng Ni từ các quốc gia như Tích Lan, Thái, Nhật, Trung Hoa và các quốc gia theo Phật giáo khác tại Á châu đã đi đến phương Tây, đặc biệt là trong khoảng thời gian 70 năm trở lại đây. Nhiều vị thầy vẫn giữ truyền thống nguyên thủy, nhiều vị tùy kế cơ kế lý tới một mức độ nào đó nhằm thỏa mãn được nhu cầu Phật pháp trong xã hội phương Tây. Trong những năm gần đây, nhu cầu Phật giáo lớn mạnh đáng kể tại Âu châu. Hội viên của các hiệp hội Phật giáo tăng nhanh và nhiều trung tâm mới được thành lập. Hội viên của những trung tâm này bao gồm

phần lớn là những nhà trí thức và những nhà chuyên môn. Ngày nay chỉ ở Anh thôi đã có trên 40 trung tâm Phật giáo tại các thành phố lớn.

Với Đức Phật, con người là tối thượng, nên Ngài đã dạy: “Hãy là ngọn đuốc và là nơi nương tựa của chính bạn, chớ đừng tìm nương tựa vào bất cứ người nào khác.” Đó là lời nói chân thật của Đức Phật. Ngài đã từng nói: “Tất cả những gì thực hiện được đều hoàn toàn do nỗ lực và trí tuệ rút ra từ kinh nghiệm bản thân của con người. Con người làm chủ vận mệnh của mình. Con người có thể làm cho cuộc đời mình tốt hơn hoặc xấu hơn. Con người nếu tận sức tu tập đều có thể thành Phật.” Đạo Phật là con đường duy nhất đưa con người từ hung ác đến thiện lành, từ phàm đến Thánh, từ mê sang giác. Đạo Phật là tôn giáo của Đấng Giác Ngộ, một trong ba tôn giáo lớn trên thế giới do Phật Thích Ca sáng lập cách nay trên 25 thế kỷ. Đức Phật đề xướng tứ diệu đế như căn bản học thuyết như chúng đã hiện ra khi Ngài đại ngộ. Ngài đã chỉ cho mọi người làm cách nào để sống một cách khôn ngoan và hạnh phúc và giáo pháp của Ngài đã lan rộng từ xứ Ấn Độ ra khắp các miền châu Á, và xa hơn thế nữa.

Đức Phật nhìn nhận khổ đau phiền não trong cuộc sống nhân loại vì sự luyến chấp mê muội vào vạn hữu. Nhưng thật là sai lầm khi cho rằng đạo Phật bị quan yếm thế. Điều này không đúng ngay với sự hiểu biết sơ lược về căn bản Phật giáo. Khi Đức Phật cho rằng cuộc đời đầy khổ đau phiền não, Ngài không ngụ ý đời đáng bi quan. Theo cách này, Đức Phật nhìn nhận sự hiện diện của khổ đau phiền não trong cuộc sống nhân loại, và cách phân tích của Ngài đã nêu rõ cho chúng đệ tử của Ngài thấy được luyến ái mọi vật mà không có chánh kiến về thực chất của chúng là nguyên nhân của khổ đau phiền não. Tính vô thường và biến đổi vốn có sẵn trong bản chất của vạn hữu. Đây là bản chất thật của chúng và đây là chánh kiến. Ngài kết luận: “Chừng nào chúng ta vẫn chưa chấp nhận sự thật này, chừng đó chúng ta vẫn còn gặp phải những xung đột. Chúng ta không thể thay đổi hay chi phối bản chất thật của mọi vật và kết quả là ‘niềm hy vọng xa dần làm cho con tim đau đớn’. Vậy giải pháp duy nhất là ở chỗ điều chỉnh quan điểm của chính mình.” Thật vậy, lòng khát ái mọi vật gây nên khổ đau phiền não. Kỳ thật, chính lòng khát ái đã gây nên thương đau sâu muợn. Khi ta yêu thích người nào hay vật nào thì ta muốn họ thuộc về ta và ở bên ta mãi mãi. Chúng ta không bao giờ chịu suy nghĩ về bản chất thật của chúng, hay chúng ta từ chối nghĩ suy về bản chất thật

này. Chúng ta ao ước những thứ này sẽ tồn tại mãi mãi, nhưng thời gian lại hủy hoại hết thảy mọi vật. Tuổi xuân phải nhường chỗ cho tuổi già, và vẻ tươi mát của sương mai phải biến mất khi vầng hồng ló dạng. Trong Kinh Niết Bàn, khi Đại Đức A Nan và những đệ tử khác than khóc buồn thảm khi Đức Phật đang nằm trên giường bệnh chờ chết, Đức Phật dạy: “Này Ananda! Đừng buồn khổ, đừng than khóc, Như Lai chẳng từng bảo ông rằng sớm muộn gì thì chúng ta cũng phải xa lìa tất cả những thứ tốt đẹp mà ta yêu thương quý báu đó sao? Chúng sẽ biến đổi và hoại diệt. Vậy làm sao Như Lai có thể sống mãi được? Sự ấy không thể nào xảy ra được!” Đây là nền tảng cho lời dạy về “Ba Dấu Ấn” (vô thường, khổ và vô ngã) trong đạo Phật về đời sống hay nhân sinh quan và vũ trụ quan Phật Giáo. Mọi giá trị của đạo Phật đều dựa trên giáo lý này. Đức Phật mong muốn các đệ tử của Ngài, tại gia cũng như xuất gia, thấy đều sống theo chánh hạnh và các tiêu chuẩn cao thượng trong cuộc sống về mọi mặt. Đối với Ngài, cuộc sống bình dị không có nghĩa là cuộc đời con người phải chịu suy tàn khổ ải. Đức Phật khuyên đệ tử của Ngài đi theo con đường “Trung Đạo” nghĩa là không luyến ái cũng không chối bỏ vạn hữu. Đức Phật không chủ trương chối bỏ “vẻ đẹp” của vạn hữu, tuy nhiên, nếu con người không thấu triệt được thực chất của những vật mang vẻ đẹp đó, thì chính cái vẻ đẹp kia có thể đưa đến khổ đau phiền não hay đau buồn và thất vọng cho chính mình. Trong “Thi Kệ Trưởng Lão”, Đức Phật có nêu ra một câu chuyện về tôn giả Pakka. Một hôm tôn giả vào làng khát thực, tôn giả ngồi dưới gốc cây. Rồi một con diều hâu gần đó chụp được một miếng thịt, vội vụt bay lên không. Những con khác thấy vậy liền tấn công con diều này, làm cho nó nhả miếng thịt xuống. Một con diều hâu khác bay tới đớp miếng thịt, nhưng cũng bị những con khác tấn công cướp mất đi miếng thịt. Tôn giả suy nghĩ: “Dục lạc chẳng khác chi miếng thịt kia, thật thông thường giữa thế gian đây khổ đau và thù nghịch này.” Khi quan sát cảnh trên, tôn giả thấy rõ vạn hữu vô thường cũng như các sự việc xảy ra kia, nên tôn giả tiếp tục quán tưởng cho đến khi đạt được quả vị A La Hán. Đức Phật khuyên đệ tử không lãng tránh cái đẹp, không từ bỏ cái đẹp mà cũng không luyến ái cái đẹp. Chỉ cố làm sao cho cái đẹp không trở thành đối tượng yêu ghét của riêng mình, vì bất cứ vật gì khả lạc khả ố trong thế gian này thường làm cho chúng ta luyến chấp, rồi sinh lòng luyến ái hay ghét bỏ, chính vì thế mà chúng ta phải tiếp tục kinh qua những khổ đau

phiền não. Người Phật tử nhìn nhận cái đẹp ở nơi nào giác quan nhận thức được, nhưng cũng phải thấy luôn cả tính vô thường và biến hoại trong cái đẹp ấy. Và người Phật tử nên luôn nhớ lời Phật dạy về mọi pháp hữu hình như sau: “Chúng có sinh khởi, thì chúng phải chịu hoại diệt.” Như vậy, người Phật tử nhìn và chiêm ngưỡng vẻ đẹp mà không pha lẫn lòng tham muốn chiếm hữu.

Core Teachings of Buddhism

As mentioned in the preface, after the Buddha's Enlightenment at Buddha Gaya, he moved slowly across India until he reached the Deer Park near Benares, where he preached to five ascetics his First Sermon. The Sermon preached about the Middle Way between all extremes, the Four Noble Truths and the Noble Eightfold Path. In the Deer Park, Benares, at first the Buddha was ignored by the five brothers of Kaundinya, but as the Buddha approached them, they felt that there was something very special about him, so they automatically stood up as He drew near. Then the five men, with great respect, invited the Buddha to teach them what He has enlightened. So, the Buddha delivered His First Teaching: Turning the Wheel of the Dharma. He began to preach: “O monk! You must know that there are Four Noble Truths. The first is the Noble Truth of Suffering. Life is filled with the miseries and afflictions of old age, sickness, unhappiness and death. People chase after pleasure but find only pain. Even when they do find something pleasant they soon grow tired of it. Nowhere is there any real satisfaction or perfect peace. The second is the Noble Truth of the Cause of Suffering. When our mind is filled with greed and desire and wandering thoughts, sufferings of all types follow. The third is the Noble Truth of the End of Suffering. When we remove all craving, desire, and wandering thoughts from our mind, sufferings will come to an end. We shall experience undescrivable happiness. And finally, the Noble Truth of the Path. The Path that helps us reach the ultimate wisdom.” The path leading to the end (extinction) of suffering, the fourth of the four axioms, i.e. the eightfold noble path. The truth of the PATH that leads to the cessation of suffering (the way of cure). To practice the Eight-fold Noble Truths. The Buddha taught: “Whoever accepts the four dogmas, and practises the Eightfold Noble Path will put

an end to births and deaths. In short, finally, the Buddha already discovered supportive conditions leading to bodhi or Buddhahood. The Noble Truth of the Right Way includes the following Noble Paths: The Eightfold Noble Truth, Seven Bodhi Shares, Four Right Efforts, Four Sufficiencies, Five Faculties, Five Powers, Four Elements of Popularity, Four Immeasurable Minds, and Four Kinds of Mindfulness.

To someone, all that the Buddha said can only be considered as life of the Buddha Himself. However, in fact, the example that the Buddha and his immediate disciples set, that glorious feat of a man, who stood before men as a man and declared a path of deliverance. To others, Buddhism would mean the massive doctrine as recorded in the Buddhist Tripitaka (literature), and it is described a very lofty, abstruse, complex and learned philosophy of life. The name Buddhism comes from the word “Bodhi” which means “waking up,” and thus Buddhism is the philosophy of Awakening. Therefore, the real definition of Buddhism is Noble Truth. The Buddha did not teach from theories. He always taught from a practical standpoint based on His understanding, His enlightenment, and His realization of the Truth. This philosophy has its origins in the experience of the man named Siddhartha Gotama, known as the Buddha, who was himself awakened at the age of 36. Buddhism is now older than 2,500 years old and has more than 800 million followers world wide, including Chinese followers in Mainland China. People in the West had heard of the Buddha and his teaching as early as the thirteenth century when Marco Polo (1254-1324), the Italian traveler who explored Asia, wrote accounts on Buddhism in his book, “Travels of Marco Polo”. From the eighteenth century onwards, Buddhist text were brought to Europe and translated into English, French and German. Until a hundred years ago, Buddhism was mainly an Asian philosophy but increasingly it is gaining adherents in Europe and America. At the beginning of the twentieth century, Alan Bennett, an Englishman, went to Burma to become a Buddhist monk. He was renamed Ananda Metteya. He returned to Britain in 1908. He was the first British person to become a Buddhist monk. He taught Dharma in Britain. Since then, Buddhist monks and nuns from Sri Lanka, Thailand, Japan, China and other Buddhist countries in Asia have come to the West, particularly over the last seventy years. Many of these teachers have kept to their original customs while others have adapted to some

extent to meet the demands of living in a western society. In recent years, there has been a marked growth of interest in Buddhism in Europe. The membership of existing societies has increased and many new Buddhist centers have been established. Their members include large numbers of professionals and scholars. Today, Britain alone has over 140 Buddhist centers found in most major cities.

To the Buddha, man is a supreme being, thus, he taught: “Be your own torch and your own refuge. Do not seek refuge in any other person.” This was the Buddha’s truthful word. He also said: “All realizations come from effort and intelligence that derive from one’s own experience. Man is the master of his destiny, since he can make his life better or worse. If he tries his best to cultivate, he can become a Buddha.” Buddhism is the only way that leads people from the evil to the virtuous, from deluded to fully enlightened sagehood. Buddhism is a philosophy, a way of life or a religion. The religion of the awakened one. One of the three great world religions. It was founded by the historical Buddha Sakyamuni over 25 centuries ago. Sakyamuni expounded the four noble truths as the core of his teaching, which he had recognized in the moment of his enlightenment. He had shown people how to live wisely and happily and his teachings soon spread from India throughout Asia, and beyond.

The Buddha admitted the presence of sufferings and afflictions in human life because of the ignorant attachment to all things. But it is truly wrong to believe that Buddhism a religion of pessimism. This is not true even with a slight understanding of basic Buddhism. When the Buddha said that human life was full of sufferings and afflictions, he did not mean that life was pessimistic. In this manner, the Buddha admitted the presence of sufferings and afflictions in human life, and by a method of analysis he pointed out to his disciples that attachment to things without a correct view as to their nature is the cause of sufferings and afflictions. Impermanence and change are inherent in the nature of all things. This is their true nature and this is the correct view. He concluded: “As long as we are at variance with this truth, we are bound to run into conflicts. We cannot alter or control the nature of things. The result is ‘hope deferred made the heart sick’. The only solution lies in correcting our point of view.” In fact, the thirst for things begets sorrow. When we like someone or something, we wish that they

belonged to us and were with us forever. We never think about their true nature, in other words, or we refuse to think about their true nature. We expect them to survive forever, but time devours everything. Eventually we must yield to old age and freshness of the morning dew disappears before the rising sun. In the Nirvana Sutra, when Ananda and other disciples were so sad and cried when the Buddha lay on his death-bed, the Buddha taught: "Ananda! Lament not. Have I not already told you that from all good things we love and cherish we would be separated, sooner or later... that they would change their nature and perish. How then can Tathagata survive? This is not possible!" This is the philosophy which underlies the doctrine of the "Three Marks" (impermanence, suffering and no-self) of existence of the Buddhist view of life and the world. All Buddhist values are based on this. The Buddha expected of his disciples, both laity and clergy, good conduct and good behavior and decent standard of living in every way. With him, a simple living did not amount to degenerate human existence or to suffer oneself. The Buddha advised his disciples to follow the "Middle Path". It is to say not to attach to things nor to abandon them. The Buddha does not deny the "beauty", however, if one does not understand the true nature of the objects of beauty, one may end up with sufferings and afflictions or grief and disappointment. In the "Theragatha", the Buddha brought up the story of the Venerable Pakka. One day, going to the village for alms, Venerable Pakka sat down beneath a tree. Then a hawk, seizing some flesh flew up into the sky. Other hawks saw that attacked it, making it drop the piece of meat. Another hawk grabbed the fallen flesh, and was flundered by other hawks. And Pakka thought: "Just like that meat are worldly desires, common to all, full of pain and woe." And reflecting hereon, and how they were impermanent and so on, he continued to contemplate and eventually won Arahanship. The Buddha advised his disciples not to avoid or deny or attach to objects of beauty. Try not to make objects of beauty our objects of like or dislike. Whatever there is in the world, pleasant or unpleasant, we all have a tendency to attach to them, and we develop a like or dislike to them. Thus we continue to experience sufferings and afflictions. Buddhists recognize beauty where the sense can perceive it, but in beauty we should also see its own change and destruction. And Buddhist should always remember the Buddha's teaching regarding to all component things: "Things that come into being, undergo change and are eventually destroyed." Therefore, Buddhists admire beauty but have no greed for acquisition and possession.

Tuyển Luận Thứ Bảy
The Seventh Selective Essay

Bốn Chân Lý Cao Thượng

Hành trang của cuộc hành trình hướng đến Niết Bàn bao gồm chánh pháp của đức Phật hay nội dung của những chứng ngộ của con đường dẫn đến sự diệt khổ và diệt hết những nhân tố ngọn nguồn tạo ra khổ nằm trong dòng tâm thức. Trong đó bốn chân lý nhiệm mầu trong giáo lý nhà Phật đóng một vai trò rất quan trọng, vì chúng là giáo pháp căn bản của nhà Phật, chúng nói rõ do đâu có khổ và con đường giải thoát. Người ta nói Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã giảng bài pháp đầu tiên về “Tứ Diệu Đế” trong vườn Lộc Uyển, sau khi Ngài giác ngộ thành Phật. Trong đó Đức Phật đã trình bày: “Cuộc sống chứa đầy đau khổ, những khổ đau đó đều có nguyên nhân, nguyên nhân của những khổ đau này có thể bị hủy diệt bằng con đường diệt khổ.” Theo Hòa Thượng Piyadassi trong quyển “Con Đường Cổ Xưa,” đối với đạo Phật, việc thức tỉnh từ Vô Minh đến Giác Ngộ luôn luôn hàm ý sự thấu triệt Tứ Thánh Đế. Bậc Giác Ngộ được gọi là Phật, chỉ vì Ngài đã thấu triệt Tứ Đế. Toàn bộ bài pháp đầu tiên của Đức Phật dành trọn vẹn để trình bày về Tứ Thánh Đế này; vì đó là cốt tủy của đạo Phật. Ví như dấu chân của các loài đi trên đất, có thể được chứa đựng trong dấu chân voi, được xem là lớn nhất về tầm cỡ, giáo lý Tứ Thánh Đế này cũng vậy, bao quát hết thấy mọi thiện pháp. Trong kinh điển Pali, đặc biệt là trong tạng kinh (Suttas), Tứ Đế này được diễn giải chi tiết bằng nhiều cách khác nhau. Không có một nhận thức rõ ràng về Tứ Đế, người ta khó có thể hiểu được Đức Phật đã dạy những gì trong suốt 45 năm hoằng hóa. Đối với Đức Phật thì toàn bộ lời dạy của Ngài chỉ nhằm để hiểu về Khổ, tính chất bất toại nguyện của mọi hiện hữu duyên sanh, và hiểu về con đường thoát khỏi tình trạng bất toại nguyện này. Toàn bộ lời dạy của Đức Phật không gì khác hơn là sự ứng dụng một nguyên tắc này. Như vậy chúng ta thấy rõ Đức Phật đã khám phá ra Tứ Đế, phần còn lại chỉ là sự khai triển có hệ thống và chi tiết hơn về Tứ Thánh Đế này. Có thể xem đây là giáo lý tiêu biểu của ba đời chư Phật. Tính chất ưu việt của Tứ Thánh Đế trong lời dạy của Đức Phật, được thể hiện rõ nét qua bức thông điệp của Ngài trong rừng Simsapa, cũng như từ bức thông điệp trong vườn Lộc Uyển. Thời

Đức Phật còn tại thế, Ngài luôn nhấn mạnh rằng không thông hiểu và thực hành Tứ Diệu Đế sẽ khiến chúng ta phải lăn trôi mãi trong vòng luân hồi sanh tử. Hành giả tu tập thiền quán nên luôn nhớ rằng ‘Tứ Diệu Đế’ được thấy rõ khi chánh niệm và trí tuệ có mặt.

Phạn ngữ cho từ Khổ là “Dukkha”. Không có từ ngữ dịch tương đương trong Anh ngữ cho từ “Dukkha” trong tiếng Pali (Nam Phạn) hay tiếng Sanskrit (Bắc Phạn), nên người ta thường dịch chữ “Dukkha” dịch sang Anh ngữ là “Suffering”. Tuy nhiên chữ “Suffering” thỉnh thoảng gây ra hiểu lầm bởi vì nó chỉ sự khốn khổ hay đau đớn cực kỳ. Cần nên hiểu rằng khi Đức Phật bảo cuộc sống của chúng ta là khổ, ý Ngài muốn nói đến mọi trạng thái không thỏa mãn của chúng ta với một phạm vi rất rộng, từ những bực dọc nhỏ nhỏ đến những vấn đề khó khăn trong đời sống, từ những nỗi khổ đau nát lòng chí đến những tang thương của kiếp sống. Vì vậy chữ “Dukkha” nên được dùng để diễn tả những việc không hoàn hảo xảy ra trong đời sống của chúng ta và chúng ta có thể cải hóa chúng cho tốt hơn. Nói tóm lại, mọi hiện hữu đều có bản chất khổ chứ không mang lại toại nguyện (sự khổ vô biên vô hạn, sanh khổ, già khổ, bệnh khổ, chết khổ, thương yêu mà phải xa lìa khổ, oán ghét mà cứ gặp nhau là khổ, cầu bất đắc khổ, vân vân. Khổ đeo theo ngũ uẩn như sắc thân, sự cảm thọ, tưởng tượng, hình ảnh, hành động, tri thức). Qua thiền định, hành giả tu thiền có thể thấy trực tiếp là các hiện tượng danh và sắc, hay thân và tâm, đều đau khổ. Tập Đế là sự thật rõ ràng về nguồn gốc của những nỗi khổ. Theo giáo lý nhà Phật, tham ái là nguyên nhân của đau khổ. Những dục vọng xấu xa nảy nở từ những việc vụn vặt trong gia đình, lan ra ngoài xã hội, và nổ lớn thành chiến tranh giữa các chủng tộc, giữa các quốc gia, hay giữa những phe nhóm của các quốc gia trên thế giới. Ngu si là nguyên nhân của mọi cái khổ (sự ham sống làm cho chúng sanh cứ mãi chết đi sống lại, hễ ham sống tất ham vui sướng, ham quyền thế, ham tài sản, càng được càng ham). Cứu cánh diệt khổ là Niết bàn tịnh tịch (nếu chịu hạ lòng tham xuống rồi bỏ nó đi, hay trục nó ra khỏi mình thì gọi là diệt). Qua thiền quán, chánh niệm và trí tuệ có mặt, hành giả thấy rõ sự chấm dứt khổ đau một khi si mê và các phiền não khác đều biến mất. Chân lý về con đường diệt khổ, ấy là thực hành Bát Thánh đạo. Đức Phật đã dạy rằng: “Bất cứ ai chấp nhận Tứ Diệu Đế và chịu hành trì Bát Chánh Đạo, người ấy sẽ hết khổ và chấm dứt luân hồi sanh tử.”

Người tu tập tỉnh thức cũng giống như một người đang trốn chạy khỏi tay bọn cướp đi đến gặp phải một khoảng nước bao la trước mặt. Người ấy biết rằng bờ bên này nguy hiểm và bờ bên kia an toàn. Tuy nhiên, không có tàu thuyền gì để đi đến bờ bên kia. Nên người ấy nhanh nhẹn gom góp nhánh lá làm một chiếc bè, và với chiếc bè, người ấy đã qua bờ bên kia một cách an toàn. Chánh Đạo được dạy bởi Đức Phật cũng giống như chiếc bè. Nó có công năng đưa chúng ta từ bến bờ khổ đau phiền não đến bỉ ngạn vô ưu. Trong Phật giáo Đại Thừa, giáo pháp giống như chiếc bè; khi cứu cánh bỉ ngạn đã đến, thì bè cũng phải bỏ lại sau lưng. Giáo pháp không phải là cứu cánh mà chỉ là phương tiện thôi. Theo Kinh Ấn dụ Con Rắn, Đức Phật dạy: “Giáo pháp của ta như chiếc bè để vượt qua chứ không phải để nắm giữ.” Trong Phật giáo, Pháp chỉ tất cả mọi phương cách tu hành được dạy bởi Đức Phật mà cuối cùng đưa đến cứu cánh giác ngộ. Chư pháp là phương tiện đưa đến cứu cánh, chứ tự chúng không phải là cứu cánh. Giáo pháp của Đức Phật cũng giống như chiếc bè, được dùng để đi qua bên kia bờ. Tất cả chúng ta đều phải lệ thuộc vào chiếc bè Phật pháp này để vượt thoát dòng sông sanh tử. Chúng ta gắng sức bằng tay chân, bằng trí tuệ để đạt đến bỉ ngạn. Khi cứu cánh bỉ ngạn đã đến, thì bè cũng phải bỏ lại sau lưng. Giáo pháp không phải là cứu cánh mà chỉ là phương tiện thôi. Theo Kinh Ấn dụ Con Rắn, Đức Phật dạy: “Giáo pháp của ta như chiếc bè để vượt qua chứ không phải để nắm giữ.” Cũng theo Kinh Trung Bộ, Đức Phật dạy: “Pháp mà ta giảng dạy chỉ là chiếc bè. Ngay cả Pháp ấy còn phải xả bỏ, huống là phi pháp. Chiếc bè Pháp ấy chỉ nên được dùng để đáo bỉ ngạn, chứ không nên giữ lại.”

Trong một đoạn kinh nổi tiếng của bộ Trung Bộ Kinh thuộc tạng kinh Pali, Đức Phật mô tả giáo pháp của Ngài giống như một chiếc bè. Ngài dạy, giả thử có một người lữ hành trông thấy một dòng sông rộng lớn. Trong khi đó bên bờ người ấy đang đứng thì nguy hiểm và ghê sợ, trong khi bờ bên kia thì an toàn, bình yên và vắng lặng. Không có cầu mà chẳng có phà để đưa người ấy sang sông, vì vậy người này làm một chiếc bè. Một khi đã qua được bến bờ bên kia, người này nên làm gì? Kéo theo chiếc bè, vật đã từng hữu dụng cho người ấy và bây giờ nó biến thành một trở ngại, hay bỏ nó đi sau khi người ấy đã sang bờ? Đức Phật bình phẩm, chiếc bè dùng để vượt sông, đừng bám víu vào nó, và giống như chân lý trong giáo pháp của Ngài. Nó không phải là một nỗ lực trí tuệ mà cũng không phải là một tín điều, nhưng chỉ là

một điều gì đó được biến thành hiện thực và được trau dồi. Giáo pháp của Đức Phật được diễn tả rất ngắn gọn trong Tứ Diệu Đế, một trong những phương thức được chấp nhận rộng rãi nhất của tư tưởng Phật giáo. Những chân lý này công bố về “khổ” và sự chấm dứt khổ và phản ánh nội dung sự giác ngộ của Ngài. Theo truyền thống, Ngài trình bày những chân lý này trong bài pháp đầu tiên khi thuyết giảng cho 5 người bạn đồng tu cũ ở vườn Lộc Uyển gần thành Sarnath. Bài pháp này được gọi là “Chuyển Pháp Luân,” và nó đã cấu thành một trong những lời giáo huấn căn bản của đạo Phật. **Chân lý thứ nhất là “Khổ Đế”**: Đức Phật dạy rằng mọi vật đều khổ: sanh, lão, bệnh, tử, chia lìa, không thỏa mãn ước muốn, hủy hoại, trạng thái thay đổi liên tục của tất cả các hiện tượng, bất cứ cảm nhận nào, dù sung sướng hay đau khổ đều là “khổ.” Khổ là điều kiện vô thường của vũ trụ tác động trên vạn vật. Ngay cả “cái tôi” hoặc “bản ngã” cũng không có đặc tính vững bền, do bởi trên thực tế nó chỉ là một sai lầm khởi lên từ một khái niệm sai lầm mà thôi. Thuyết “Vô Ngã” này là một trong ba đặc tính của tất cả sự sống cùng với “khổ” là “vô thường.” **Chân lý thứ hai là “Tập Đế”**: Tập đế giải thích rằng ‘khổ’ phát sinh từ tham ái, tham muốn có nhiều hay có ít, tham muốn sinh tồn hay hoại diệt. Sự tham ái hoặc lòng tham như thế là một phần của chu kỳ được mô tả trong thập nhị nhân duyên: phát sinh từ thọ, lần lượt phát sinh từ xúc, từ lục căn, từ danh sắc, từ thức, từ ý hành, từ vô minh, từ khổ, từ sanh, hữu, thủ, và trở lại ái, cứ như thế mà xoay vòng liên tục trở lại. Một trong những định luật căn bản tự nhiên nổi tiếng trong đạo Phật. Lý Duyên Khởi hoặc Thập Nhị Nhân Duyên đặt nền móng cho Nghiệp, nhân quả, sự thay đổi và tự nguyện và tính cách mà ở đó tất cả những hiện tượng quy ước tồn tại. Nó thường được mô tả là sự khởi đầu với vô minh hoặc mê mờ. **Chân lý thứ ba là “Diệt Đế”**: Chân lý này khẳng định rằng có một sự chấm dứt ‘khổ’ hay sự giải thoát cuối cùng và tối cao là sự dập tắt lửa tham, sân và si, việc này xảy ra khi nhân của ‘khổ’ bị loại trừ. Khi người ta hiểu rõ lý Duyên Khởi và những hậu quả của nó được mở lối, khi ấy chuỗi dây xích bị phá và tham ái dẫn đến vòng sinh tử luân hồi bất tận bị đoạn tận và sự diệt khổ đã hoàn tất. Đức Phật gọi chân lý thứ ba là “sự diệt tắt.” Sự kiện này không giống như Niết Bàn. Niết Bàn không phải là quả được tạo bởi nhân: nếu là Niết Bàn, nó tự phát sinh, và nếu nó đã tự sinh; nó không thể đưa ra một phương cách để vượt khỏi những sự bám chặt vào nghiệp và tái sinh.

Chân lý thứ tư là “Đạo Đế”: Đạo đế xác định những yếu tố dẫn đến sự diệt khổ. Tám yếu tố này khẳng định ba thành phần căn bản của sự tu tập tâm linh Phật giáo: Giới, Định, và Huệ. Tứ Diệu Đế được giải thích bằng cách dùng một hình thức bóng bẩy mang tính y học. Trong đế thứ nhất, thân phận con người được chẩn đoán là khổ. Chân lý thứ hai trích dẫn tham ái, nhân của chứng bệnh này. Chân lý thứ ba tạo nên một triệu chứng tình trạng, chỉ ra rằng có thể hồi phục. Cuối cùng chân lý thứ tư, Bát Chánh Đạo đi đến sự diệt khổ là phương thuốc được kê toa để phục hồi sức khỏe bệnh nhân. Theo lệ thường, người ta cũng kết hợp hình thức hoạt động nào đó với từng chân lý một. Chân lý thứ nhất được ‘hiểu thông suốt.’ Chân lý thứ hai được loại trừ tận gốc: nó đòi hỏi sự khao khát cần được dập tắt. Chân lý thứ ba là cần được chứng nghiệm, để biến thành thực tế. Và chân lý thứ tư cần được trau dồi, “được biến thành hiện thực,” nghĩa là cần được gìn giữ và tuân thủ. Toàn bộ Phật Pháp có thể được xem như là sự giải thích rộng rãi và tỉ mỉ từ Tứ Diệu Đế mà ra.

Four Noble Truths

The luggages of the journey of Nirvana comprise of the Buddha's Correct Dharma which is the content of realizations of the path and absence of suffering and its causes on the mindstreams. Among them, the Four Noble Truths play a very important role because they are fundamental doctrines of Buddhism which clarify the cause of suffering and the way to emancipation. Sakyamuni Buddha is said to have expounded the Four Noble Truths in the Deer Park in Sarnath during his first sermon after attaining Buddhahood. The Buddha organized these ideas into the Fourfold Truth as follows: “Life consists entirely of suffering; suffering has causes; the causes of suffering can be extinguished; and there exists a way to extinguish the cause.” According to Most Venerable Piyadassi in “The Buddha’s Ancient Path,” in Buddhism, awakening from ignorance to full knowledge always implies the comprehension of the Four Noble Truths. The Enlightened One is called the Buddha simply because he understood the Truths in their fullness. The whole of his first sermon is devoted to the formulation of these Truths; for they are the essence of the Buddha’s teaching. “As the footprint of every creature that walks the

earth can be contained in an elephant 's footprint, which is pre-eminent for size, so does the doctrine of the Four Noble Truths embrace all skilful Dhamma, or the entire teaching of the Buddha. In the original Pali texts, specifically in the discourses, these Four Noble Truths are made clear in detail and in diverse ways. Without a clear idea of the Truths, one can not know what the Buddha taught for forty-five years. To the Buddha the entire teaching is just the understanding of Dukkha, the unsatisfactory nature of all phenomenal existence, and the understanding of the way out of this unsatisfactoriness. The entire teaching of the Buddha is nothing other than the application of this one principle. Thus, we clearly see that the Buddha discovered the Four Noble Truths, and the rest are logical developments and more detailed explanations of the Four Noble Truths. This is the typical teaching of the Buddhas of all ages. The supremacy of the Four Noble Truths in the teaching of the Buddha is extremely clear from the message of the Simsapa Grove as from the message of the Deer Park. At the time of the Buddha, He always stressed that failing to comprehend and practice the Four Noble Truths have caused us to run on so long in the cycle of birth and death. Zen practitioners should always remember that the Four Noble Truths are seen at any time when mindfulness and wisdom are present.

There is no equivalent translation in English for the word “Dukkha” in both Pali and Sanskrit. So the word “Dukkha” is often translated as “Suffering”. However, this English word is sometimes misleading because it connotes extreme pain. When the Buddha described our lives as “Dukkha”, he was referring to any and all unsatisfactory conditions. These range from minor disappointments, problems and difficulties to intense pain and misery. Therefore, Dukkha should be used to describe the fact that things are not completely right in our lives and could be better. In one word, all existence entails suffering. All existence is characterized by suffering and does not bring satisfaction. Through meditation, Zen practitioners may see directly that all physical and mental phenomena share the characteristic of suffering. Truth of the causes of suffering. According to Buddhist tenets, craving or desire is the cause of suffering. It creates dissension in the family and society that degenerates into war between races, nations, and groups of nations in the world. The truth of the origin of

suffering or causes of suffering, or its location. All sufferings are caused by ignorance, which gives rise to craving and illusions (craving or grasping the wrong things), i.e. craving for life, for pleasure, for power, for wealth; the more he earns, the more he wants. There is an end to suffering, and this state of no suffering is called Nirvana. Through meditation, mindfulness and wisdom are present, Zen practitioners see clearly suffering will be ceased when ignorance and other afflictions fall away and cease. Regarding the practicing of the Eight-fold Noble Truths, the Buddha taught: “Whoever accepts the four dogmas, and practises the Eightfold Noble Path will put an end to births and deaths.

A person who is cultivating mindfulness is similar to a man who is escaping from a group of bandits come to a vast stretch of water that is in his way. He knows that this side of the shore is dangerous and the other side is safe. However, there is no boat going to the other shore, nor is there any bridge for crossing over. So he quickly gathers wood, branches and leaves to make a raft, and with the help of the raft, he crosses over safely to the other shore. The Noble Eightfold Path taught by the Buddha is like the raft. It would take us from the suffering of this shore to the other shore of no suffering. In Mahayana Buddhism, the teaching is likened a raft; when the goal, the other shore, is reached, then the raft is left behind. The form of teaching is not final dogma but an expedient method. According to the Discourse on the Water Snake’s Parable, the Buddha taught: “My teaching is like a raft for crossing over, not for carrying.” In Buddhism, dharma refers to all the methods of cultivation taught by the Buddha which lead to ultimate enlightenment. They are means that lead to an end, not an end themselves. The Buddha’s teaching is likened a raft for going the other shore. All of us depend on the raft of Dharma to cross the river of birth and death. We strive with our hands, feet, and wisdom to reach the other shore. When the goal, the other shore, is reached, then the raft is left behind. The form of teaching is not final dogma but an expedient method. According to the Discourse on the Water Snake’s Parable, the Buddha taught: “My teaching is like a raft for crossing over, not for carrying.” Also according to the Middle Length Saying, the Buddha taught: “The dharma that I teach is like a raft. Even Dharma should be

relinquished, how much the more that which is not Dharma? The Raft of Dharma is for crossing over, not for retaining.”

In a famous passage in the Majjhima Nikaya of the Pali Canon, the Buddha likens his teaching to a raft. Suppose, he says, a traveler sees a great expanse of water. The shore he stands on is dangerous and frightening, while the opposite shore offers safety, peace and tranquility. There is neither a bridge to cross nor a ferry to carry him over, so he built a raft. Once on the other shore, what should he do? Drag the raft that had been useful to him and turn it into an impediment, or let go of it now that he is safely across the water? The raft, the Buddha observes, is for crossing with, not clinging to, and the same is true of his teaching. It is neither an intellectual endeavor nor a creed, but merely something to be brought into being and cultivated. The Buddha’s teaching is most succinctly expressed in the Four Noble Truths, one of the most universally accepted formulations of Buddhism. These Truths proclaim “dukkha” and its cessation, and reflect the content of the Buddha’s enlightenment. According to tradition, he expounded them in his first sermon delivered to his five former companions at the deer park near Sarnath. This sermon is called the “Setting in Motion of the Wheel of Dharma,” and constitutes one of the most basic teachings of Buddhism. ***The first Noble Truth is the Truth of Dukkha:*** The Buddha said that everything is “dukkha”: birth, ageing, sickness, death, parting, unfulfilled desires, decay, the state of all phenomena constantly changing, any experience, whether pleasurable or painful, is “dukkha.” Dukkha is the condition of universal impermanence which affects everything. Even the “I” or “Self” has no enduring quality, because in reality it is merely an error arising from false conceptualization. This doctrine of “no-self” is one of three characteristics of all conditioned existence, together with “dukkha” and impermanence. ***The second Noble Truth is the Truth of the Origin of “dukkha”:*** The Truth of the Origin of “dukkha” explains that “dukkha” arises from craving (literally ‘thirst’; Pali, trishna): craving for sensual pleasure, for having more or for having less, for existence or for self-annihilation. Such craving or greed is part of a cycle that is described as a twelve-linked chain of Dependent Origination: it arises from feeling, which in turn arises from sense-contact, which arises from the six senses, which arise from mind and form, which arise from

consciousness, which arises from formations, which arise from ignorance, which arises from suffering, which arises from birth, which arises from becoming, which arises from grasping, which arises from craving, and thus round and round again. One of the most celebrated principles of Buddhism, Dependent Origination underlies Karma, causality, change and free will, and the way in which all conditioned phenomena exist. It is usually described as beginning with ignorance or confusion. ***The third Truth is the Noble Truth of the Cessation of Dukkha:*** This Truth asserts that there is an end to “dukkha”: supreme and final liberation is the “blowing out” of the fires of greed, hatred and delusion that occurs when the cause of “dukkha” is removed. When Dependent Origination is fully understood and its consequences drawn out, when the chain is broken and the craving that leads to endless births and deaths is abandoned, complete and final cessation of “dukkha” is achieved. The Buddha called the third Noble Truth “the Cessation.” This is not identical to nirvana. Nirvana is not an effect produced by a cause: if it were, it would arise dependently, and if it arose dependently, it would not be able to offer a means of escape from the clutches of karma and rebirth. ***The fourth Noble Truth is the Truth of the Eightfold Noble Path:*** The Truth of the Eightfold Noble Path identifies the factors leading to the cessation of “dukkha”. These eight factors affirm the three essential elements of Buddhist spiritual training, moral conduct, concentration and wisdom. The Four Noble Truths are commonly explained by use of medical allegory. In the First Noble Truth the human condition is diagnosed as being “dukkha.” The Second Noble Truth cites craving as the cause of this malady. The Third Noble Truth make a prognosis about the condition, proclaiming that recovery is possible. Finally, the Fourth Noble Truth, the Eightfold Noble Path to the Cessation of “dukkha,” is the medicine prescribed to restore the patient’s health. It is also customary to associate some sort of activity with each of the four Truths. The first Truth is to be “fully comprehended.” The second needs to be eradicated: it requires thirst to be quenched. The third Truth is to be realized, to be made into reality. And the fourth is to be cultivated, “to be brought into being,” that is, to be kept and followed. The entire Buddhist Dharma can be seen as an elaboration of the Four Noble Truths.

Tuyển Luận Thứ Tám
The Eighth Selective Essay

Ba Mươi Bảy Phẩm Trợ Đạo

Sau những cuộc tranh đấu thật mãnh liệt và khùng khiếp với chính mình, Đức Phật đã chinh phục nơi thân tâm Ngài những ác tính tự nhiên, cũng như các ham muốn và dục vọng của con người đã gây chướng ngại cho sự tìm thấy chân lý của chúng ta. Đức Phật đã chế ngự những ảnh hưởng xấu của thế giới tội lỗi chung quanh Ngài. Như một chiến sĩ chiến đấu anh dũng nơi chiến trường chống lại kẻ thù, Đức Phật đã chiến thắng như một vị anh hùng chinh phục và đạt được mục đích của Ngài. Ngài cũng đã tìm thấy những phẩm trợ đạo dẫn tới giác ngộ và quả vị Phật. Ba mươi bảy phẩm trợ đạo bao gồm Tứ Chánh Cần, Tứ Như Ý Túc, Tứ Niệm Xứ, Ngũ Căn, Ngũ Lực, Thất Bồ Đề Phần và Bát Thánh Đạo. ***Tứ Chánh Cần:*** Tứ chánh cần là bốn phép siêng năng diệt trừ tội ác và phát triển điều thiện. Từ Bắc Phạn có nghĩa là “nỗ lực.” Có bốn phép siêng năng diệt trừ tội ác và phát triển điều thiện, hay bốn phép phát triển xuyên qua tu tập thiền định và giới luật. Trong Phật giáo, tinh tấn là năng lực kiên trì, liên tục hướng tâm vào tu tập. Ngay cả phàm nhân, một khi chăm chỉ và chịu khó sẽ có khả năng làm được những việc kỳ diệu. Phật tử chân thuần sẽ dũng cảm tinh tấn dần bước vào những khó khăn trên bước đường tu tập với tinh thần vô úy. Đặc tính của tinh tấn là sự kiên trì chịu đựng khi đương đầu với khổ đau phiền não. Tinh tấn là khả năng để thấy kết quả không ngại gian nguy, không sợ khó khăn. Phật tử thuần cần phải luôn dũng cảm tinh tấn, sẵn sàng đương đầu với mọi khó khăn. Nếu chúng ta gia tăng tinh tấn, tâm chúng ta sẽ có đủ sức mạnh để chịu đựng với mọi thử thách. Ngoài ra, tinh tấn còn có khả năng làm cho tâm luôn tươi mát và mạnh mẽ đầu phải đương đầu với bất cứ khó khăn nào. ***Tứ Như Ý Túc:*** Tứ như ý túc hay bốn điều nên biết đủ, bao gồm: Thứ nhất là Dục Như Ý Thân Túc (Dục Thân Túc) hay mong muốn phát triển thân thông như ý. Vị Tỳ Kheo tu tập dục thân túc, câu hữu với tinh tấn thực hiện Dục Thiền Định. Thứ nhì là Niệm Như Ý Thân Túc (Tâm Thân Túc) hay mong muốn ghi nhớ phải thực hành chánh pháp. Ở đây vị Tỳ Kheo tu tập tâm thân túc câu hữu với tinh tấn thực hiện Tâm Thiền Định. Thứ ba là Tinh Tấn Như Ý Thân Túc (Cần

Thần Túc) hay tinh tấn thực chứng thân thông. Ở đây vị Tỳ Kheo tu tập cần thần túc câu hữu với tinh tấn thực hiện Tinh Tấn Thiên Định. Thứ tư là Tư Duy Như Ý Thần Túc (Quán Thần Túc) hay mong muốn nhiếp tâm vào một đề mục. Ở đây vị Tỳ Kheo tu tập quán thần túc câu hữu với tinh tấn thực hiện Tư Duy Thiên Định. **Tứ Niệm Xứ:** Tứ Niệm Xứ là bốn đối tượng thiền quán để trụ tâm hay bốn cách Thiền theo Phật giáo để diệt trừ ảo tưởng và đạt thành giác ngộ. Phật giáo Tiểu thừa gọi những phương pháp này là “nghiệp xứ” (kammattana), là một trong những phương pháp tư duy phân biệt. **Ngũ Căn:** Ngũ căn là năm yếu tố chính làm phát khởi lên những thiện căn. Ngũ căn có thể là những cửa ngõ đi vào địa ngục, đồng thời chúng cũng là những cửa ngõ quan trọng đi vào đại giác, vì từ đó mà chúng ta gây tội tạo nghiệp, nhưng cũng nhờ đó mà chúng ta có thể hành trì chánh đạo. **Ngũ Lực:** Ngũ lực là năm sức mạnh hay khả năng tâm linh được phát triển bằng cách củng cố ngũ căn. Như vậy trong Phật giáo, lực là khả năng sử dụng các căn để nhận thức rõ về chân lý, chứ không phải là sở kiến phàm phu. Trong Phật giáo Đại Thừa, lực là Ba La Mật thứ tám trong mười Ba La Mật mà một vị Bồ Tát phải tu tập trên đường đi đến Phật quả. **Thất Giác Chi:** Thất giác chi là các yếu tố giác ngộ đem lại lợi ích kỳ diệu cho hành giả. Một khi các yếu tố này được phát triển đầy đủ sẽ có năng lực chấm dứt khổ đau phiền não. Đức Phật luôn nhắc nhở chúng đệ tử của Ngài như vậy. Điều này có nghĩa là vòng luân hồi sanh tử tạo bởi danh sắc sẽ hoàn toàn dừng nghỉ khi các yếu tố giác ngộ được phát triển đầy đủ. Ngoài ra, bảy yếu tố giác ngộ cũng có công năng tiêu diệt những đạo binh ma. Bao lâu những đạo binh ma này còn hiện diện thì chúng ta vẫn còn bị lẩn quẩn trong vòng đau khổ tái sanh. Đức Phật và những vị giác ngộ đã phát triển đầy đủ thất giác chi, đã thoát khỏi khổ đau trong vòng tam giới (dục giới, sắc giới và vô sắc giới). Bảy yếu tố giác ngộ được phát triển tròn đầy sẽ giúp đưa hành giả đến sự an lạc của Niết Bàn. Vì vậy mà bảy yếu tố này luôn được xem như những linh dược, chúng tạo nên sức mạnh cho tâm chịu đựng được mọi thăng trầm vinh nhục của cuộc sống. Thêm vào đó, bảy yếu tố giác ngộ này cũng thường chữa trị được thân và tâm bệnh. Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có bảy giác chi hay thất bồ đề phần. Phật tử tu hành thất giác chi đạt được những kết quả sau đây: Tất cả ác pháp đều được tiêu trừ; tất cả pháp lành càng ngày càng tăng trưởng; vì tu thiện bỏ ác nên luôn luôn được an lạc, không bị đau khổ;

sẽ chứng quả thành Phật. Tuy nhiên, hành giả không nhờ nhìn trời nhìn đất mà được giác ngộ. Hành giả cũng không nhờ đọc sách hay học kinh điển mà được giác ngộ, cũng không phải nhờ suy nghĩ, không phải do mong ước mà sự giác ngộ sẽ bừng sáng trong tâm của hành giả. Có những điều kiện cần thiết để đưa hành giả đến giác ngộ. Làm thế nào để phát triển những yếu tố này? Muốn phát triển những yếu tố này phải tu tập giới, định, tuệ, đức Phật dạy: “Này chư Tỳ Kheo, nếu Tứ Niệm Xứ được thực hành với nỗ lực, tinh tấn và thường xuyên thì những yếu tố giác ngộ sẽ tự động phát triển đầy đủ.” Tu tập Tứ Niệm Xứ không có nghĩa là đơn thuần nghiên cứu, suy nghĩ, hay nghe những bài pháp hay bàn luận về Tứ Niệm Xứ. Tứ Niệm Xứ phải được thực hành bằng cách quán sát chánh niệm một cách trực tiếp theo 4 phương pháp cho đến khi nào chánh niệm được thiết lập (chánh niệm về thân, về thọ, về tâm và về pháp). **Bát Thánh Đạo:** Bát Thánh Đạo chính là diệu đế thứ tư trong tứ diệu đế có thể giúp cho chúng ta ngăn ngừa những trở ngại trong cuộc sống hằng ngày. Đây là con đường đưa đến chấm dứt khổ đau phiền não. Nếu chúng ta đi theo Bát Thánh Đạo thì cuộc sống của chúng ta sẽ ít khổ đau và nhiều hạnh phúc hơn. Bát Thánh Đạo là tám con đường dẫn tới sự chấm dứt đau khổ, mục đích của diệu đế thứ ba trong tứ diệu đế (Đạo đế). Bát Chánh Đạo là tám nẻo trong 37 nẻo bồ đề. Tu tập Bát Chánh Đạo sẽ đưa đến những lợi ích thực sự như tự cải tạo tự thân, vì tu bát chánh đạo là sửa đổi mọi bất chính, sửa đổi mọi tội lỗi trong đời sống hiện tại, đồng thời còn tạo cho thân mình có một đời sống chân chánh, lợi ích và thiện mỹ; cải tạo hoàn cảnh vì nếu ai cũng tu bát chánh đạo thì cảnh thế gian sẽ an lành tịnh lạc, không còn cảnh khổ đau bất hạnh gây nên bởi hận thù, tranh chấp hay chiến tranh giữa người với người, giữa nước này với nước kia, hay chủng tộc này với chủng tộc khác, ngược lại lúc đó thanh bình sẽ vĩnh viễn ngự trị trên quả đất này; tu bát chánh đạo còn là căn bản đầu tiên cho sự giác ngộ, là nền tảng chánh giác, là căn bản giải thoát, ngày nay tu bát chánh đạo là gieo trồng cho mình những hạt giống Bồ Đề để ngày sau gặt hái quả Niết Bàn Vô Thượng. Bát Chánh đạo hay Bát Thánh Đạo là tám con đường đúng. Bát Thánh Đạo chính là *thấy đúng, suy nghĩ đúng, nói năng đúng, hành động đúng, sống đúng, nỗ lực đúng, ghi nhớ đúng, và thiền định đúng*. Chánh kiến là từ bỏ cách nhìn hướng về cái ngã của các sự vật và có cái thấy như thật của Đức Phật, nghĩa là vạn sự vạn vật không có tự tánh, không độc lập, mà hiện

hữu do sự tổng hợp của nhau, cái này có thì cái kia có, cái này không thì cái kia không. Chánh tư duy là không thiên về thái độ quy ngã đối với sự vật, mà suy nghĩ về sự vật một cách đúng đắn. Chánh tư duy dạy chúng ta từ bỏ ba cái xấu để có được cái tâm độ lượng như tâm Phật: không tham muốn hay chỉ nghĩ đến sự thủ đắc cho riêng mình; không giận ghét hay không ưa thích khi sự việc xảy ra không như ý mình muốn; và không ác độc hay muốn được theo ý mình trong mọi sự. Chánh ngữ dạy chúng ta sử dụng ngôn từ đúng đắn trong đời sống hằng ngày và tránh bốn thứ xấu ác về miệng như nói dối, nói lười hai chiều, nói lời vu khống và nói lời không cẩn thận. Chánh nghiệp là sự ứng xử hằng ngày phù hợp với giới luật của Đức Phật, nghĩa là phải kềm chế ba điều xấu nơi thân, làm trở ngại cho những hành động đúng như sát hại không cần thiết, trộm cắp, và tà dâm. Chánh mạng là thu hoạch thức ăn, quần áo, nhà cửa và các nhu cầu khác trong cuộc sống một cách đúng đắn. Chánh mạng dạy chúng ta kiếm sống bằng công việc không phiền khổ cho người khác hay những nghề vô ích cho xã hội, mà phải sống bằng sự thu nhập chính đáng bằng nghề nghiệp chính đáng và có ích cho người khác. Chánh tinh tấn là luôn hành sử đúng đắn, không lười biếng hay đi lệch khỏi con đường chân chánh, tránh những sai lầm như ba điều xấu về ý, bốn điều xấu về miệng và ba điều xấu về thân. Chánh niệm là tu tập bằng cái tâm đúng đắn như Đức Phật đã tu tập, nghĩa là chúng ta phải chú tâm vào vạn sự vạn vật trong vũ trụ bằng cái tâm thanh tịnh và chính đáng. Cuối cùng là chánh định, nghĩa là luôn luôn không bị dao động vì những thay đổi của hoàn cảnh bên ngoài. Nói tóm lại, những thời kinh mà đức Phật đã giảng dạy trong suốt 45 năm, những phần chánh yếu này có thể được trích ra và tóm lược lại trong ba mươi bảy phẩm trợ đạo. Đây là những giáo pháp cần thiết mà hành giả tu Phật cần phải có để bước lên đường giác ngộ và giải thoát.

Thirty-Seven Conditions Leading to Bodhi

After mighty and terrible struggles with himself, the Buddha had conquered in his body all those natural defects and human appetites and desires that prevent our ability of seeing the truth. He had to overcome all the bad influences of the sinful world around Him. Like a soldier fighting desperately in battle against many enemies, He

struggled like a hero who conquers, he eventually gained his objects. He also discovered supportive conditions leading to bodhi or Buddhahood. Thirty-seven limbs of enlightenment comprise of four right efforts, four sufficiencies, four foundations of mindfulness, five faculties, five powers, seven limbs of enlightenments, and the eightfold noble path. **Right Effort of Four Kinds of Restrain:** Four essentials to be practiced vigilantly. A Sanskrit term for “Effort.” Right Effort of four kinds of restraint, or four essentials to be practiced vigilantly, or four factors that are developed through meditation and moral training. In Buddhism, Viriya is the energy expended to direct the mind persistently, continuously toward cultivation. Even ordinary people who are hardworking and industrious have the capacity to be heroic in whatever they do. Devout Buddhists who are endowed with courageous effort will be bold in going forward, unafraid of the difficulties we may encounter in the path of cultivation. The special characteristics of “Viriya” is an enduring patience in the face of suffering or difficulty. Viriya is the ability to see to the end no matter what, even if one has to grit one’s teeth. Devout Buddhists need courageous effort, with its characteristic of forbearance in the face of difficulty. If we raise our energy level, the mind will gain enough strength to bear with challenges. Besides, viriya has the power to freshen the mind and keep it robust, even in difficult circumstances. **Four Sufficiencies:** Four steps to rddhipada or supernatural powers or four sufficiencies: First, strong aspiration or will, or sufficiency of desire or strong aspiration (chanda-rddhi-pada) or desire to develop magic or intensive longing. Here a monk develops CONCENTRATION OF INTENTION accompanied by effort of the will power. Second, intense concentration (citta-rddhi-pada) or thoughts or sufficiency of concentration or intense concentration. In Buddhism, it means endeavor to remember to practice correct dharmas. Memory or intense holding on to the position reached. Here a monk develops concentration of consciousness accompanied by effort of the thought power. Third, effort to realize magic (virya-rddhi-pada) or vigor or exertion or sufficiency of energy or intensified effort. Here a monk develops concentration of energy accompanied by strenuous efforts. Fourth, meditation on one subject (mimamsa-rddhi-pada) or intense contemplation or meditation (investigation) or sufficiency of

contemplation (the state of dhyana or intense contemplation). Here a monk develops concentration of investigation accompanied by effort of deep thinking. **Four Meditations:** Four foundations of Mindfulness, or four objects on which memory or thought should dwell. Four types of Buddhist meditation for eradicating illusions and attaining enlightenment. Hinayana calls these practices ‘basis of action’ (kammathana) which is one of the modes of analytical meditation. *Five roots* or faculties are the five roots that give rise to other wholesome dharmas. The five sense-organs can be entrances to the hells; at the same time, they can be some of the most important entrances to the great enlightenment; for with them, we create karmas and sins, but also with them, we can practise the right way. **Five Powers:** The five powers or faculties for any cultivator or the powers of five spiritual faculties which are developed through strengthening the five roots. Thus in Buddhism, power or ability is always used as the sense organs to discern the truth. In Mahayana Buddhism, it is the eighth “perfection” (paramita) of the tenfold list of perfections that a Bodhisattva cultivates on the path to Buddhahood. **Seven Factors of Enlightenment:** Seven factors of enlightenment bring extraordinary benefits for Buddhist practitioners. Once fully developed, they have the power to bring samsaric suffering to an end.” This means that the perpetual, cyclical birth and death of beings who are composed of mental and physical phenomena can come to a complete stop. Besides, these factors of enlightenment also have the capacity to pulverize mara’s armies, the destructive inner forces which keep us bound on the wheel of suffering and rebirth. The Buddha and enlightened ones develop the factors of enlightenment and are thus able to transcend all three realms of sensual pleasures, realm of subtle forms and formless realms. When fully developed, these factors of enlightenment bring practitioners to attain the peace and joy of Nirvana. In this they are comparable to strong and effective medicine. They confer the strength of mind necessary to withstand the ups and downs of life. Moreover, they often cure physical and mental illnesses. According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are seven Limbs (factors) of Enlightenment, or the seven Bodhi shares. Practicing the seven awakening states will result in the following achievements: Elimination of evil; development of virtue; feeling of cheerfulness

versus suffering; final enlightenment. However, one does not become enlightened by merely gazing into the sky or looking around on the earth. One does not enlightened by reading or studying the scriptures, nor by thinking, nor by wishing for enlightened state to burst into one's mind. There are certain necessary conditions or prerequisites which cause enlightenment to arise. How can one develop these factors in himself or herself? By means of cultivation of precepts, meditation, and wisdom. The Buddha said: "Oh, Bhiksus, if the four foundations of mindfulness are practiced persistently and repeatedly, the seven types of "Bojjhangas" will be automatically and fully developed." Practicing the four foundations of mindfulness does not simply mean studying them, thinking of them, listening to discourses about them, nor discussing them. What we must do is be directly and experientially aware of the four foundations of mindfulness, the four bases on which mindfulness can be established. ***The Noble Eightfold Path:*** The Noble Eightfold Path is the fourth Noble Truth in the Four Noble Truths that can help us prevent problems or deal with any problems we may come across in our daily life. This is the path that leads to the end of sufferings and afflictions. If we follow it, we are on the way to less suffering and more happiness. The eight right (correct) ways. The path leading to release from suffering, the goal of the third in the four noble truths. These are eight in the 37 bodhi ways to enlightenment. Practicing the Noble Eight-fold Path can bring about real advantages such as improvement of personal conditions. It is due to the elimination of all evil thoughts, words, and actions that we may commit in our daily life, and to the continuing practice of charitable work; improvement of living conditions. If everyone practiced this noble path, the world we are living now would be devoid of all miseries and sufferings caused by hatred, struggle, and war between men and men, countries and countries, or peoples and peoples. Peace would reign forever on earth; attainment of enlightenment or Bodhi Awareness. The Noble Eight-fold Path is the first basic condition for attaining Bodhi Consciousness that is untarnished while Alaya Consciousness is still defiled. The eightfold noble path consists in *right view, right thinking, right speech, right action, right living, right endeavor, right memory, and right meditation*. Right view means to abandon a self-centered way of looking at things and to have a right view of the Buddha, that is "Nothing has its own

self; everything exists due to temporary combination. If this exists, the other exists; if this ceases to exist, the other is in no way to be able to exist.” Right thinking means not to include toward a self-centered attitude toward things but to think of things rightly. Right view teaches us to abandon the three evils of the mind such as covetousness, resentment, and evil-mindedness; and to think of things rightly, with as generous a mind as the Buddha: not to have greedy mind (covetousness) or not to think only of one’s own gain; not to have the angry mind (resentment) or not to get angry when things do not turn out as one wishes; not to have the evil mind (evil-mindedness). Right speech teaches us to use right words in our daily lives and to avoid the four evils of the mouth such as not to lie (to use false language), not to speak with a double tongue, not to commit ill-speaking, and not to use improper language (careless language). Right action means daily conduct in accordance with the precepts of the Buddha. It is to say one must refrain from the three evils of the body that hinder right action such as needless killing, stealing, and committing adultery or other sexual misconduct. Right living means to gain food, clothing, shelter, and other necessities of life in a right way. Right living teaches us not to earn our livelihood through work that makes trouble for others or through a career useless to society, but to live on a justifiable income that we can obtain through right work and a vocation useful to others. Right endeavor means to engage constantly in right conduct without being idle or deviating from the right way, avoid such wrongs as the three evils of the mind, the evils of the mouth, and the three evils of the body. Right memory means to practice with a right mind as the Buddha did, that is, we must address ourselves to all things in the universe with a fair and right mind. And finally, right meditation means not to be agitated by any change of external circumstances. In short, the sutras that the Buddha taught for forty-five years, these essential teachings can be extracted and summarized in the thirty-seven limbs. These are essential teachings that Buddhist practitioners must have in order to step on the path of enlightenment and emancipation.

Tuyển Luận Thứ Chín
The Ninth Selective Essay

Tám Con Đường Thánh

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

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

tử chơn thuần nên luôn có tâm tỉnh thức để khôn khéo biết phối hợp luật nhưn quả vào cuộc sống hằng ngày của mình. Chánh kiến cũng có nghĩa là thấy và hiểu được cái tánh chân thật hay cái chân như của mình. Trong Phật Giáo, chánh kiến là sự hiểu biết về khổ hay tính chất bất toại nguyện của mọi hiện hữu duyên sanh, hiểu biết về nhân sanh khổ, về sự diệt khổ và con đường dẫn đến sự diệt khổ. Chánh Kiến là một trong hai phần học của Trí Tuệ (phần học khác là Chánh Tư Duy). Chánh kiến là thấy đúng bản chất, hiểu biết chân lý thật sự của mọi sự, không phải nhìn thấy chúng có vẻ như thế. Theo quan điểm Phật giáo, chánh kiến có nghĩa là tuệ giác, là sự hiểu biết thâm sâu, hay nhìn thấy được mặt dưới của sự việc qua lăng kính của Tứ Diệu Đế, lý nhân duyên, vô thường, vô ngã, vân vân. Chúng ta có thể tự mình đạt được chánh kiến hay hiểu biết chân lý do người khác chỉ bày. Tiến trình đạt được chánh kiến phải theo thứ tự, trước nhất là quan sát khác quan những việc quanh ta, kế thứ xem xét ý nghĩa của chúng. Nghĩa là nghiên cứu, xem xét, và kiểm tra, và cuối cùng là đạt được chánh kiến qua thiền định. Vào thời điểm này thì hai loại hiểu biết, tự mình hay thông qua người khác, trở nên không thể phân biệt được. Nói tóm lại, tiến trình đạt được chánh kiến như sau: quan sát và nghiên cứu, khảo sát một cách có trí tuệ những điều mình đã quan sát và nghiên cứu, và cuối cùng là tập trung tư tưởng để tư duy về cái mà mình đã khảo sát. Nói tóm lại, chánh kiến có nghĩa là sự hiểu biết về tứ diệu đế: khổ đế và tập đế hay những nguyên nhân khiến kéo dài dòng luân hồi sanh tử, diệt đế và đạo đế hay con đường đưa đến chấm dứt khổ đau và giải thoát hoàn toàn. Người tu theo Phật nên phát triển chánh kiến bằng cách nhìn mọi vật dưới ánh sáng của vô thường, khổ và vô ngã sẽ chấm dứt được luyến ái và mê lầm. Không luyến ái không có nghĩa là ghét bỏ. Ghét bỏ thứ gì mà chúng ta đã có và ưa thích trước đây chỉ là sự ghét bỏ tạm thời, vì sự luyến ái lại sẽ trở về với chúng ta. Mục đích của hành giả không phải là đi tìm sự khoái lạc, mà là đi tìm sự bình an. Bình an nằm ngay trong mỗi chúng ta, sự bình an được tìm thấy cùng chỗ giao động với khổ đau. Không thể nào tìm thấy sự bình an trong rừng sâu núi thẳm. Bình an cũng không thể được ban phát bởi người khác. Hành giả tu thiền định là để theo dõi đau khổ, thấy nguyên nhân của nó và chấm dứt nó ngay bây giờ hơn là đương đầu với kết quả của nó về sau này. Chánh kiến là trí tuệ như thật bản chất của thế gian. Muốn được vậy, chúng ta cần phải có sự thấu thị rõ ràng về Tứ Thánh

Đế. Đó là Khổ đế, Tập đế, Diệt đế và Đạo đế. Đối với người có chánh kiến, khó có thể có cái nhìn mê mờ về mọi hiện tượng (chư pháp), vì người ấy đã vô nhiễm với mọi bất tịnh và đã đạt đến bất động tâm giải thoát (Akuppa ceto vimutti). Chánh kiến có nghĩa là hiểu biết các pháp như chúng thật sự là chứ không như chúng dường như là. Điều quan trọng là phải nhận thức được rằng chánh kiến trong đạo Phật có một ý nghĩa đặc biệt khác hẳn với những gì thường được mọi người gán cho. Trong Phật giáo, Chánh kiến là soi chiếu tuệ giác trên năm thủ uẩn và hiểu được bản chất thật của nó, điều này có nghĩa là phải hiểu được chính thân tâm con người. Đó là trực nghiệm, tự quan sát thân tâm của chính mình. Chánh kiến là sự hiểu biết về khổ hay tính chất bất toại nguyện của mọi hiện hữu duyên sanh, hiểu biết về nhân sanh khổ, về sự diệt khổ và con đường đưa đến sự diệt khổ. Chánh kiến rất quan trọng trong Bát Chánh Đạo, vì bảy phần còn lại đều do chánh kiến hướng dẫn. Chánh kiến đoan chắc rằng các tư duy chân chánh đã được duy trì và nhiệm vụ của nó là sắp xếp lại các ý niệm; khi những tư duy và ý niệm này đã trở nên trong sáng và thiện lành thì lời nói và hành động của chúng ta cũng sẽ chân chánh như vậy. Lại nữa, chính nhờ có chánh kiến mà người ta từ bỏ được những tinh tấn có hại hay bất lợi, đồng thời tu tập chánh tinh tấn hỗ trợ cho sự phát triển chánh niệm. Chánh tinh tấn và chánh niệm có chánh kiến hướng dẫn sẽ đem lại chánh định. Như vậy chánh kiến được xem là động lực chính trong Phật giáo, thúc đẩy các phần khác trong Bát Chánh Đạo vận hành trong mọi sự tương quan hoàn chỉnh. Có hai điều kiện cần thiết để đưa tới chánh kiến; do nghe người khác, nghĩa là nghe chánh pháp (saddhamma) từ nơi người khác; và do như lý tác ý. Điều kiện thứ nhất thuộc về bên ngoài, nghĩa là những gì chúng ta thu thập được từ bên ngoài; trong khi điều kiện thứ hai nằm ở bên trong, đó là những gì chúng ta tu tập, hay những gì ở trong tâm của chúng ta. Những gì chúng ta nghe tạo thành thức ăn cho tư duy và hướng dẫn chúng ta trong việc thành hình những quan điểm riêng của mình. Do vậy, nghe là điều rất cần thiết, nhưng chỉ đối với những gì liên quan đến chánh kiến, và nên tránh tất cả những lời nói bất thiện của người khác, vì nó làm cản trở tư duy chân chính. Điều kiện thứ hai là tác lý như ý, khó tu tập hơn, vì nó đòi hỏi phải có sự tỉnh giác thường xuyên trên những đối tượng chúng ta gặp trong cuộc sống hằng ngày. Tác lý như ý thường được dùng trong các bài pháp có ý nghĩa rất quan trọng, vì nó có thể

làm cho chúng ta thấy được các pháp một cách sâu xa hơn. Từ “Yoniso” có nghĩa là bằng đường ruột, thay vì chỉ trên bề mặt nông cạn. Do đó, diễn đạt theo lối ẩn dụ, thì đó là sự chú ý triệt để hay sự chú ý hợp lý. Hai điều kiện nghe và tác ý như lý phối hợp với nhau sẽ giúp cho việc phát triển chánh kiến. Người tầm cầu chân lý sẽ không thỏa mãn với kiến thức bề mặt, với cái giả tưởng hời hợt bên ngoài của chư pháp, mà muốn tìm tòi sâu hơn để thấy những gì nằm ngoài tầm thấy của mắt thường. Đó là loại nghiên cứu được Đức Phật khuyến khích, vì nó dẫn đến chánh kiến. Người có đầu óc phân tích tuyên bố một điều gì sau khi đã phân tích chúng thành những tính chất khác nhau, được sắp đặt lại theo hệ thống, làm cho mọi việc trở nên rõ ràng dễ hiểu, người ấy không bao giờ tuyên bố một điều gì khi chúng còn nguyên thể, mà sẽ phân tích chúng theo những nét đặc thù sao cho sự thật chế định và sự thật tuyệt đối có thể được hiểu rõ ràng không bị lẫn lộn. Đức Phật là một bậc toàn giác, một nhà phân tích đã đạt đến trình độ tuyệt luân. Cũng như một nhà khoa học phân tích con người thành các mô và các mô thành các tế bào. Đức Phật cũng phân tích các pháp hữu vi thành những yếu tố cơ bản, cho đến khi đã phân tích thành những pháp cùng tột, không còn có thể phân tích được nữa. Đức Phật bác bỏ lối phân tích nông cạn, không tác ý như lý, có khuynh hướng làm cho con người trở nên dẫn động và ngăn trở việc nghiên cứu tìm tòi vào bản chất thật sự của chư pháp. Nhờ chánh kiến mà người ta thấy được tác động nhân quả, sự sanh và sự diệt của các pháp hữu vi. Thật tánh của chư pháp chỉ có thể nắm bắt theo cách đó, chớ không phải do niềm tin mù quáng, tà kiến, sự suy diễn hay ngay cả bằng triết lý trừu tượng mà chúng ta có thể hiểu được sự thật của chư pháp. Theo Kinh Tăng Chi Bộ, Đức Phật dạy: “Pháp này dành cho người có trí chứ không phải cho người vô trí.” Trong các kinh điển, Đức Phật luôn giải thích các pháp hành và các phương tiện để đạt đến trí tuệ và tránh những tà kiến hư vọng. Chánh kiến thấm nhuần toàn bộ giáo pháp, lan tỏa đến mọi phương diện của giáo pháp, và tác động như yếu tố chánh của Phật giáo. Do thiếu chánh kiến mà phàm phu bị trói buộc vào bản chất thật của cuộc đời, và không thấy được sự thật phổ quát của cuộc sống là khổ, thậm chí họ còn không muốn hiểu những sự thật này, thế nhưng lại vội kết án giáo pháp nhà Phật về Tứ Diệu Đế là bi quan yếm thế. Có lẽ đây cũng là điều tự nhiên, vì đối với những người còn mãi mê trong những lạc thú trần gian, những người lúc nào cũng muốn

thỏa mãn các giác quan và chán ghét khổ, thì ngay cả ý niệm về khổ này cũng đã làm cho họ bức bối và xoay lưng lại với nó. Tuy nhiên, họ không nhận ra rằng cho dù họ có lên án cái ý niệm về khổ này, và cho dù họ có trung thành với chủ nghĩa lợi ích cá nhân, và lạc quan về các pháp, họ vẫn bị đè bẹp bởi tính chất bất toại nguyện cố hữu của cuộc đời.

Thứ Nhì là Chánh Tư Duy: Người tu tập tỉnh thức không bị chi phối bởi những cảm giác tham lam, sân hận và tàn độc. Chánh tư duy là những tư tưởng không bị chi phối bởi những cảm giác tham lam, sân hận và tàn độc. Tư tưởng không bị chi phối bởi những ác tâm có nghĩa là chúng ta không bị cai quản bởi sự giận dữ, vì giận dữ có khả năng thiêu đốt chúng ta và những người chung quanh nếu chúng ta không cẩn thận. Tư duy chân chánh là những tư duy có liên quan đến sự xuất ly (Nekkhamma-samkappa), tư duy vô sân hay từ ái (Avyapada-samkappa). Những tư duy này cần được tu tập và mở rộng đến muôn loài chúng sanh bất kể chủng tộc, giai cấp, dòng dõi hay tín ngưỡng, vì chúng bao trùm mọi loài có hơi thở, không có những giới hạn quy định. Chánh tư duy là suy nghĩ đúng với lẽ phải, có lợi cho mình, và có lợi cho người khác. Suy nghĩ những hành vi lầm lỗi, những tâm niệm xấu xa cần phải cải sửa. Suy nghĩ giới định tuệ để tu tập giải thoát. Suy xét vô minh là nguyên nhân của mọi sự đau khổ, là nguồn gốc của mọi tội ác; suy nghĩ tìm phương pháp đúng để tu hành giải thoát cho mình và cho người. Nghĩ đúng là ý nghĩ từ bỏ mọi dục vọng tham sân si. Nghĩ đúng là luôn nghĩ về lòng khoan dung và nhân từ với mọi loài. Nhờ thiền quán mà ta có khả thể nhận diện và buông bỏ ác tâm, khi đó tâm ta sẽ trở nên nhẹ nhàng và thoải mái, bản chất thương yêu của tâm sẽ tự nhiên hiển lộ. Cũng nhờ thiền quán mà ta có khả thể nhận diện và buông bỏ tâm tánh tàn bạo, khi đó chúng ta sẽ có tâm thương xót những ai bị đau khổ và muốn cứu giúp họ. Chánh Tư Duy là một trong hai phần học của trí tuệ (phần khác là Chánh Kiến). Chánh tư duy có nghĩa là tránh luyến ái và sân hận. Theo Phật giáo, nguồn gốc của khổ đau và phiền não là vô minh, luyến ái và sân hận. Trong khi chánh kiến loại bỏ vô minh thì chánh tư duy loại bỏ luyến ái và sân hận; vì vậy chánh kiến và chánh tư duy cùng nhau loại bỏ nguyên nhân của khổ đau và phiền não. Để loại bỏ luyến ái và tham lam, chúng ta phải trau dồi buông bỏ, trong khi muốn loại bỏ sân hận và giận dữ chúng ta phải trau dồi lòng yêu thương và bi mẫn. Buông bỏ phát triển bằng

cách suy gẫm về bản chất bất toại nguyện của đời sống, đặc biệt là bản chất bất toại của lạc thú giác quan. Lạc thú giác quan cũng giống như nước mặn, càng uống càng khát. Do hiểu biết bản chất bất toại của cuộc sống, và công nhận những hậu quả không được ưa thích của lạc thú giác quan, chúng ta có thể trau dồi sự buông bỏ và không luyến chấp một cách dễ dàng. Chúng ta có thể phát triển lòng yêu thương và bi mẫn do công nhận sự bình đẳng thiết yếu ở chúng sanh mọi loài. Giống như con người, tất cả chúng sanh đều sợ chết và run rẩy trước hình phạt. Hiểu thấu điều này chúng ta không nên giết hại hay làm cho chúng sanh khác bị giết hại. Cũng giống như con người, tất cả chúng sanh đều muốn sống và hạnh phúc. Hiểu thấu điều này, chúng ta không nên tự cho mình cao hơn người khác hay đánh giá mình khác với cách mà chúng ta đánh giá người khác. Chánh Tư Duy có nghĩa là những tư duy không cố chấp, từ ái và bất tổn hại. Ở mức độ cao hơn, Chánh Tư Duy chỉ cho loại tâm thức có khả năng giúp chúng ta phân tích không tính một cách vi tế, để nhận biết được tính không một cách trực tiếp.

Thứ Ba là Chánh Ngữ: Người tu tập tỉnh thức không nên nói những gì sai với sự thật. Chánh ngữ là không nói những gì sai với sự thật, hoặc những lời chia rẽ và căm thù, mà chỉ nói những lời chân thật và có giá trị xây dựng sự hiểu biết và hòa giải. Chánh ngữ là nói lời thành thật và sáng suốt, nói hợp lý, nói không thiên vị, nói thẳng chứ không nói xéo hay xuyên tạc, nói lời thận trọng và hòa nhã; nói lời không tổn hại và có lợi ích chung. Nói đúng là không nói dối, không ba hoa, tán gẫu hay dèm pha. Chánh ngữ là một trong những phương cách có khả năng giúp chúng ta sống hòa ái giữa chúng ta và người khác và thế giới. Chánh Ngữ là một trong ba phần của Giới Học (hai phần khác là Chánh Nghiệp và Chánh Mạng). Lời nói có thể làm ảnh hưởng đến hàng triệu người. Người ta nói rằng một lời nói thô bạo có thể làm tổn thương hơn vũ khí, trong khi một lời nói nhẹ nhàng có thể thay đổi cả trái tim và tâm hồn của một phạm nhân bướng bỉnh nhất. Vì vậy chánh ngữ trong Phật giáo bao hàm sự tôn trọng chân lý và phúc lợi của người khác. Chánh Ngữ bắt đầu với việc tránh xa bốn loại lời nói gây tổn hại: nói dối, nói lời ly gián, nói lời thô ác và nói chuyện phù phiếm. Chẳng những vậy, Phật tử thuần thành nên luôn cố gắng dùng lời nói như thế nào cho người khác được vui vẻ. Thay vì trút đi sự giận dữ và bực dọc lên người khác, Phật tử thuần thành nên nghĩ đến những

cách hữu hiệu để truyền đạt những nhu cầu và cảm xúc của chúng ta. Ngoài ra, Chánh Ngữ còn là nói lời khen ngợi những thành tựu của người khác một cách chân tình, hay an ủi người đang buồn khổ, hay giảng Pháp cho người. Lời nói là một công cụ có công năng ảnh hưởng mạnh mẽ lên người khác, nếu chúng ta biết dùng lời nói một cách khôn ngoan thì sẽ có rất nhiều người được lợi lạc. Lời nói có thể làm ảnh hưởng đến hàng triệu người. Người ta nói rằng một lời nói thô bạo có thể làm tổn thương hơn vũ khí, trong khi một lời nói nhẹ nhàng có thể thay đổi cả trái tim và tâm hồn của một phạm nhân bướng bỉnh nhất. Vì vậy chánh ngữ trong Phật giáo bao hàm sự tôn trọng chân lý và phúc lợi của người khác, nghĩa là tránh nói dối, tránh nói xấu hay vu khống, tránh nói lời hung dữ, và tránh nói chuyện vô ích.

Thứ Tư là Chánh Nghiệp: Người tu tập tỉnh thức nên chọn cách sống chân chánh cho chính mình. Chánh nghiệp là chọn cách sống chân chánh cho chính mình, không sát sanh hại vật, không làm cho người khác khổ đau phiền não, không trộm cắp, không lấy những gì không phải là của mình, không tà dâm, cũng không vì những ham muốn của mình mà làm khổ đau người khác. Chánh nghiệp là hành động chân chánh, đúng với lẽ phải, có ích lợi chung. Luôn luôn hành động trong sự tôn trọng hạnh phúc chung; tôn trọng lương tâm nghề nghiệp của mình; không làm tổn hại đến quyền lợi, nghề nghiệp, địa vị, danh dự, và tính mạng của người khác; giữ gìn thân khẩu ý bằng cách luôn tu tập mười nghiệp lành và nhổ dứt mười nghiệp dữ. Không ai trong chúng ta tránh được nghiệp quả; tuy nhiên, chúng ta có quyền lựa chọn cách phản ứng, vì nó hoàn toàn tùy thuộc vào chúng ta. Nói cách khác, lựa chọn cách sống chân chánh hay không chân chánh cho chính mình là tùy ở mình. Nói như vậy để thấy rằng những gì chúng ta đã gieo trong quá khứ thì nay chúng ta phải gặt, không có ngoại lệ; tuy nhiên, chúng ta có quyền cố gắng tu tập trong đời này để ít nhất cuộc sống của mình trong hiện tại được an lạc hơn. Chánh Nghiệp là một trong ba pháp tu học cao thượng về Giới Học (hai pháp khác là Chánh Ngữ và Chánh Mạng). Như vậy chánh nghiệp bao hàm tôn trọng đời sống, tôn trọng tài sản và tôn trọng quan hệ cá nhân. Tôn trọng đời sống là không giết hại và không bảo người khác giết hại, tôn trọng tài sản là không trộm cắp và không bảo người khác trộm cắp, tôn trọng những quan hệ cá nhân là tránh tà dâm. Chánh Nghiệp là hành động chân chánh khiến cho chúng ta có thể tránh được ba việc làm tổn hại về

thân (sát sanh, trộm cắp và tà dâm). Chánh Nghiệp dạy cho chúng ta ý thức được những tai hại mà chúng ta gây ra cho người khác. Thay vì làm những điều mà trước mắt chúng ta cảm thấy ưa thích thì chúng ta lại quan tâm đến tha nhân. Một khi có Chánh Nghiệp thì dĩ nhiên tự động các mối quan hệ của chúng ta với mọi người sẽ được tốt đẹp hơn và mọi người sẽ cảm thấy hạnh phúc hơn khi cùng sống với chúng ta. Chánh Nghiệp cũng bao gồm việc ra tay giúp đỡ người khác như phụ giúp người già cả, cứu trợ thiên tai bão lụt, hay cứu giúp người đang lâm nạn, vân vân.

Thứ Năm là Chánh Mạng: Người tu tập tỉnh thức nên chọn cho mình một nghề để sống chân chánh. Chánh mạng là chọn cho mình một nghề để sống chân chánh, không làm tổn hại đến người khác; nghề nghiệp nào không liên quan đến sự sát hại, trộm cắp hay không lương thiện. Chánh nghiệp là hành động chân chánh, đúng với lẽ phải, có ích lợi chung. Luôn luôn hành động trong sự tôn trọng hạnh phúc chung; tôn trọng lương tâm nghề nghiệp của mình; không làm tổn hại đến quyền lợi, nghề nghiệp, địa vị, danh dự, và tính mạng của người khác; giữ gìn thân khẩu ý bằng cách luôn tu tập mười nghiệp lành và nhổ dứt mười nghiệp dữ. Chánh nghiệp còn có nghĩa là tránh những hành động tà vạy, sống thanh khiết, không làm gì tổn hại đến tha nhân, không trộm cắp, không tà dâm. Chánh mạng là sự mở rộng về luật của chánh nghiệp đối với sinh kế của Phật tử trong xã hội. Chánh mạng còn có nghĩa là tạo ra của cải tài sản bằng những phương cách thích đáng. Phật tử thuần thành không nên nhúng tay tham gia vào loại hành động hay lời nói tổn hại để mưu sinh, hoặc giả xúi giục khiến người khác làm và nói như vậy. Trí tuệ và hiểu biết của đạo Phật phải được thể hiện vào đời sống của chúng ta, thì đạo đó mới được gọi là đạo Phật sống. Không ai trong chúng ta tránh được nghiệp quả; tuy nhiên, chúng ta có quyền lựa chọn cách phản ứng, vì nó hoàn toàn tùy thuộc vào chúng ta. Nói cách khác, chọn cho mình một nghề để sống chân chánh là tùy ở mình. Nói như vậy để thấy rằng những gì chúng ta đã gieo trong quá khứ thì nay chúng ta phải gặt, không có ngoại lệ; tuy nhiên, chúng ta có quyền cố gắng tu tập trong đời này để ít nhất cuộc sống của mình trong hiện tại được an lạc hơn. Chánh Mạng là một trong ba pháp tu học cao thượng về Giới Học (hai pháp khác là Chánh Ngữ và Chánh Nghiệp). Chánh mạng là làm việc hay có nghề nghiệp chân chánh khiến cho chúng ta có thể tránh được ba việc làm tổn hại

về thân (sát sanh, trộm cắp và tà dâm). Chánh mạng còn dạy cho chúng ta ý thức được những tai hại mà chúng ta gây ra cho người khác. Thay vì làm những điều mà trước mắt chúng ta cảm thấy ưa thích thì chúng ta lại quan tâm đến tha nhân. Đức Phật dạy: “Có năm loại sinh kế mà người Phật tử không nên làm là buôn bán súc vật để làm thịt, buôn bán nô lệ, buôn bán vũ khí, độc dược, và các chất say như ma túy và rượu. Năm loại nghề nghiệp này người Phật tử không nên làm vì chúng góp phần làm cho xã hội băng hoại và vi phạm nguyên tắc tôn trọng sự sống và phúc lợi của người khác.” Ngược lại, người Phật tử nên sống bằng những nghề nghiệp lương thiện, không làm hại mình hại người. Theo Kinh Hoa Nghiêm, chánh mạng là khí giới của Bồ Tát, vì xa rời tất cả tà mạng. Thiên giả an định nơi pháp này thời có thể diệt trừ những phiền não, kiết sử đã chứa nhóm từ lâu của tất cả chúng sanh.

Thứ Sáu là Chánh Tinh Tấn: Người tu tập tỉnh thức nên chuyên cần siêng năng làm lợi mình và lợi người. Chánh tinh tấn có nghĩa là chuyên cần siêng năng làm lợi mình và lợi người; không làm những việc bất chính như sát hại, gian xảo, đàng điếm, cờ bạc, ác độc và bỉ ổi, vân vân; ngược lại phải chú tâm làm những việc lành, tạo phước nghiệp. Chánh tin tấn còn có nghĩa là nỗ lực đúng có nghĩa là cố gắng không cho phát khởi những điều tà vạy, cố gắng vượt qua những tà vạy đang mắc phải, cố gắng làm nảy nở những điều thiện lành chưa nảy nở, cố gắng phát huy những điều thiện lành đã phát khởi. Chánh tinh tấn còn có nghĩa là vun bồi thiện nghiệp cùng lúc nhổ bỏ ác nghiệp. Khi tu tập chánh tinh tấn chúng ta cần phải thực hành với những tư duy của chúng ta. Nếu suy xét chúng ta sẽ thấy rằng những tư duy này không phải lúc nào cũng là thiện lành trong sáng. Đôi khi chúng chỉ là những tư duy bất thiện và ngu xuẩn, mặc dù không phải lúc nào chúng ta cũng bộc lộ chúng thành lời nói hay hành động. Như vậy, nếu chúng ta cứ để cho những tư duy này khởi lên, đó là một dấu hiệu không tốt, vì khi một tư duy không thiện lành được phép tái diễn nhiều lần, nó sẽ thành thói quen. Vì thế, điều thiết yếu là phải nỗ lực không để cho những tư duy bất thiện này tới gần, vì cho đến khi nào chúng ta thành công trong việc chế ngự chúng, những tư duy bất thiện này vẫn sẽ xâm chiếm tâm chúng ta. Không phải chỉ trong những giờ hành thiền chúng ta mới để ý đến tính chất vô cùng quan trọng của chánh tinh tấn. Chánh tinh tấn cần phải được thường xuyên tu tập bất cứ khi nào và

bất cứ ở đâu có thể được. Trong mọi lời nói của chúng ta, mọi hành động của chúng ta và cách cư xử của chúng ta trong đời sống hằng ngày, chúng ta cần chánh tinh tấn để thực hiện những bổn phận của chúng ta một cách toàn hảo. Nếu chúng ta thiếu chánh tinh tấn hay đức tính nhiệt tâm tinh cần này, chúng ta có thể bị những trạng thái hôn trầm và lười biếng khuất phục, thì chắc chắn không thể nào chúng ta có thể tiến triển việc tu tập được. Chánh Tinh Tấn là một trong ba phần học của Thiền Định (hai phần học khác là Chánh Niệm và Chánh Định). Theo Phật giáo, chánh tinh tấn là trau dồi một thái độ tự tin của tâm, chú ý và tỉnh thức: Chánh tinh tấn là sự nỗ lực trau dồi thái độ tự tin đối với công việc hay đảm nhận và theo đuổi nhiệm vụ bằng nghị lực và ý chí thi hành nhiệm vụ ấy cho đến cùng. Để tiến bộ trên con đường đạo, chúng ta cần phải nỗ lực trong việc tu tập theo Chánh Pháp. Nhờ nhiệt tâm tinh cần chúng ta có thể làm cho những hành động quá ảm đạm mà mình đã làm trước đây trở nên thanh tịnh, đồng thời ngăn ngừa những hành động này phát sinh trong tương lai. Lại nữa, tinh cần rất cần thiết để duy trì đức hạnh mà chúng ta đã tu tập, cũng như xây dựng những đức hạnh mới trong tương lai. Nhiệm vụ của chánh tinh tấn là để cảnh giác và chặn đứng những tư duy không lành mạnh, đồng thời tu tập, thúc đẩy, duy trì những tư duy thiện và trong sáng đang sanh trong tâm hành giả.

Thứ Bảy là Chánh Niệm: Người tu tập tỉnh thức nên chú tâm đúng và nên tưởng đến sự thật và chối bỏ tà vạy. Chánh niệm là nhớ đúng, nghĩ đúng là giai đoạn thứ bảy trong Bát Thánh đạo. Nhìn vào hay quán vào thân tâm để luôn tỉnh thức. Chánh niệm có nghĩa là lìa mọi phân biệt mà niệm thực tính của chư pháp. Chánh niệm là nhớ đến những điều hay lẽ phải, những điều lợi lạc cho mình và cho người. Theo Bát Chánh Đạo, chánh niệm là “Nhất Tâm” và Thiền sẽ giúp hành giả có được Chánh Niệm. Nhờ Thiền mà chúng ta luôn tỉnh thức. Thật vậy, trong cuộc sống hằng ngày, chúng ta nên luôn tỉnh thức về những điều chúng ta suy nghĩ, nói năng và hành động. Chúng ta phải tập trung tư tưởng vào mọi việc trước khi chúng ta có thể làm tốt được. Tỷ như, nếu chúng ta tập trung tư tưởng trong lớp học, chúng ta sẽ không bỏ sót những lời dạy của thầy cô. Chánh niệm còn có nghĩa là ước niệm hay nghĩ nhớ tới cảnh quá khứ, nhớ đến lỗi lầm cũ để sửa đổi, nhớ ân cha mẹ thầy bạn để báo đáp, nhớ ân tổ quốc để phụng sự bảo vệ; nhớ ân chúng sanh để giúp đỡ trả đền; nhớ ân Phật Pháp Tăng để

tỉnh tấn tu hành. Chánh niệm còn có nghĩa là quán niệm hay quán sát cảnh hiện tại và tưởng tượng cảnh tương lai. Chúng ta nên quán tưởng đến cảnh đời đau khổ, bệnh tật, mê mờ của chúng sanh mà khuyến tu; tưởng niệm làm những điều lợi ích chung, không thối lui, không ngại khó khăn nhọc nhằn. Chánh niệm còn có nghĩa là chú tâm đúng là tưởng đến sự thật và chối bỏ tà vạy. Lúc nào cũng tỉnh táo dẹp bỏ tham lam và buồn khổ của thế tục. Chánh niệm còn có nghĩa là lúc nào cũng tỉnh giác về thân thể, cảm xúc, tư tưởng cũng như những đối tác bên ngoài. Chánh niệm có nghĩa là ý thức được những gì đang xảy ra trong giờ phút hiện tại. Có nghĩa là phải biết được sự biến chuyển của mọi hiện tượng; khi đi thì mình ý thức được những cử động của thân thể; khi quán hơi thở, mình ý thức được cảm giác ra-vào nơi mũi hay lên-xuống nơi bụng; phải ý thức sự có mặt của tư tưởng hay cảm giác khi chúng khởi lên hay khi chúng biến mất. Chánh niệm sẽ đem lại cho tâm chúng ta sự thăng bằng và an tĩnh. Chánh niệm còn có khả năng giữ cho tâm được linh hoạt, để chúng ta có thể ngồi lại quán sát, theo dõi những hiện tượng đang xảy ra như một vở tuồng chung quanh chúng ta. Chánh Niệm là một trong ba phần học của Thiền Định (hai phần học khác là Chánh Tinh Tấn và Chánh Định). Chánh Niệm là ý thức, hay sự chú ý, như vậy chánh niệm là tránh sự xao lãng hay tình trạng tâm trí vẩn đục. Trong việc tu tập Phật pháp, chánh niệm giữ vai trò một sợi dây cương kiểm soát tâm của chúng ta vì tâm chúng ta không bao giờ tập trung hay đứng yên một chỗ. Đức Phật dạy: “Tu tập chánh niệm là tu tập chú tâm vào thân, chú tâm vào cảm nghĩ, chú tâm vào thức, và chú tâm vào đối tượng của tâm.” Nói tóm lại, chánh niệm là kiểm soát thân và tâm và biết chúng ta đang làm gì vào mọi lúc. Chánh Niệm là một yếu tố tâm thức quan trọng có chức năng làm cho chúng ta nhớ tới những gì có lợi lạc. Chánh niệm giữ một vai trò quan trọng trong thiền định, thí dụ Chánh Niệm có thể giúp chúng ta làm tan đi những tư tưởng rộn rịp xôn xao trong tâm thức, và cuối cùng giúp chúng ta có đủ năng lực đạt được sự nhất tâm trên hơi thở. Chánh niệm là phát khởi niệm hay gán sự chú tâm vào: nơi thân tỉnh thức bằng cách thực tập tập trung vào hơi thở; nơi cảm thọ tỉnh thức bằng cách quán sát sự đến đi trong ta của tất cả mọi hình thức của cảm thọ, vui, buồn, trung tính; nơi những hoạt động của tâm tỉnh thức bằng cách xem coi tâm ta có chứa chấp dục vọng, sân hận, lừa dối, xao lãng, hay tập

trung; nơi vạn pháp tĩnh thức bằng cách quán sát bản chất vô thường của chúng từ sanh trụ dị diệt để tận diệt chấp trước và luyến ái.

Thứ Tám là Chánh Định: Chánh định là tập trung tư tưởng đúng là tập trung vào việc từ bỏ những điều bất thiện và tập trung tinh thần được hoàn tất trong bốn giai đoạn thiền định. Chánh định còn có nghĩa là tập trung tư tưởng vào một vấn đề gì để thấy cho rõ ràng, đúng với chân lý, có lợi ích cho mình và cho người. Chánh định có nghĩa là chúng ta phải giữ cho tâm mình định tĩnh để thấy rõ bản chất thật của vạn hữu. Thực tập chánh định có thể làm cho chúng trở thành một con người hiểu biết và hạnh phúc hơn. Chánh định đòi hỏi hành giả phải tu tập những bước vừa kể trên. Trừ phi nào mình có chánh định, để tâm có thể an trụ nhất điểm mà không bị lôi cuốn hay làm cho lo ra bởi sự buông thả hay kích thích, chừng đó mình mới có thể đi vào thiền định đòi hỏi sự tập trung mãnh liệt. Tu tập Định trong Thiền hay tập chú tâm trong Thiền định. Trong khi hành thiền chúng ta thường nghĩ rằng sự ồn ào, tiếng xe chạy, tiếng người nói, hình ảnh bên ngoài là những chướng ngại đến quấy nhiễu chúng ta khiến chúng ta phóng tâm, trong khi chúng ta đang cần sự yên tĩnh. Kỳ thật, ai quấy nhiễu ai? Có lẽ chính chúng ta là người quấy nhiễu chúng. Xe cộ, âm thanh vẫn hoạt động theo đường lối tự nhiên của chúng. Chúng ta quấy nhiễu chúng bằng những ý tưởng sai lầm của chúng ta, cho rằng chúng ở ngoài chúng ta. Chúng ta cũng bị dính chặt vào ý tưởng muốn duy trì sự yên lặng, muốn không bị quấy nhiễu. Phải học để thấy rằng chẳng có cái gì quấy nhiễu chúng ta cả, mà chính chúng ta đã ra ngoài để quấy nhiễu chúng. Hãy nhìn cuộc đời như một tấm gương phản chiếu chúng ta. Khi tập được cách này thì chúng ta tiến bộ trong từng thời khắc, và mỗi kinh nghiệm của chúng ta đều làm hiển lộ chân lý và mang lại sự hiểu biết. Một cái tâm thiếu huấn luyện thường chứa đầy lo âu phiền muộn. Bởi thế chỉ một chút yên tịnh do thiền đem lại cũng dễ khiến cho chúng ta dính mắc vào đó. Đó là sự hiểu biết sai lầm về sự an tịnh trong thiền. Có đôi lúc chúng ta nghĩ rằng mình đã tận diệt được tham sân si, nhưng sau đó chúng ta lại thấy bị chúng tràn ngập. Thật vậy, tham đắm vào sự an tịnh còn tệ hơn là dính mắc vào sự dao động. Bởi vì khi dao động, ít ra chúng ta còn muốn thoát ra khỏi chúng; trong khi đó chúng ta rất hài lòng lưu giữ sự an tịnh và mong muốn được ở mãi trong đó. Đó chính là lý do khiến chúng ta không thể tiến xa hơn trong hành thiền. Vì vậy, khi đạt được hỷ lạc, bạn hãy tự nhiên, đừng dính

mắc vào chúng. Dù hương vị của sự an tịnh có ngọt ngào đi nữa, chúng ta cũng phải nhìn chúng dưới ánh sáng của vô thường, khổ và vô ngã. hành thiền nhưng đừng mong cầu phải đạt được tâm định hay bất cứ mức độ tiến bộ nào. Chỉ cần biết tâm có an tịnh hay không an tịnh, và nếu có an tịnh thì mức độ của nó nhiều hay ít mà thôi. Làm được như vậy thì tâm của chúng ta sẽ tự động phát triển. Phải có sự chú tâm kiên cố thì trí tuệ mới phát sanh. Chú tâm như bật đèn và trí tuệ là ánh sáng phát sanh do sự bật đèn đó. Nếu không bật đèn thì đèn sẽ không sáng, nhưng không nên phí thì giờ với cái bật đèn. Cũng vậy định tâm chỉ là cái chén trống không, trí tuệ là thực phẩm đựng trong cái chén ấy. Đừng dính mắc vào đối tượng như dính mắc vào một loại chú thuật. Phải hiểu mục tiêu của nó. nếu chúng ta thấy niệm Phật khiến chúng ta dễ chú tâm thì niệm Phật, nhưng đừng nghĩ sai lầm rằng niệm Phật là cứu cánh trong việc tu hành. Chánh định là sự an định vững chắc của tâm có thể so sánh với ngọn đèn cháy sáng không dao động ở nơi kín gió. Chính sự tập trung đã làm cho tâm an trú và khiến cho nó không bị dao động, xáo trộn. Việc thực hành định tâm (samadhi) đúng đắn sẽ duy trì tâm và các tâm sở ở trạng thái quân bình. Hành giả có thể phải đương đầu với rất nhiều chướng ngại của tinh thần, nhưng với sự hỗ trợ của chánh tinh tấn và chánh niệm, tâm định vững vàng có khả năng đẩy lùi những chướng ngại, những tham dục đang khuấy động tâm của vị hành giả. Tâm định vững chắc không bị các pháp trần làm cho xao lãng, vì nó đã chế ngự được năm triền cái. Chánh Định là một trong ba phần học của Thiền Định (hai phần khác là Chánh Tinh Tấn và Chánh Niệm). Chánh định là tập trung tâm vào một đối tượng. Chánh định tiến bộ từ từ đến trạng thái tâm an trú nhờ vào Chánh Tinh Tấn và Chánh Niệm. Chánh định còn có thể giúp chúng ta tiến sâu vào sự nhất tâm cao hơn, hay những tầng thiền (sắc giới và vô sắc giới).

The Noble Eightfold Path

The Noble Eightfold Path is the fourth Noble Truth in the Four Noble Truths that can help us prevent problems or deal with any problems we may come across in our daily life. This is the path that leads to the end of sufferings and afflictions. If we follow it, we are on the way to less suffering and more happiness. The eight right (correct) ways. The path leading to release from suffering, the goal of the third

in the four noble truths. These are eight in the 37 bodhi ways to enlightenment. Practicing the Noble Eight-fold Path can bring about real advantages such as improvement of personal conditions. It is due to the elimination of all evil thoughts, words, and actions that we may commit in our daily life, and to the continuing practice of charitable work; improvement of living conditions. If everyone practiced this noble path, the world we are living now would be devoid of all miseries and sufferings caused by hatred, struggle, and war between men and men, countries and countries, or peoples and peoples. Peace would reign forever on earth. Besides, to cultivate the Eightfold Noble Path also means to practice meditation to attain of enlightenment or Bodhi Awareness. The Noble Eight-fold Path is the first basic condition for attaining Bodhi Consciousness that is untarnished while Alaya Consciousness is still defiled.

The First Noble Path is Right Understanding: Practitioners of mindfulness should try to understand the natural laws which govern our everyday life. Right understanding or right view is viewing things objectively; seeing them and reporting them exactly as they are without being influenced by prejudice or emotion. Right view helps differentiate the true from the false, and determines the true religious path for attaining liberation. Right understanding means to understand the natural laws which govern our everyday life. One of the most important of these is the law of karma, the law of cause and effect, every action brings a certain result, without any exception. There is no such 'no wholesome nor unwholesome' in Buddhism. Zen practitioners should always remember that whenever we act with greed, hatred, or delusion, pain and suffering come back to us. On the contrary, when our actions are motivated by generosity, love or wisdom, the results are happiness and peace. Devout Buddhists should always have a mindful mind to skilfully integrate the understanding of the law of karma into our lives. Right understanding also means profoundly and subtly understand our true nature. In Buddhism, right understanding means the understanding of suffering or the unsatisfactory nature of all phenomenal existence, its arising, its cessation and the path leading to its cessation. Right Understanding or Right View is one of the two trainings in Wisdom (the other training is Right Thought). Right understanding can be said to mean seeing things as they really are, or

understanding the real truth about things, rather than simply seeing them as they appear to be. According to Buddhist point of view, it means insight, penetrative understanding, or seeing beneath the surface of things, etc., under the lens of the Four Noble Truths, Interdependent origination, impermanence, impersonality, and so forth. Right understanding can be acquired by ourselves or by acquiring the truths that are shown by others. The process of acquiring right understanding must follow the following order: first we must observe objectively the facts which we are presented, then consider their significance. It is to say first to study and then to consider and examine them, and finally attaining right understanding through contemplation. At this point, the two types of understanding, either by ourselves or through others, become indistinguishable. To summarize, the process of acquiring right understanding are as follows: to observe and to study, to examine intellectually what we have observed and studied, to contemplate what we have examined. In short, Right Understanding means the understanding of the four noble truths: the truths of suffering and its causes perpetuate cyclic existence, the truths of cessation and the path are the way to liberation. Through Right understanding and right thought we eliminate greed, anger and ignorance. The mind supported by wisdom will bring forth the Right Understanding which help us wholly and entirely free from the intoxication of sense desire (kama), from becoming (bhava), wrong views (ditthi) and ignorance (avijja). Buddhist practitioners should develop right understanding by seeing impermanence, suffering, and not-self in everything, which leads to detachment and loss infatuation. Detachment is not aversion. An aversion to something we once liked is temporary, and the craving for it will return. Practitioners do not seek for a life of pleasure, but to find peace. Peace is within oneself, to be found in the same place as agitation and suffering. It is not found in a forest or on a hilltop, nor is it given by a teacher. Practitioners meditate to investigate suffering, see its causes, and put an end to them right at the very moment, rather dealing with their effects later on. Right Understanding, in the ultimate sense, is to understand life as it really is. For this, one needs a clear comprehension of the Four Noble Truths, namely: the Truth of Suffering or Unsatisfactoriness, the Arising of Suffering, the Cessation of Suffering, and the Path leading to the Cessation of Suffering. Right

understanding means to understand things as they really are and not as they appear to be. It is important to realize that right understanding in Buddhism has a special meaning which differs from that popularly attributed to it. In Buddhism, right understanding is the application of insight to the five aggregates of clinging, and understanding their true nature, that is understanding oneself. It is self-examination and self-observation. Right understanding is the understanding of suffering or the unsatisfactory nature of all phenomenal existence, its arising, its cessation, and the path leading to its cessation. Right understanding is of the highest importance in the Eightfold Noble Path, for the remaining seven factors of the path are guided by it. It ensures that right thoughts are held and it co-operates ideas; when as a result thoughts and ideas become clear and wholesome, man's speech and action are also brought into proper relation. Moreover, it is through right understanding that one gives up harmful or profitless effort and cultivates right effort which aids the development of right mindfulness. Right effort and right mindfulness guided by right understanding bring about right concentration. Thus, right understanding, which is the main spring in Buddhism, causes the other limbs of the co-ordinate system to move in proper relation. There are two conditions that are conducive to right understanding: Hearing from others means hearing the Correct Law (Saddhamma), from others (Paratoghosa), and systematic attention or wise attention (Yoniso-manasikara). The first condition is external, that is, what we get from outside, while the second is internal, what we cultivate (manasikara literally means doing-in-the-mind). What we hear gives us food for thought and guides us in forming our own views. It is, therefore, necessary to listen, but only to that which is conducive to right understanding and to avoid all the harmful and unwholesome utterances of others which prevent straight thinking. The second condition, systematic attention, is more difficult to cultivate, because it entails constant awareness of the things that one meets with in everyday life. The word 'Yoniso-manasikara' which is often used in the discourses is most important, for it enables one to see things deeply. 'Yoniso' literally means by-way-of-womb instead of only on the surface. Metaphorically, therefore, it is 'radical' or 'reasoned attention'. These two conditions, learning and systematic attention, together help to develop right understanding. One who seeks truth is

not satisfied with surface knowledge, with the mere external appearance of things, but wants to dig deep and see what is beyond the reach of naked eye. That is the sort of search encouraged in Buddhism, for it leads to right understanding. The man of analysis states a thing after resolving it into its various qualities, which he puts in proper order, making everything plain. He does not state things unitarily, looking at them as a whole, but divides them up according to their outstanding features so that the conventional and the highest truth can be understood unmixed. The Buddha was discriminative and analytical to the highest degree. As a scientist resolves a limb into tissues and the tissues into cells, the Buddha analyzed all component and conditioned things into their fundamental elements, right down to their ultimates, and condemned shallow thinking, unsystematic attention, which tends to make man muddle-headed and hinders the investigation of the true nature of things. It is through right understanding that one sees cause and effect, the arising and ceasing of all conditioned things. The truth of the Dhamma can be only grasped in that way, and not through blind belief, wrong view, speculation or even by abstract philosophy. According to the Anguttara Nikaya, the Buddha says: "This Dhamma is for the wise and not for the unwise." The Nikaya also explains the ways and means of attaining wisdom by stages and avoiding false views. Right understanding permeates the entire teaching, pervades every part and aspect of the Dhamma and functions as the key-note of Buddhism. Due to lack of right understanding, the ordinary man is blind to the true nature of life and fails to see the universal fact of life, suffering or unsatisfactoriness. He does not even try to grasp these facts, but hastily considers the doctrine as pessimism. It is natural perhaps, for beings engrossed in mundane pleasures, beings who crave more and more for gratification of the senses and hate pain, to resent the very idea of suffering and turn their back on it. They do not, however, realize that even as they condemn the idea of suffering and adhere to their own convenient and optimistic view of things, they are still being oppressed by the ever recurring unsatisfactory nature of life.

The Second Noble Path is Right Thought: Practitioners should be free from sensual desire, ill-will, and cruelty. Right thought means thoughts that are free from sensual desire, ill-will, and cruelty. Thoughts free from ill-will means thoughts that are free from anger, for

when anger is burning in the mind, both us and people around us will suffer. Right thoughts includes thoughts of renunciation, good will, and of compassion, or non-harm. These thoughts are to be cultivated and extended towards all living beings regardless of race, caste, clan, or creed. As they embrace all that breathes there are no compromising limitations. Right thought means that our reflection must be consistent with common sense, useful both to others and ourselves. We must strive to correct our faults, or change our wicked opinions. While meditating on the noble formula of "Precept, Concentration, and Wisdom," we must realize that 'ignorance' is the main cause of suffering, the root of all wicked acts; therefore, we must look for a way to get rid of suffering for us and for others. A mind free from sensual lust, ill-will and cruelty. Right thought means resolve in favour of renunciation, goodwill and nonharming of sentient beings. Through meditation, we can recognize anger and let it go. At that time, the mind becomes light and easy, expressing its natural loving-kindness. Also through meditation, we can recognize cruelty and let it go. At that time, we will have the mind of understanding the suffering of others and wanting to alleviate it. Right Thought is one of the two trainings in Wisdom (the other training is Right View or Right Understanding). Right thought or right thinking means avoiding attachment and aversion. According to Buddhism, the causes of suffering and afflictions are said to be ignorance, attachment, and aversion. When right understanding removes ignorance, right thought removes attachment and aversion; therefore, right understanding and right thought remove the causes of suffering. To remove attachment and greed we must cultivate renunciation, while to remove aversion and anger we must cultivate love and compassion. Renunciation is developed by contemplating the unsatisfactory nature of existence, especially the unsatisfactory nature of pleasures of the senses, for pleasures of the sens are likened to salt water, the more we drink, the more we feel thirsty. Through understanding the unsatisfactory nature of existence and recognizing the undesirable consequences of pleasures of the senses, we can easily cultivate renunciation and detachment. To develop love and compassion through recognizing the essential equality of all living beings. Like human beings, all other beings fear death and tremble at the idea of punishment.

Understanding this, we should not kill other beings or cause them to be killed. Like human beings, all other beings desire life and happiness. Understanding this, we should not place ourselves above others or regard ourselves any differently from the way we regard others. Right thought means the thoughts of non-attachment, benevolence and non-harmfulness. On a deeper level, Right Thought refers to the mind that subtly analyzes Emptiness, thus leading us to perceive it directly.

The Third Noble Path is Right Speech: Practitioners of mindfulness should not speak what is untrue. Right speech means not speaking what is untrue, or using slanderous, abusive or harsh language; rather, speaking words which are honest and helpful, creating a vibration of peace and harmony. Right speech implies sincere, sound, impartial, direct, not distorting, cautious, affable, harmless, useful words and discourses. Avoidance of lying, slander and gossip (false and idle talk), or abstaining from lying, tale-bearing, harsh words, and foolish babble. Right speech is one of the methods that can help us to live in harmony with other people and the world. Correct or Right Speech or Perfect Speech is one of the three higher trainings in Ethics (two other trainings are Right Action and Right Livelihood). Speech can influence millions of people. It is said that a harsh word can wound more deeply than a weapon, whereas a gentle word can change the heart and mind of even the most hardened criminal. Therefore, right speech implies respect for truth and respect for the well being of others. Right speech begins with avoiding four destructive actions of speech: lying, divisive words, harsh words and idle talk. Not only that, devout Buddhists should always try to communicate in a way pleasing to others. Rather than venting our anger or frustration onto another, devout Buddhists should think about effective ways to communicate our needs and feelings to them. Besides, Right Speech also means to sincerely make an effort to notice and comment upon others' good qualities and achievements, or to console people in time of grief, or to teach people Dharma. Speech is a powerful tool to influence others and if we use it wisely, many people will benefit. Speech can influence millions of people. It is said that a harsh word can wound more deeply than a weapon, whereas a gentle word can change the heart and mind of even the most hardened criminal. Therefore, right speech implies respect for truth and respect for the well being of others. It is to say

right speech means the avoidance of lying, backbiting or slander, harsh speech and idle talk.

The Fourth Noble Path is Right Action: Practitioners of mindfulness should choose a right way to do things for ourselves. Right action means to choose a right way to do things for ourselves, not killing, not inflicting pain and afflictions on others, not stealing, not taking what is not ours, not committing sexual misconduct, and not causing suffering to others out of greed or desire for pleasant sensations. Right action involves action beneficial to both others and ourselves. We must always act for the happiness of the community, conforming to our sense of duty, without any ulterior motive for damaging others' interests, occupations, positions, honors, or lives. We must also keep strict control of our "action, speech, and mind," carrying out ten meritorious actions and avoiding ten evil ones. Right action also means to abstain from injuring living beings, from stealing and from unlawful sexual intercourse. No one among us can avoid our past karma; however, we have the right to choose the right way to do things for ourselves. To say this so we can understand that we have to reap what we sowed in the past; however, we have the right to try to cultivate to have a more peaceful life in the present time. Right action is one of the three higher trainings in Ethics (two other trainings are Right Speech and Right Livelihood). Right action implies respect for life, respect for property, and respect for personal relationships. Respect for life means not to kill or tell others to kill living beings, respect for property means not to steal or tell others to steal, respect for personal relationships means to avoid sexual misconduct (avoid adultery). Right action means acting properly. Right action can help us avoid creating the three destructive actions of the body (killing, stealing and unwise sexual behavior). Right action teaches us to be aware of the effects of our actions on others. Once we possess Right Action, instead of doing whatever pleases us at the moment, we'll be considerate of others, and of course, automatically our relationships will improve and others will be happier in our company. Right Action also includes giving old people a hand in their house work, helping storm and flood victims, and rescuing people from danger, and so on.

The Fifth Noble Path is Right Livelihood: Practitioners of mindfulness should choose a right career for ourselves. Right

livelihood means to choose a right career for ourselves, which is not harmful to others; not having work which involves killing, stealing or dishonesty. Right action involves action beneficial to both others and ourselves. We must always act for the happiness of the community, conforming to our sense of duty, without any ulterior motive for damaging others' interests, occupations, positions, honors, or lives. We must also keep strict control of our "action, speech, and mind," carrying out ten meritorious actions and avoiding ten evil ones. Right action also means to abstain from injuring living beings, from stealing and from unlawful sexual intercourse. Perfect conduct also means avoidance of actions that conflict with moral discipline. Right livelihood means earning a living in a way that does not violate basic moral values. Right livelihood is an extension of the rules of right action to our roles as breadwinners in society. Right Livelihood also means that to earn a living in an appropriate way. Devout Buddhists should not engage in any of the physical or verbal negative actions to earn a living, nor should we cause others to do so. Wisdom and understanding in Buddhism must be integrated into our lives, then Buddhism can be called a living Buddhism. No one among us can avoid our past karma; however, we have the right to choose a right career for ourselves because it is very much within our freedom. To say this so we can understand that we have to reap what we sowed in the past; however, we have the right to try to cultivate to have a more peaceful life in the present time. Right livelihood is one of the three higher trainings in Ethics (two other trainings are Right Speech and Right Action). Right livelihood means to have a right work or a right occupation that can help us avoid creating the three destructive actions of the body (killing, stealing and unwise sexual behavior). Right livelihood teaches us to be aware of the effects of our actions on others. Once we possess Right Action, instead of doing whatever pleases us at the moment, we'll be considerate of others. The Buddha taught: "There are five kinds of livelihood that are discouraged for Buddhists: trading in animals for food (selling animals for slaughter), slaves (dealing in slaves), arms (selling arms and lethal weapons), poisons, and intoxicants (drugs and alcohol, selling intoxicating and/or poisonous drinks). These five are not recommended because they contribute to the destruction of society and violate the values of respect

for life and for the welfare of others.” Right Livelihood is an extension of the rules of right action to our roles as breadwinners in society. In the contrary, Buddhists should live by an honest profession that is free from harm to self and others. According to the Adornment Sutra, right livelihood is a weapon of enlightening beings, leading away from all wrong livelihood. Zen practitioners who abide by these can annihilate the afflictions, bondage, and compulsion accumulated by all sentient beings in the long night of ignorance.

The Sixth Noble Path is Right Effort: Practitioners of mindfulness should be always hard-working, helpful to others and ourselves. Right effort means we must be always hard-working, helpful to others and ourselves. Do not kill, cheat, or lead a wanton, gamble life. On the contrary, always try to perform good deeds for having good karma. Correct (Right or Perfect) Zeal or Effort or Energy also means to try to avoid the arising of evil, demeritorious things have not yet arisen. Try to overcome the evil, demeritorious things that have already arisen. At the same time, try to produce meritorious things that have not yet arisen and try to maintain the meritorious things that have already arisen and not let them disappear, but to bring them to growth, to maturity and to the full perfection of development. Right effort also means cultivation of what is karmically wholesome and avoidance of what is karmically unwholesome. When developing right effort we must be sincere about our thoughts. If we analyze them we will find that our thoughts are not always good and wholesome. At times they are unwholesome and foolish, though we may not always express them in words and actions or both. Now if we allow such thoughts to rise repeatedly, it is a bad sign, for when an unhealthy thought is allowed to recur again and again, it tends to become a habit. It is, therefore, essential to make a real effort to keep unwholesome thoughts away from us. Until we succeed in stopping them to rise in our mind, unhealthy thoughts will always be taking possession of our mind. It is not only during the time of meditation that we need to cultivate our right effort. Right effort should be cultivated always whenever possible. In all our speech, actions and behavior, in our daily life, we need right effort to perform our duties wholeheartedly and successfully. If we lack right effort and give in to sloth and indolence, we can not proceed with our cultivation. Right effort is one of the three

trainings in meditation (two other trainings are Right Mindfulness and Right Concentration). Right effort means cultivating a confident attitude toward our undertakings, taking up and pursuing our task with energy and a will to carry them through to the end. In Buddhism, right effort means cultivating a confident attitude of mind, being attentive and aware. To progress on the path, we need to put our energy into Dharma practice. With enthusiastic effort, we can purify negative actions already done to prevent doing new ones in the future. In addition, effort also is necessary to maintain the virtuous states we've already generated, as well as to induce new ones in the future.

The Seventh Noble Path is Right Remembrance: Practitioners of mindfulness have correct memory which retains the true and excludes the false. Right remembrance, the seventh of the eightfold noble path, means remembering correctly and thinking correctly. The looking or contemplating on the body and the spirit in such a way as to remain ardent, self-possessed and mindful. Right remembrance means looking on the body and spirit in such a way as to remain ardent, self-possessed and mindful, having overcome both hankering and dejection. Right mindfulness means to give heed to good deed for our own benefit and that of others. According to the eightfold noble path, right mindfulness means the one-pointedness of the mind, and Zen will help practitioner to have Right Remembrance. Through Zen we always have Right mindfulness. In fact, in our daily life activities, we should always be aware and attentive. We should always be aware of what we think, say and do. We must concentrate on everything we do before we can do it well. For instance, if we concentrate in class, we would not miss anything the teacher says. Right mindfulness also means remembrance including old mistakes to repent of and deep gratitude towards parents, country, humankind, and Buddhist Triple Gems. Right mindfulness also means the reflection on the present and future events or situations. We must meditate upon human sufferings that are caused by ignorance and decide to work for alleviating them, irrespective of possible difficulties and boredom. Correct Memory which retains the true and excludes the false. Dwell in contemplation of corporeality. Be mindful and putting away worldly greed and grief. Correct mindfulness also means ongoing mindfulness of body, feelings, thinking, and objects of thought. Mindfulness means being aware of what is happening in the present

moment. It means noticing the flow of things, when walking, to be aware of the movement of the body; in observing the breath, to be aware of the sensations of the in-out or raising-falling; to notice thoughts or feelings as they arise or as they disappear. Mindfulness brings the quality of poise, equilibrium and balance to the mind. Mindfulness also keeps the mind sharply focused, with the attitude of sitting back and watching the passing show of our surroundings. The function of the right effort is to be vigilant and check all unhealthy thoughts, and to cultivate, promote and maintain wholesome and pure thoughts arising in a man's mind. Right Mindfulness is one of the three trainings in meditation (two others are Right Effort and Right Concentration). Mindfulness is awareness or attention, and as such it means avoiding a distracted or cloudly state of mind. In the practice of the Dharma, right mindfulness plays as a kind of rein upon our minds for our minds are never concentrated or still. The Buddha taught: "The practice of mindfulness means mindfulness of the body, mindfulness of feelings, mindfulness of consciousness, and mindfulness of objects of the mind." In short, right mindfulness means to watch our body and mind and to know what we are doing at all times. Right Mindfulness is an important mental factor that enables us to remember and keep our attention on what is beneficial. Right Mindfulness plays an important role in meditation, i.e., Right mindfulness can help us clear the flurry of thoughts from our minds, and eventually, we'll be able to concentrate single-pointedly on our breath. Right mindfulness is the application or arousing of attention: be attentive to the activities of the body with the practice of concentration on breathing; be aware of all forms of feelings and sensations, pleasant, unpleasant, and neutral, by contemplating their appearance and disappearance within oneself; be aware whether one's mind is lustful, hatred, deluded, distracted or concentrated; contemplate the impermanence of all things from arise, stay, change and decay to eliminate attachment.

The Eighth Noble Path is Right Concentration: Right Concentration or Correct Concentration. Detached from sensual objects, detached from unwholesome things, and enters into the first, second, third and fourth absorption. Right concentration means a strong concentration of our thoughts on a certain subject in order to set it clearly, consistent with Buddhist doctrine and for the benefit of others

and ourselves. Right meditation means to keep the mind steady and calm in order to see clearly the true nature of things. This type of mental practice can make us become more understanding and a happier person. "Correct concentration" requires the previous steps. Unless one has a concentrated mind that can fix itself calmly and one-pointedly on a single object without being distracted by laxity or excitement, one cannot properly enter into meditation, which requires intense concentration. Cultivating concentration in meditation means to learn to concentrate. In our meditation, we think that noises, cars, voices, sights, and so forth, are distractions that come and bother us when we want to be quiet. But who is bothering whom? Actually, we are the ones who go and bother them. The car, the sound, the noise, the sight, and so forth, are just following their own nature. We bother things through some false idea that they are outside of us and cling to the ideal of remaining quiet, undisturbed. We should learn to see that it is not things that bother us that we go out to bother them. We should see the world as a mirror. It is all a reflection of mind. When we know this, we can grow in every moment, and every experience reveals truth and brings understanding. Normally, the untrained mind is full of worries and anxieties, so when a bit of tranquility arises from practicing meditation, we easily become attached to it, mistaking states of tranquility for the end of meditation. Sometimes we may even think we have put an end to lust or greed or hatred, only to be overwhelmed by them later on. Actually, it is worse to be caught in calmness than to be stuck in agitation, because at least we will want to escape from agitation, whereas we are content to remain in calmness and not go any further. Thus, when extraordinarily blissful, clear states arise from insight meditation practice, do not cling to them. Although this tranquility has a sweet taste, it too, must be seen as impermanent, unsatisfactory, and empty. Practicing meditation without thought of attaining absorption or any special state. Just know whether the mind is calm or not and, if so, whether a little or a lot. In this way it will develop on its own. Concentration must be firmly established for wisdom to arise. To concentrate the mind is like turning on the switch, there is no light, but we should not waste our time playing with the switch. Likewise, concentration is the empty bowl and wisdom is the food that fills it and makes the meal. Do not be attached to the object of

meditation such as a mantra. Know its purpose. If we succeed in concentrating our mind using the Buddha Recitation, let the Buddha recitation go, but it is a mistake to think that Buddha recitation is the end of our cultivation. Right concentration is the intensified steadiness of the mind comparable to the unflickering flame of a lamp in a windless place. It is concentration that fixes the mind right and causes it to be unmoved and undisturbed. The correct practice of “samadhi” maintains the mind and the mental properties in a state of balance. Many are the mental impediments that confront a practitioner, a meditator, but with support of Right Effort and Right Mindfulness the fully concentrated mind is capable of dispelling the impediments, the passions that disturb man. The perfect concentrated mind is not distracted by sense objects, for it sees things as they are, in their proper perspective. Right Concentration is one of the three trainings in Samadhi (two other trainings are Right Effort and Right Mindfulness). Right concentration means to concentrate the mind single-pointedly on an object. Our concentration or single-pointedness slowly improves through effort and mindfulness, until we attain calm abiding. Right Concentration may also help us progress to deeper states of concentration, the actual meditative stabilizations (form and formless realms).

Tuyển Luận Thứ Mười
The Tenth Selective Essay

Luật Nhân Quả:
Nguyên Lý Cốt Lõi Của Đạo Phật

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

thành mạ, nhổ mạ, cấy lúa, mạ lớn thành cây lúa, trở bông, rồi cắt lúa, vân vân, phải qua thời gian ba bốn tháng, hoặc năm sáu tháng. Có khi từ nhân đến quả cách nhau hằng chục năm như một đứa bé cắp sách đến trường học tiểu học, đến ngày thành tài 4 năm đại học phải trải qua thời gian ít nhất là 14 năm. Có những trường hợp khác từ nhân đến quả có thể dài hơn, từ đời trước đến đời sau mới phát hiện. Hiểu và tin vào luật nhân quả, Phật tử sẽ không mê tín dị đoan, không ỷ lại thần quyền, không lo sợ hoang mang. Biết cuộc đời mình là do nghiệp nhân của chính mình tạo ra, người Phật tử với lòng tự tin, có thêm sức mạnh to lớn sẽ làm những hành động tốt đẹp thì chắc chắn nghiệp quả sẽ chuyển nhẹ hơn, chứ không phải trả đúng quả như lúc tạo nhân. Nếu làm tốt nữa, biết tu thân, giữ giới, tu tâm, nghiệp có thể chuyển hoàn toàn. Khi biết mình là động lực chính của mọi thất bại hay thành công, người Phật tử sẽ không chán nản, không trách móc, không ỷ lại, có thêm nhiều cố gắng, có thêm tự tin để hoàn thành tốt mọi công việc. Biết giá trị của luật nhân quả, người Phật tử khi làm một việc gì, khi nói một lời gì, nên suy nghĩ trước đến kết quả tốt hay xấu của nó, chứ không làm liều, để rồi phải chịu hậu quả khổ đau trong tương lai. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng nhân quả ứng báo là sự đáp trả lại cho các nhân nghiệp ác và thiện. Theo Phật giáo, những ai phủ nhận luật nhân quả luân hồi sẽ hủy hoại tất cả những trách nhiệm luân lý của chính mình.

Theo Đức Phật, nhân là nhân mà bạn đã gieo, thì từ đó bạn phải gặt lấy kết quả tương ứng, không có ngoại lệ. Nếu bạn gieo nhân tốt, ắt gặt quả tốt. Và nếu bạn gieo nhân xấu, ắt nhận lấy quả xấu. Vì vậy mà nếu bạn gieo một nhân nào đó với những duyên khác đi kèm, một quả báo hay hậu quả nào đó sẽ đến, không có ngoại lệ. Đức Phật dạy: “Do sự nối kết của các chuỗi nhân duyên mà có sự sinh, có sự diệt.” Nhân quả trong đạo Phật không phải là chuyện tin hay không tin. Cho dù bạn không tin nhân quả thì nhân quả vẫn vận hành đúng theo chiều hướng mà nó phải vận hành. Nhân chính là chủng tử (hạt). Cái góp phần cho sự lớn mạnh của nó là duyên (hay điều kiện). Trồng một cái hạt xuống đất là gieo nhân. Những điều kiện là những yếu tố phụ vào góp phần làm cho cái hạt nảy mầm và lớn lên như đất đai, nước, ánh nắng mặt trời, phân bón và người làm vườn, vân vân.

Nhân có nghĩa là nguyên nhân hay cái đi ở trước; điều kiện, lý do, nguyên lý (nguyên nhân). Nhân căn bản tạo ra nghiệp quả và sự tái

sanh. Hễ gây nhân ắt gặt quả. Mọi hành động làm nhân sẽ có một kết quả hay hậu quả. Cũng như vậy, kết quả hay hậu quả đều có nhân của nó. Luật nhân quả là khái niệm căn bản trong đạo Phật, nó chi phối tất cả mọi trường hợp. Người Phật tử tin luật nhân quả chứ không không phải thưởng phạt. Hễ có nhân ắt có quả. Tương tự, hễ có quả ắt có nhân. Luật nhân quả là ý niệm căn bản trong Phật giáo chi phối mọi hoàn cảnh. Đây là định luật căn bản của vạn hữu, nếu một người gieo hạt giống tốt thì chắc chắn người đó sẽ gặt quả tốt; nếu người ấy gieo hạt giống xấu thì hiển nhiên phải gặt quả xấu. Dù kết quả có thể mau hay chậm, mọi người chắc chắn sẽ nhận những kết quả tương ứng với những hành động của mình. Người nào thâm hiểu nguyên lý này sẽ không bao giờ làm điều xấu.

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

Như trên đã nói, luật nhân quả hay sự tương quan giữa nguyên nhân và kết quả trong luật về “Nghiệp” của Phật giáo. Định luật nhân quả chi phối vạn sự vạn vật trong vũ trụ không có ngoại lệ. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng nguyên nhân chính đưa đến mọi hậu quả là “Vô Minh”. Vô minh là yếu tố của tâm thức, một trạng thái làm u ám trí năng. Vô minh làm cho chúng ta không biết sự thật chúng ta là gì và sự vật chung quanh chúng ta tồn tại theo cơ chế nào. Vô minh chẳng những làm cho chúng ta không thấy bộ mặt thật của sự vật, mà

nó còn vẽ vời sự vật một cách sai lạc. Hiểu và tin vào luật nhân quả, Phật tử sẽ không mê tín dị đoan, không ý lại thần quyền, không lo sợ hoang mang. Biết cuộc đời mình là do nghiệp nhân của chính mình tạo ra, người Phật tử với lòng tự tin, có thêm sức mạnh to lớn sẽ làm những hành động tốt đẹp thì chắc chắn nghiệp quả sẽ chuyển nhẹ hơn, chứ không phải trả đúng quả như lúc tạo nhân. Nếu làm tốt nữa, biết tu thân, giữ giới, tu tâm, nghiệp có thể chuyển hoàn toàn. Khi biết mình là động lực chính của mọi thất bại hay thành công, người Phật tử sẽ không chán nản, không trách móc, không ý lại, có thêm nhiều cố gắng, có thêm tự tin để hoàn thành tốt mọi công việc. Biết giá trị của luật nhân quả, người Phật tử khi làm một việc gì, khi nói một lời gì, nên suy nghĩ trước đến kết quả tốt hay xấu của nó, chứ không làm liều, để rồi phải chịu hậu quả khổ đau trong tương lai.

Một số người tin theo Cơ Đốc giáo, và theo Cơ Đốc giáo, thì định mệnh của con người được Thượng đế quyết định. Thượng đế quyết định cho một người được lên thiên đàng hay xuống địa ngục; Thượng đế còn định trước cả cuộc đời của con người trên thế gian này. Vài người khác tin vào thuyết định mệnh, rằng mỗi người chúng ta đều có số phận sẵn mà chúng ta không thể nào thay đổi, cũng như không làm gì khác hơn được. Họ tin rằng ‘Việc gì đến sẽ đến’. Trong triết lý này, nhân tố quyết định số phận con người không phải là Thượng đế, mà là một sức mạnh huyền bí gọi là ‘số phận’ vượt quá tầm hiểu biết của chúng ta. Còn một số người khác nữa lại tin vào sự trái ngược lại với số phận, họ là những người tin vào thuyết ‘vô định’: mọi việc xảy ra đều do sự tình cờ hay ngẫu nhiên nào đó. Họ tin rằng nếu một người may mắn, người đó sẽ đạt được hạnh phúc và sự thành công; nếu không may thì sẽ phải chịu khổ đau và thất bại, nhưng tất cả những gì mà con người nhận lãnh đều không do một tiến trình của sự quyết định, mà đều do tình cờ, hoàn toàn ngẫu nhiên. Trong Cơ Đốc giáo, người tín hữu thờ phượng Thượng đế và cầu nguyện Ngài để được tha thứ khỏi phải lãnh những hậu quả của những hành động xấu ác mà người ấy đã gây tạo. Phật giáo khác với Cơ Đốc giáo ở chỗ Phật giáo xét căn nguyên của mọi điều xấu do bởi vô minh chứ không do tội lỗi do sự nhận thức sai lầm, chứ không do việc hành động theo ý muốn và chống đối. Về một định nghĩa thực tiễn cho vô minh, chúng ta có thể xem đó là bốn tà kiến làm cho chúng ta đi tìm sự thường hằng trong chỗ vô thường, tìm sự thanh thản trong chỗ không thể tách rời ra khỏi

khổ đau, tìm cái ngã trong chỗ chẳng liên quan gì đến bản ngã chân thật, và tìm vui thú trong chỗ thật ra chỉ toàn là sự ghê tởm đáng chán. Theo luật ‘Nhân Quả’ của nhà Phật, hiện tại là cái bóng của quá khứ, tương lai là cái bóng của hiện tại. Vì vậy mà hành động của chúng ta trong hiện tại là quan trọng nhất, vì điều mà chúng ta làm ngày nay ấn định con đường của sự phát triển tương lai của mình. Vì lý do này mà người tu thiền nên luôn chú tâm vào hiện tại hầu có thể tiến triển tốt trên đường tu đạo. Theo giáo lý về tái sinh trong đạo Phật, quan hệ nhân quả giữa hành động và hậu quả của nó không những chỉ có giá trị trong hiện đời, mà còn có giá trị với những đời quá khứ và tương lai nữa. Luật nhân quả phổ thông này không thể nào tránh được. Giống như mình không thể nào chạy trốn được cái bóng của chính mình, chúng ta không thể nào trốn chạy hậu quả của những hành động của mình. Chúng sẽ mãi đeo đuổi chúng ta đâu chúng ta có lẫn trốn ở bất cứ nơi đâu. Ngoài ra, Đức Phật còn dạy, tâm bất thiện tạo ra những tư tưởng bất thiện (hận, thù, tổn hại và tà kiến, vân vân), cũng như những hành động gây ra khổ đau loạn động. Tâm bất thiện sẽ hủy diệt sự an lạc và thanh tịnh bên trong.

Đạo Cơ Đốc tự mâu thuẫn bởi một câu viết trong Thánh Kinh “Người gieo cái gì thì sẽ gặt cái nấy” với sự ân xá nhờ ơn Chúa hay Thượng đế. Cái câu “Gieo gì gặt nấy” rõ ràng hoàn toàn phù hợp với ý nghĩa của luật nhân quả tự nhiên, trong khi sự ân xá nhờ ơn Chúa hoàn toàn phủ nhận luật nhân quả tự nhiên này. Nhưng trong đạo Phật, không ai có thể tha thứ cho một người khỏi những vi phạm của người đó. Nếu làm một điều ác thì người đó phải gặt hái những hậu quả xấu, vì tất cả đều do luật chung điều khiển chứ không do một đấng sáng tạo toàn năng nào. Theo Phật giáo, những vui sướng hay đau khổ trong kiếp này là ảnh hưởng hay quả báo của tiền kiếp. Thế cho nên cổ đức có nói: “Dục tri tiền thế nhân, kim sanh thọ giả thị. Dục tri lai thế quả, kim sanh tác giả thị.” Có nghĩa là muốn biết nhân kiếp trước của ta như thế nào, thì hãy nhìn xem quả báo mà chúng ta đang thọ lãnh trong kiếp này. Muốn biết quả báo kế tiếp của ta ra sao, thì hãy nhìn vào những nhân mà chúng ta đã và đang gây tạo ra trong kiếp hiện tại. Một khi hiểu rõ được nguyên lý này rồi, thì trong cuộc sống hằng ngày của người con Phật chơn thuần, chúng ta sẽ luôn có khả năng tránh các điều dữ, làm các điều lành. Mọi hành động làm nhân sẽ có một kết quả hay hậu quả. Cũng như vậy, kết quả hay hậu quả đều có nhân của

nó. Luật nhân quả là khái niệm căn bản trong đạo Phật, nó chi phối tất cả mọi trường hợp. Người Phật tử tin luật nhân quả chứ không không phải thưởng phạt. Mọi hành động hễ là nhân ắt có quả. Tương tự, hễ là quả ắt có nhân. Luật nhân quả là ý niệm căn bản trong Phật giáo chi phối mọi hoàn cảnh. Đây là định luật căn bản của vạn hữu, nếu một người gieo hạt giống tốt thì chắc chắn người đó sẽ gặt quả tốt; nếu người ấy gieo hạt giống xấu thì hiển nhiên phải gặt quả xấu. Dù kết quả có thể mau hay chậm, mọi người chắc chắn sẽ nhận những kết quả tương ứng với những hành động của mình. người nào thâm hiểu nguyên lý này sẽ không bao giờ làm điều xấu.

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

cất lúa, vùn vùn, phải qua thời gian ba bốn tháng, hoặc năm sáu tháng. Có khi từ nhân đến quả cách nhau hàng chục năm như một đứa bé cắp sách đến trường học đến ngày thành tài phải trải qua thời gian ít nhất là 10 năm. Có những trường hợp khác từ nhân đến quả có thể dài hơn, từ đời trước đến đời sau mới phát hiện.

***The Law of Cause and Effect:
The Core Principle of Buddhism***

Cause is a primary force that produces an effect; effect is a result of that primary force. The law of causation governs everything in the universe without exception. Law of cause and effect or the relation between cause and effect in the sense of the Buddhist law of “Karma” The law of causation (reality itself as cause and effect in momentary operation). Every action which is a cause will have a result or an effect. Likewise every resultant action or effect has its cause. The law of cause and effect is a fundamental concept within Buddhism governing all situations. The Moral Causation in Buddhism means that a deed, good or bad, or indifferent, brings its own result on the doer. Good people are happy and bad ones unhappy. But in most cases “happiness” is understood not in its moral or spiritual sense but in the sense of material prosperity, social position, or political influence. For instance, kingship is considered the reward of one’s having faithfully practiced the ten deeds of goodness. If one meets a tragic death, he is thought to have committed something bad in his past lives even when he might have spent a blameless life in the present one. Causality is a natural law, mentioning the relationship between cause and effect. All things come into being not without cause, since if there is no cause, there is no effect and vice-versa. As so sow, so shall you reap! Cause and effect never conflict with each other. In other words, cause and effect are always consistent with each other. If we want to have beans, we must sow bean seeds. If we want to have oranges, we must sow orange seeds. If wild weeds are planted, then it’s unreasonable for one to hope to harvest edible fruits. One cause cannot have any effect. To produce an effect, it is necessary to have some specific conditions. For instance, a grain of rice cannot produce a rice plant without the presence of sunlight, soil, water, and care. In the cause there is the

effect; in the effect there is the cause. From the current cause, we can see the future effect and from the present effect we discerned the past cause. The development process from cause to effect is sometimes quick, sometimes slow. Sometimes cause and effect are simultaneous like that of beating a drum and hearing its sound. Sometimes cause and effect are three or four months away like that of the grain of rice. It takes about three to four, or five to six months from a rice seed to a young rice plant, then to a rice plant that can produce rice. Sometimes it takes about ten years for a cause to turn into an effect. For instance, from the time the schoolboy enters the elementary school to the time he graduates a four-year college, it takes him at least 14 years. Other causes may involve more time to produce effects, may be the whole life or two lives. By understanding and believing in the law of causality, Buddhists will not become superstitious, or alarmed, and rely passively on heaven authority. He knows that his life depends on his karmas. If he truly believes in such a causal mechanism, he strives to accomplish good deeds, which can reduce and alleviate the effect of his bad karmas. If he continues to live a good life, devoting his time and effort to practicing Buddhist teachings, he can eliminate all of his bad karmas. He knows that he is the only driving force of his success or failure, so he will be discouraged, put the blame on others, or rely on them. He will put more effort into performing his duties satisfactorily. Realizing the value of the law of causality, he always cares for what he thinks, tells or does in order to avoid bad karma. Devout Buddhists should always remember that retribution of good and evil karma or cause and effect in the moral realm have their corresponding relations. According to Buddhism, whoever denies the rule of “cause and effect” will destroy all moral responsibility.

According to the Buddha, a cause refers to the cause you have planted, from which you reap a corresponding result without any exception. If you plant a good cause, you will get a good result. And if you plant a bad cause, you will obtain a bad result. So if you plant a certain cause with other conditions assemble, a certain retribution or result is brought about without any exception. The Buddha taught: “Because of a concatenation of causal chains there is birth, there is disappearance.” Cause and effect in Buddhism are not a matter of belief or disbelief. Even though you don’t believe in “cause and

effect,” they just operate the way they are suppose to operate. The cause is the seed, what contributes to its growth is the conditions. Planting a seed in the ground is a cause. Conditions are aiding factors which contribute to the growth such as soil, water, sunlight, fertilizer, and the care of the gardener, etc.

Hetu means cause, antecedent, condition, reason, or principle. The original or fundamental cause which produces phenomena, such as karma or reincarnation. Every cause has its fruit or consequences. Every action which is a cause will have a result or an effect. Likewise, every resultant action has its cause. The law of cause and effect is a fundamental concept within Buddhism governing all situation. Buddhists believe in a just rational of karma that operates automatically and speak in terms of cause and effect instead of rewards and punishments. Every action which is a cause will have a result or an effect. Likewise every resultant action has its cause. The law of cause and effect is a fundamental concept within Buddhism governing all situation. Buddhists believe in a just rational of karma that operates automatically and speak in terms of cause and effect instead of rewards and punishments. It’s a fundamental principle for all living beings and all things that if one sows good deeds, he will surely reap a good harvest; if he sows bad deeds, he must inevitably reap a bad harvest. Though the results may appear quickly or slowly, everyone will be sure to receive the results that accord with their actions. Anyone who has deeply understood this principle will never do evil.

Law of cause and effect also means the relation between cause and effect in the sense of the Buddhist law of “Karma”. Cause is a primary force that produces an effect; effect is a result of that primary force. The law of causation governs everything in the universe without exception. The law of causation (reality itself as cause and effect in momentary operation). Every action which is a cause will have a result or an effect. Likewise every resultant action or effect has its cause. The law of cause and effect is a fundamental concept within Buddhism governing all situations. The Moral Causation in Buddhism means that a deed, good or bad, or indifferent, brings its own result on the doer. Good people are happy and bad ones unhappy. But in most cases “happiness” is understood not in its moral or spiritual sense but in the sense of material prosperity, social position, or political influence. For

instance, kingship is considered the reward of one's having faithfully practiced the ten deeds of goodness. If one meets a tragic death, he is thought to have committed something bad in his past lives even when he might have spent a blameless life in the present one. According to Buddhism, there exists a simultaneity of Cause and Effect; that means the cause has result as its cause, while the result has the cause as its result. It is like planting seeds; the seeds produce fruit, the fruit produces seeds. The law of karma and its retribution permeates all three life spans: immediate retributions, rebirth retributions (next life retributions), and future retributions.

As mentioned above, the law of cause and effect or the relation between cause and effect in the sense of the Buddhist law of "Karma". The law of causation governs everything in the universe without exception. Devout Buddhists should always remember that the chief cause that lead to all kinds of effect is "Ignorance". "Ignorance" is a mental factor, or attitude, that obscures our understanding of who we are, and the mode in which all phenomena exist. Not only does ignorance prevent us from realizing how things exist, it also depicts things as existing in a way they do not. By understanding and believing in the law of causality, Buddhists will not become superstitious, or alarmed, and rely passively on heaven authority. He knows that his life depends on his karmas. If he truly believes in such a causal mechanism, he strives to accomplish good deeds, which can reduce and alleviate the effect of his bad karmas. If he continues to live a good life, devoting his time and effort to practicing Buddhist teachings, he can eliminate all of his bad karmas. He knows that he is the only driving force of his success or failure, so he will be discouraged, put the blame on others, or rely on them. He will put more effort into performing his duties satisfactorily. Realizing the value of the law of causality, he always cares for what he thinks, tells or does in order to avoid bad karma.

Some people believe in Christianity, and according to the Christian, the theistic position that man's destiny is basically determined for him by God. God determines if a man deserves heaven or hell; he may even decide each man's earthly destiny. Some other people believe in fatalism that each of us has a fate which we cannot change and about which we can do nothing. They believe that

‘Whatever will be will be.’ In this philosophy the agent that determines destiny is not a God, but rather a mysterious impersonal power called ‘Fate’ which transcend our understanding. Still some other people believe the exact opposite, they believe in indeterminism: everything happens by accident. They believe that if man is lucky, he will achieve happiness or success; if he is unlucky, he will suffer or fail, but whatever he receives, he receives not through any process of determination but by accident, by sheer coincidence. In Christianity, the Christian worships God and prays to Him in order to obtain forgiveness from the results his evil actions hold out for him. Buddhism differs from Christianity in that it sees the root cause of all evil in “ignorance” and not in “sin”, in an act of intellectual misapprehension and not in an act of volition and rebellion. As a practical definition of ignorance, we are offered the four perverted views which make us seek for permanence in what is inherently impermanent, ease in what is inseparable from suffering, selfhood in what is not linked to any self, and delight in what is essentially repulsive and disgusting. According to the Karma Law in Buddhism, the present is a shadow of the past, the future a shadow of the present. Hence our action in the present is most important, for what we do in the present determines the course of our future development. For this reason, Zen practitioners should always apply their minds to the present so that they may advance on the way. According to the Buddhist doctrine of rebirth, the causal relation between action and its results holds not only with regard to the present life but also with regard to past and future lives. This universal law of cause and effect is non-negotiable. Just as we cannot run away from our own shadows, so we cannot run away from the results of our actions. They will pursue us no matter where we hide. Besides, the Buddha also taught that negative or unwholesome mind creates negative or unwholesome thoughts (anger, hatred, harmful thoughts, wrong views, etc), speech (lying, harsh speech, double-tongued, etc), as well as deeds which are the causes of our sufferings, confusion and misery. Unwholesome or negative mind will destroy our inner peace and tranquility.

Catholicism contradicts itself with the words in the Bible: “Ye shall reap what ye shall sow” and the theory of forgiveness through the grace of Christ or God. The sentence “Reap what you sow” is precisely in

accordance with the natural law of karma, while the grace of forgiveness completely denies this law. But in Buddhism, no one can forgive a person for his transgression. If he commits an evil deed, he has to reap the bad consequences, for all is governed by universal law and not by any arbitrary creator. According to Buddhism, the pain or pleasure resulting in this life from the practices or causes and retributions of a previous life. Therefore, ancient virtues said: "If we wish to know what our lives were like in the past, just look at the retributions we are experiencing currently in this life. If we wish to know what retributions will happen to us in the future, just look and examine the actions we have created or are creating in this life." If we understand clearly this theory, then in our daily activities, sincere Buddhists are able to avoid unwholesome deeds and practice wholesome deeds. Every action which is a cause will have a result or an effect. Likewise, every resultant action has its cause. The law of cause and effect is a fundamental concept within Buddhism governing all situation. Buddhists believe in a just rational of karma that operates automatically and speak in terms of cause and effect instead of rewards and punishments. Every action which is a cause will have a result or an effect. Likewise every resultant action has its cause. The law of cause and effect is a fundamental concept within Buddhism governing all situation. Buddhists believe in a just rational of karma that operates automatically and speak in terms of cause and effect instead of rewards and punishments. It's a fundamental principle for all living beings and all things that if one sows good deeds, he will surely reap a good harvest; if he sows bad deeds, he must inevitably reap a bad harvest. Though the results may appear quickly or slowly, everyone will be sure to receive the results that accord with their actions. Anyone who has deeply understood this principle will never do evil.

According to Buddhism, every action which is a cause will have a result or an effect. Likewise every resultant action or effect has its cause. The law of cause and effect is a fundamental concept within Buddhism governing all situations. The Moral Causation in Buddhism means that a deed, good or bad, or indifferent, brings its own result on the doer. Good people are happy and bad ones unhappy. But in most cases "happiness" is understood not in its moral or spiritual sense but in the sense of material prosperity, social position, or political influence.

For instance, kingship is considered the reward of one's having faithfully practiced the ten deeds of goodness. If one meets a tragic death, he is thought to have committed something bad in his past lives even when he might have spent a blameless life in the present one. Causality is a natural law, mentioning the relationship between cause and effect. All things come into being not without cause, since if there is no cause, there is no effect and vice-versa. As so sow, so shall you reap. Cause and effect never conflict with each other. In other words, cause and effect are always consistent with each other. If we want to have beans, we must sow bean seeds. If we want to have oranges, we must sow orange seeds. If wild weeds are planted, then it's unreasonable for one to hope to harvest edible fruits. One cause cannot have any effect. To produce an effect, it is necessary to have some specific conditions. For instance, a grain of rice cannot produce a rice plant without the presence of sunlight, soil, water, and care. In the cause there is the effect; in the effect there is the cause. From the current cause, we can see the future effect and from the present effect we discerned the past cause. The development process from cause to effect is sometimes quick, sometimes slow. Sometimes cause and effect are simultaneous like that of beating a drum and hearing its sound. Sometimes cause and effect are three or four months away like that of the grain of rice. It takes about three to four, or five to six months from a rice seed to a young rice plant, then to a rice plant that can produce rice. Sometimes it takes about ten years for a cause to turn into an effect. For instance, from the time the schoolboy enters the elementary school to the time he graduates a four-year college, it takes him at least 14 years. Other causes may involve more time to produce effects, may be the whole life or two lives.

Tuyển Luận Thứ Mười Một
The Eleventh Selective Essay

Lý Nhân Duyên &
Mười Hai Nhân Duyên

Lý nhân duyên là một trong những giáo thuyết thâm sâu trong Phật giáo. Ai trong chúng ta cũng đều biết nhân là gì và duyên là gì. Tuy nhiên, theo Đức Phật, lý Nhân Duyên rất thâm sâu. Nhiều người tin rằng lý nhân duyên là một trong những chủ đề khó nhất trong Phật giáo. Thật vậy, có lần ngài A Nan cho rằng mặc dầu lý nhân duyên có vẻ khó khăn, nhưng giáo thuyết này thật ra đơn giản; và Đức Phật đã quở A Nan rằng giáo lý nhân duyên rất thâm sâu chứ không đơn giản đâu. Tuy nhiên, giáo lý nhân duyên trong đạo Phật rất rõ ràng và dễ hiểu. Nhân đó Đức Phật đã đưa ra hai thí dụ cho đại chúng. Trước hết là thí dụ về ngọn đèn, Ngài nói ngọn lửa của ngọn đèn dầu cháy được là do dầu và tim đèn. Nghĩa là khi có dầu và tim đèn thì ngọn lửa của đèn cháy. Nếu không có hai thứ đó thì đèn tắt. Bên cạnh đó, yếu tố gió cũng quan trọng, nếu gió lớn quá thì ngọn đèn dầu không thể tiếp tục cháy được. Thí dụ thứ hai về một cái mầm cây. Mầm cây nảy nở không chỉ tùy theo hạt giống, mà còn tùy thuộc vào đất, nước, không khí và ánh sáng mặt trời nữa. Như vậy, không một hiện tượng nào lại không tác dụng đến lý nhân duyên. Tất cả mọi hiện tượng không thể phát sanh nếu không có một nhân và một hoặc nhiều duyên. Mọi vật trong thế giới hiện tượng, duyên khởi duyên sanh, là sự phối hợp của những nguyên nhân và điều kiện khác nhau (bởi Thập Nhị nhân duyên). Chúng hiện hữu tương đối và không có thực thể. Đức Phật thường bày tỏ rằng Ngài giác ngộ bằng một trong hai cách, hoặc hiểu rõ Tứ Diệu Đế, hay am tường Lý Nhân Duyên. Ngược lại Ngài nhấn mạnh muốn đạt được giác ngộ người ta phải hiểu rõ những chân lý ấy.

Theo đạo Phật, mọi sự mọi vật đều phải nương nhờ nhau mà thành. Thật vậy, mọi sự mọi vật trong vũ trụ không thể đứng riêng một mình mà có được; trái lại phải nương nhờ nhau mà thành. Riêng về loài hữu tình như con người thì do mười hai nhân duyên nương nhau mà thành một chuỗi sinh tử vô hạn, nối tiếp từ quá khứ đến hiện tại và vị lai. Muốn hiểu rõ guồng máy của cửa sự sinh tử luân hồi của kiếp người

trong bể khổ trần gian, Phật tử nên thông đạt thuyết “Thập Nhị Nhân Duyên” và phải tìm hiểu phương pháp để diệt trừ cái vòng lẩn quẩn sinh tử luân hồi ấy. Nhân là công năng sinh trưởng tất cả sự vật, duyên là sự trợ giúp cho công năng được thực hiện. Cũng như gieo đậu được đậu, nhưng trước hết chúng ta phải có hạt đậu giống, gieo xuống đất, rồi nhờ ánh sáng mặt trời, mưa, tưới, bón phân, nhân công chăm sóc mới có sự nảy mầm thành cây đậu, trái đậu. Hạt giống là nhân; đất, ánh sáng, nước, vân vân là duyên. Do nhân có duyên trợ giúp nên có quả. Theo Phật giáo, quả không bao giờ do một nhân duy nhất mà thành; nhiều nhân và nhiều duyên mới thành một quả. Vì vậy chúng ta có thể kết luận vạn vật trong vũ trụ nương nhau mà phát sanh, đây là định luật tất yếu. Thập Nhị Nhân Duyên là mười hai mắc xích trong vòng sanh tử. Nhân duyên sinh sản trong lệ thuộc. Tất cả các hiện tượng thể chất và tâm thần tạo thành sự sống của chúng sanh đều có những liên hệ phụ thuộc lẫn nhau. Đây là mười hai ràng buộc sinh linh vào luân hồi sinh tử.

Theo Đức Phật, có nhân và duyên ắt có quả. Nhân là cái nhân mà bạn đã gieo, thì từ đó bạn phải gặt lấy kết quả tương ứng, không có ngoại lệ. Nếu bạn gieo nhân tốt, ắt gặt quả tốt. Và nếu bạn gieo nhân xấu, ắt nhận lấy quả xấu. Vì vậy mà nếu bạn gieo một nhân nào đó với những duyên khác đi kèm, một quả báo hay hậu quả nào đó sẽ đến, không có ngoại lệ. Đức Phật dạy: “Do sự nối kết của các chuỗi nhân duyên mà có sự sinh, có sự diệt.” Nhân quả trong đạo Phật không phải là chuyện tin hay không tin. Cho dù bạn không tin nhân quả thì nhân quả vẫn vận hành đúng theo chiều hướng mà nó phải vận hành. Nhân chính là chủng tử (hạt). Cái góp phần cho sự lớn mạnh của nó là duyên (hay điều kiện). Trồng một cái hạt xuống đất là gieo nhân. Những điều kiện là những yếu tố phụ vào góp phần làm cho cái hạt nảy mầm và lớn lên như đất đai, nước, ánh nắng mặt trời, phân bón và người làm vườn, vân vân.

Theo đạo Phật, ai hiểu được bản chất phụ thuộc lẫn nhau hay duyên khởi, tức là đã hiểu được Pháp, mà ai hiểu được Pháp, tức là đã thấy Phật vậy. Bản chất phụ thuộc vào nhau trong giáo lý nhà Phật có nghĩa là mọi vật, mọi hiện tượng, hay mọi biến cố trong vũ trụ này đều phụ thuộc vào nhau với những nhân duyên khác nhau để sanh khởi. Đạo Phật không chấp nhận một tranh luận về sự vật hình thành một cách hoàn toàn tự nhiên, không hề có nguyên nhân và điều kiện; đạo

Phật cũng không chấp nhận sự tranh luận khác về việc sự vật thành hình từ một đấng sáng tạo đầy quyền năng. Theo Phật giáo, mọi đối tượng vật chất đều do các thành phần hợp lại để làm thành một thực thể trọn vẹn, và cũng như vậy một thực thể trọn vẹn phụ thuộc vào sự tồn tại của các thành phần. Nói cách khác, mọi sự vật, mọi hiện tượng chỉ hiện hữu như là kết quả của sự kết hợp đồng thời của tất cả những yếu tố tạo thành. Như vậy không có một sự vật nào có tự tính độc lập hay riêng lẻ trong vũ trụ này. Tuy nhiên, nói như vậy không có nghĩa là sự vật không hiện hữu; sự vật có hiện hữu nhưng chúng không có tính độc lập hay tự tồn của chính chúng. Khi chúng ta hiểu được lý nhân duyên hay thấu suốt nền tảng về bản chất của thực tại, chúng ta sẽ thấy rằng mọi thứ cảm nhận và thể nghiệm đều khởi lên như là kết quả của sự tương tác và kết hợp của các tác nhân và các điều kiện. Nói cách khác, khi thông hiểu lý nhân duyên có nghĩa là chúng ta cũng đồng thời cũng thông hiểu luôn luật nhân quả.

Như trên đã nói, mọi vật trong thế giới hiện hữu đều do sự phối hợp của nhiều nhân duyên khác nhau (12 nhân duyên). Theo Kinh Trung Bộ, Đức Phật dạy: “Tùy thuộc vào dầu và tim đèn mà ngọn lửa của đèn bùng cháy; nó không phải sinh ra từ trong cái này cũng không phải từ trong cái khác, và cũng không có một nguyên động lực nào trong chính nó; hiện tượng giới cũng vậy, nó không hề có cái gì thường tại trong chính nó. Tất cả hiện hữu là không thực có; chúng là giả danh; chỉ có Niết Bàn là chân lý tuyệt đối.” Nghĩa chính của Lý Nhân Duyên là mọi hiện tượng đều được sinh ra và biến dịch do bởi luật nhân quả. Từ này chỉ rằng: một sự vật sinh khởi hay được sinh sản từ tác dụng của một điều kiện hay duyên. Một vật không thành hình nếu không có một duyên thích hợp. Chân lý này áp dụng vào vạn hữu và mọi hiện tượng trong vũ trụ. Đức Phật đã trực nhận điều này một cách thâm sâu đến nỗi ngay cả khoa học hiện đại cũng không thể nghiên cứu xa hơn được. Khi chúng ta nhìn kỹ các sự vật quanh ta, chúng ta nhận thấy nước, đá, và ngay cả con người, mỗi thứ đều được sản sinh bởi một mẫu mực nào đó với đặc tính riêng của nó. Nhờ vào năng lực hay chiều hướng nào mà các duyên phát khởi nhằm tạo ra những sự vật khác nhau trong một trật tự hoàn hảo từ một năng lượng bất định hay cái không như thế? Khi xét đến quy củ và trật tự này, chúng ta không thể không chấp nhận rằng có một quy luật nào đó. Đó là quy luật khiến cho mọi vật hiện hữu. Đây chính là giáo pháp mà Đức Phật

đã tuyên thuyết. Chúng ta không hiện hữu một cách ngẫu nhiên, mà hiện hữu và sống nhờ pháp này. Ngay khi chúng ta hiểu được sự việc này, chúng ta ý thức được cái nền tảng vững chắc của chúng ta và khiến cho tâm mình thoải mái. Chẳng chút bốc đồng nào, nền tảng này dựa trên giáo pháp vững chãi vô song. Sự bảo đảm này là cội nguồn của một sự bình an vĩ đại của một cái thân không bị dao động vì bất cứ điều gì. Đây là giáo pháp truyền sức sống cho hết thảy chúng ta. Pháp không phải là cái gì lạnh lùng nhưng tràn đầy sức sống và sinh động.

Mười hai mắc xích của Nhân Duyên bao gồm: **Thứ nhất là Vô Minh:** Vô minh có nghĩa là ngu dốt, hay hiểu sai lầm, không sáng, mê muội, không đúng như thật, mờ ám. Ngoài ra, vô minh còn có nghĩa là hoặc, mê tối, mù quáng tối tăm. Vô minh còn có nghĩa là không hiểu được tứ diệu đế, không hiểu được thực chất và nguyên nhân khổ đau cuộc đời, không biết được diệt khổ, không biết được con đường diệt khổ. Từ vô minh sanh ra hành. Vô minh là sự ngu dốt lầm nhận những hiện tượng huyền hóa trên đời này mà cho rằng chúng là có thật. **Thứ nhì là Hành:** Khi có vô minh thì có hành động, tức là có sự biểu hiện, hay hiện bày. Khi có chỗ hiển bày thì có thức. Hành có nghĩa là hành vi, hoạt động do vô minh phiền não nổi lên làm cho thân, khẩu, ý tạo tác các nghiệp lành dữ, tức là sẽ tự thất vào vòng luân hồi sanh tử, hay tiến dần đến giải thoát. Từ hành sanh ra thức. **Thứ ba là Thức:** Thức nghĩa là sự phân biệt. Hành là pháp hữu vi. Khi có pháp hữu vi thì tâm phân biệt liền sanh khởi. Mà có tâm phân biệt là có chuyện rắc rối khởi sanh. Thần thức là phần tinh thần. Nếu chưa được giải thoát thì sau khi chết, thân xác tiêu tan, nhưng do thân khẩu ý tạo những nghiệp lành dữ, ý thức ấy sẽ đi theo tiến trình luân hồi mà đi vào bụng mẹ. Chỉ khi nào tam nghiệp đồng thanh tịnh thì người ấy được giải thoát. Từ ý thức ấy sanh ra một cái tên hay danh sắc. **Thứ tư là Danh Sắc:** Sau khi sanh ra, nhờ vào ý thức mà chúng sanh ấy biết rằng nó có tên và thân thể, từ đó có ý thức về giác quan. Danh sắc chính là sự rắc rối trên đời này. Danh thì có rắc rối của danh, còn sắc lại có rắc rối của sắc. Trên cõi đời này, hễ có danh sắc là có rắc rối, mà hễ có rắc rối cũng do bởi tại danh sắc. **Thứ năm là Lục Nhập:** Sáu căn là sáu cơ quan bao gồm ngũ quan và tâm, nơi tiếp xúc với đối tượng bên ngoài. Sáu căn sanh ra là vì muốn hiểu biết. Do đó mới gọi là mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý. Vì sao sanh khởi lục nhập? Vì muốn hiểu biết mà sanh khởi lục nhập. Tuy nhiên, có mấy ai ngờ rằng càng hiểu biết thì người

ta càng mê muội, mà càng mê muội thì càng không hiểu biết. *Thứ sáu là Xúc:* Sự tiếp xúc với thế giới bên ngoài, từ đó sanh ra cảm giác. Xúc nghĩa là xúc chạm, tiếp xúc. Khi không hiểu biết thì chúng ta cứ xúc chạm đủ phía giống như con ruồi cứ bay va chạm vào bức tường thành vậy. Vì sao chúng ta lại muốn xúc chạm? Vì chúng ta muốn hiểu biết. *Thứ bảy là Thọ:* Những cảm giác vui, buồn, sướng khổ. Qua cảm giác đưa tới sự ham muốn. Sau khi tiếp xúc thì chúng ta có cảm giác, đó là “Thọ”. Khi không chạm phải việc khó khăn thì cảm giác của chúng ta rất thoải mái. Một khi chạm phải việc khó khăn chúng ta mới có cảm giác khó chịu. Khi không có người nào chê mình dở thì mình cảm thấy sung sướng, tới lúc bị chê mới thấy không vui. Đây chính là Cảm Thọ hay Cảm Giác. *Thứ tám là Ái:* Ham muốn vui sướng kéo dài. Từ ham muốn đưa đến trối buộc. Khi có cảm thọ thì yêu thích và chấp trước khởi sanh. Tại sao chúng ta có cảm giác bất an? Vì chúng ta có ái. Có ái có yêu thì có ghét bỏ hay không thích. Đối với thuận cảnh thì sanh lòng yêu thích; với nghịch cảnh thì ghét bỏ. Tại sao mình vui? Vì sao mình không vui, vân vân, tất cả đều do ái ố mà ra. Ố nghĩa là không yêu thích hay ghét bỏ. Chính vì có ái ố mà sự việc ngày càng thêm rắc rối. *Thứ chín là Thủ:* Chấp thủ vào những thứ mà mình ham thích. Khi mình yêu thích thứ gì thì mình sanh tâm muốn nắm giữ nó, tức là thủ. Thủ là gì? Thủ là chấp trước, muốn chiếm hữu hay nắm giữ. Bởi vì có ái nên mới có lòng muốn chiếm đoạt. *Thứ mười là Hữu:* Khi đã chiếm hữu rồi, dục vọng liền được thỏa mãn. Vì sao mình lại muốn thỏa mãn dục vọng? Tại vì mình muốn sở hữu nó. Do đó mới nói “Hữu” tức là “Có”. Từ những tham dục mà chấp hữu, cố gắng làm chủ những gì mình muốn như tiền bạc, nhà cửa, danh vọng, vân vân. Qua chấp hữu mà “sanh” theo liền. *Thứ mười một là Sinh:* Vì có cái hữu, nghĩa là “Có” hay “sự hiện hữu,” nên cứ muốn vật gì đó thuộc về mình. Khi đã thuộc về mình, thì liền có “Sanh”. Như vậy, thủ và hữu làm thành những nguyên nhân hiện tiền đưa đến “Sanh”. Mà qua sanh là dị diệt, khổ đau và chết chóc. *Thứ mười hai là Lão Tử:* Hễ có sanh ra là có già và có chết. Trong cuộc sống mới này, rồi con người sẽ phải đi đến lão và tử như mọi chúng sanh khác vậy thôi.

Muốn diệt trừ vô minh chúng ta phải quán sát trạng thái sinh khởi trong quá khứ xa xưa và sự luân lưu của 12 nhân duyên trong ba đời quá khứ, hiện tại và vị lai. Tuy nhiên, phàm phu chúng ta căn cơ thấp kém không thể làm những điều vừa kể trên được để trực tiếp diệt trừ

vô minh gốc rễ như các vị Bồ Tát Đại Thừa, hay những vị Phật tương lai, nhưng chúng ta có thể diệt trừ vô minh ngọn là “Ái, Thủ, và Hữu.” Vì thế, chúng ta phải cố gắng thực hiện sao cho không phát sinh tâm tham ái. Không tham ái mới không thủ hay không tìm cầu. Không tìm cầu nên không có hữu hay thọ quả sinh tử về sau này. Đức Phật dạy: **Tùy nơi Vô Minh mà phát sanh Hành:** Từ nơi vô minh mà phát sanh ra các hành động điên đảo mê lầm. **Tùy nơi Hành mà phát sanh Thức:** Do nơi các hành động của thân khẩu ý hành xử sai quấy mà sanh ra cái thức tánh phân biệt phải quấy, vôn vôn. **Tùy nơi Thức phát sanh Danh Sắc:** Do nơi thức phân biệt sai quấy mà cảm thọ thành thân tứ đại hay danh sắc. **Tùy nơi Danh Sắc phát sanh Lục Căn:** Do nơi thân tứ đại mà sanh ra sáu căn, nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, và ý. **Tùy nơi Lục Căn phát sanh Xúc:** Do nơi lục căn bất tịnh mà sanh ra các sự xúc cảm và va chạm với lục trần, sắc, thanh, hương, vị, xúc, và pháp, như là sự xúc chạm thân mật giữa người nam và người nữ. **Tùy nơi Xúc phát sanh Thọ:** Từ nơi những cảm xúc trên mà sanh ra các sự thọ lãnh hay thọ dụng, như ham muốn sắc đẹp, ham muốn ăn ngon, vôn vôn. **Tùy nơi Thọ phát sanh Ái:** Thọ duyên ái, tức là do từ nơi các sự thọ nhận kia mà cảm ra những sự yêu ái, say mê, vôn vôn. **Tùy nơi Ái phát sanh Thủ:** Ái duyên thủ, tức là từ nơi yêu ái mà sanh ra sự chấp chặt, giữ lấy không chịu buông bỏ. **Tùy nơi Thủ phát sanh Hữu:** Thủ duyên hữu, tức là do từ nơi cái chấp giữ kia mà sanh cái tánh tư hữu, nghĩa là cái của ta, và cái không phải của ta, hay tất cả là của ta, chớ không phải của người, vôn vôn. **Tùy nơi Hữu có Sanh:** Hữu duyên sanh, tức là do nơi tư hữu ấy mà phải trầm luân vào vòng luân hồi sanh tử, tức là đầu thai, chuyển kiếp, trôi lăn trong ba cõi sáu đường như một chúng sanh. **Tùy nơi Sanh có Già Yếu Khổ Đau:** Sanh duyên lão, tức là hễ có sanh là có thân tứ đại, và dĩ nhiên là có già yếu khổ đau. **Tùy nơi Già yếu Khổ Đau mà lại Tử:** Lão duyên tử, tức là hễ có già yếu khổ đau là cuối cùng có chết.

Từ đó đức Phật kết luận: Hễ vô minh không sanh thì các hành trực thuộc khác cũng không có. Ví như hạt giống mà không có mộng thì chồi không sanh. Chồi đã không sanh thì không có thân cây; thân cây đã không thì không có nhánh lá hoa quả chi cả. **Tận diệt Vô Minh dẫn đến chấm dứt Hành:** Do cái vô minh kia diệt, các hành động sai lầm cũng không do đâu mà có được. **Chấm dứt Hành dẫn đến chấm dứt Thức:** Do các hành động sai quấy của thân khẩu ý không còn, thì thức

tánh phân biệt cũng không sao sanh khởi được. ***Chấm dứt Thức dẫn đến chấm dứt Danh Sắc:*** Một khi cái thức phân biệt phải quấy không sanh thời không có thân danh sắc. ***Chấm dứt Danh Sắc dẫn đến chấm dứt Lục Căn:*** Khi không có thân danh sắc thì lục căn cũng không thành. ***Chấm dứt Lục Căn dẫn đến chấm dứt Xúc:*** Khi thân lục căn bất tịnh không có, thời sự tiếp giao giữa nam nữ cũng như cảm xúc với lục trần cũng không có. ***Chấm dứt Xúc dẫn đến chấm dứt Thọ:*** Khi sự tiếp xúc với nhau không có, thì sự thọ lãnh cũng không có. ***Chấm dứt Thọ dẫn đến chấm dứt Ái:*** Khi sự thọ dụng không có thì không có yêu ái, thương mến, và ham mong, vân vân. ***Chấm dứt Ái dẫn đến chấm dứt Thủ:*** Do sự yêu ái không sanh thời sự chiếm hữu hay chấp giữ cũng không do đâu mà sanh khởi được. ***Chấm dứt Thủ dẫn đến chấm dứt Hữu:*** Do sự chấp giữ không còn, thời cũng không có cái của ta hay của người. ***Chấm dứt Hữu dẫn đến chấm dứt Sanh:*** Do cái của ta hay của người không còn, thời không còn tái sanh nữa. ***Chấm dứt Sanh dẫn đến chấm dứt Già Cả Bệnh Hoạn Khổ Đau:*** Khi sanh diệt, nghĩa là không có thân tứ đại, thời già cả, bệnh hoạn, khổ đau cũng không còn. ***Chấm dứt sanh còn dẫn tới chấm dứt Lão, Tử, Sầu Muộn, Ta Thán, Đau Khổ, Phiền Não, và Thất Vọng.***

The Theory of Causation & The Twelve Conditions of Cause-and-Effect

The Theory of Causation is one of the most profound theories in Buddhism. We all know what dependent means, and what origination or arising means. However, according to the Buddha, the theory of independent origination was very deep. Many people believe that the theory of independent origination is one of the most difficult subjects in Buddhism. As a matter of fact, on one occasion Ananda remarked that despite its apparent difficulty, the teaching of independent origination was actually quite simple; and the Buddha rebuked Ananda saying that in fact the teaching of independent origination was very deep, not that simple. However, the theory of independent origination in Buddhism is very clear and easy to understand. The Buddha gave two examples to make it clear for the Assembly. The Buddha has said the flame in an oil lamp burns dependent upon the oil and the wick. When the oil and

the wick are present, the flame in an oil lamp burns. Besides, the wind factor is also important, if the wind blows strongly, the oil lamp cannot continue to burn. The second example on the sprout. The sprout is not only dependent on the seed, but also dependent on earth, water, air and sunlight. Therefore, there is no existing phenomenon that is not effect of dependent origination. All these phenomena cannot arise without a cause and one or more conditions. All things in the phenomenal world are brought into being by the combination of various cause and conditions (Twelve links of Dependent Origination), they are relative and without substantially or self-entity. The Buddha always expressed that his experience of enlightenment in one of two ways: either in terms of having understood the Four Noble Truths, or in terms of having understood interdependent origination. Conversely, He often said that, in order to attain enlightenment, one has to understand the meaning of these truths.

In the Buddhist view, things must depend on others to maintain its presence. As a matter of fact, nothing in the world can exist alone; it must depend on others to maintain its presence. With regard to sentient being, especially human life, it is composed of twelve links in the chain of Dependent Origination from the past to the present and future. To understand the mechanism of birth, death, and reincarnation in this world, Buddhists should read and try to grasp the method of breaking this chain of Dependent Origination. The cause is the primary force that produces an effect. The condition is something indispensable to the production of effect. For instance, if we grow beans, we will harvest beans, but first we must have bean seeds and sow them in the soil. With sunlight, rain, watering, fertilizers and care, the seed will grow, become a plant and finally produce beans. The seed is the cause; the soil, sunlight, and water are the conditions. Cause combined with condition gives effect. In Buddhist view, a unique cause cannot produce anything. It should be combined with some conditions to create effect. Therefore, we can conclude that all living beings and things in the universe are interrelated in order to come into being. This is a "must." The twelve nidanas is the twelve links of Dependent Origination. The twelve links in the chain of existence. Conditioned arising or interdependent arising. All psychological and physical phenomena constituting individual existence are interdependent and

mutually condition each other. This is the twelve-link chain which entangles sentient beings in samsara.

According to the Buddha, if there exists a cause with condition (s), there will be a result. A cause refers to the cause you have planted, from which you reap a corresponding result without any exception. If you plant a good cause, you will get a good result. And if you plant a bad cause, you will obtain a bad result. So if you plant a certain cause with other conditions assemble, a certain retribution or result is brought about without any exception. The Buddha taught: "Because of a concatenation of causal chains there is birth, there is disappearance." Cause and effect in Buddhism are not a matter of belief or disbelief. Even though you don't believe in "cause and effect," they just operate the way they are suppose to operate. The cause is the seed, what contributes to its growth is the conditions. Planting a seed in the ground is a cause. Conditions are aiding factors which contribute to the growth such as soil, water, sunlight, fertilizer, and the care of the gardener, etc.

According to Buddhism, whoever perceives the interdependent nature of reality sees the Dharma, and whoever sees the Dharma sees the Buddha. The principle of interdependent origination means that all conditioned things, phenomena, or events in the universe come into being only as a result of the interaction of various causes and conditions. Buddhism does not accept the argument that things can arise from nowhere, with no cause and conditions; nor does it accept another argument that things can arise on account of an almighty creator. According to Buddhism, all material objects are composed by parts to make the whole, and the whole depends upon the existence of part to exist. In other words, all things and events (everything) arise solely as a result of the mere coming together of the many factors which make them up. Therefore, there is nothing that has any independent or intrinsic identity of its own in this universe. However, this is not to say that things do not exist; thing do exist, but they do not have an independent or autonomous reality. When we understand the principle of interdependent origination or the fundamental insight into the nature or reality, we will realize that everything we perceive and experience arises as a result of the interaction and coming together of causes and conditions. In other words, when we thoroughly understand

the principle of interdependent origination, we also understand the law of cause and effect.

As mentioned above, all things in the phenomenal world are brought into being by the combination of various causes and conditions (twelve links of Dependent Origination), they are relative and without substantiality or self-entity. According to the Majjhima Nikaya Sutra, the Buddha taught: “Depending on the oil and wick does the light of the lamp burn; it is neither in the one, nor in the other, nor anything in itself; phenomena are, likewise, nothing in themselves. All things are unreal; they are deceptions; Nirvana is the only truth.” Dependent origination means that all phenomena are produced and annihilated by causation. This term indicates the following: a thing arises from or is produced through the agency of a condition or a secondary cause. A thing does not take form unless there is an appropriate condition. This truth applies to all existence and all phenomena in the universe. The Buddha intuitively perceived this so profoundly that even modern science cannot probe further. When we look carefully at things around us, we find that water, stone, and even human beings are produced each according to a certain pattern with its own individual character. Through what power or direction are the conditions generated that produce various things in perfect order from such an amorphous energy as “sunnyata?” When we consider this regularity and order, we cannot help admitting that some rule exists. It is the rule that causes all things exist. This indeed is the Law taught by the Buddha. We do not exist accidentally, but exist and live by means of this Law. As soon as we realize this fact, we become aware of our firm foundation and set our minds at ease. Far from being capricious, this foundation rests on the Law, with which nothing can compare firmness. This assurance is the source of the great peace of mind that is not agitated by anything. It is the Law that imparts life of all of us. The Law is not something cold but is full of vigor and vivid with life.

The twelve chains of Conditions of Cause-and-Effect comprise: ***The first chain is Ignorance:*** Avidya means ignorance, stupidity, or unenlightenment. Avidya also means misunderstanding, being dull-witted ignorant, not conforming to the truth, not bright, dubious, blind, dark. Avidya also means being dull-witted ignorant not knowing the four noble truths, not knowing sufferings, the causes of sufferings, the

mental state after severing sufferings, and the way to sever sufferings. Through ignorance are conditioned volitional actions. Ignorance which mistakes the illusory phenomena of this world for realities. ***The second chain is Volitional Actions:*** With ignorance, there is activity, and then there is manifestation. With manifestation, there is consciousness. Acting from ignorance would result in bad or favorable karma which is conducive to reincarnation or liberation. Through volitional actions is conditioned consciousness. ***The third chain is Consciousness:*** Consciousness refers to discrimination. Activity refers to conditioned dharmas. When conditioned dharmas arise, thoughts of discrimination arise. With thoughts of discrimination, lots of troubles also arise. Vijnana means consciousness. If not liberated yet, after death, the body decays, but the subject's knowledge commonly called soul follows its reincarnation course in accordance with the three karmas of body, speech and mind. Only when his knowledge gains the status of purification, then he would be liberated from reincarnation. Through consciousness are conditioned name and form. ***The fourth chain is Name and Form:*** After birth, thanks to his consciousness, the subject recognizes that he now has a name and a form (body). Through name and form are conditioned the six senses-organs. Name and form are the trouble in life. Name brings the trouble of name, and form brings the trouble of form. In this life, name and form are the trouble, and the trouble is name and form. ***The fifth chain is Six Entrances:*** The six sense organs (eye for form, ear for sound, nose for scent, tongue for taste, body for Texture, and mind for mental object). He is now has five senses and mind to get in touch with respective counterparts. Through the six senses-organs is conditioned contact. The six sense organs come about because we wish to understand things; that is why the eyes, ears, nose, tongue, body, and mind arise. Why do the six sense organs come into being? Because of the desire to understand. However, who would have known that the more we try to understand, the more muddled we get. The more muddled we become, the less we understand. ***The sixth chain is Contact:*** Contact develops after the six senses-organs are made. Through contact is conditioned feeling. Contact refers to touching or encountering. When we do not understand, we go seeking everywhere just like a fly that keeps bumping into the wall. Why do we seek encounters? Because of our desire to understand. ***The seventh***

chain is Sensation: Contact provokes all kinds of feelings, feelings of joy, sadness, pleasure or pain. Through feeling is conditioned craving. After we touch something, there is feeling. Before we run into difficulties, we feel very comfortable. Once we encounter difficulties, we feel very uncomfortable. When no one criticizes us, we feel very happy. But if anyone says something bad about us, we get upset. That is feeling. ***The eighth chain is Craving:*** From the feeling of joy and pleasure, the subject tends to prolong it as much as possible. Through craving conditioned clinging. When we have feelings, love and attachment arise. Why do people feel insecure? It is because of love. Once there is love, there is also hatred, or detestation. We like and cling to favorable situations, but detest adverse states. Why do we feel happy? And why do we feel unhappy? It is because we have feelings of love and hate. Hate refers to dislike and loathing. Because of these, our troubles increase day after day. ***The ninth chain is Grasping:*** He becomes attached to what he likes or desires. Through clinging is conditioned the process of becoming. When we see something we like, we want to grasp it. What is grasping? It is the action motivated by the wish to obtain something. Because you are fond of something, you wish to obtain it. ***The tenth chain is Existence:*** Once we obtain something, we have satisfied our desire. Why do we want to fulfill our desire? It is because we want to possess things. With that wish for possession, “becoming” occurs. Driven by his desires, the subject tries to take in possession of what he wants such as money, houses, fame, honor, etc. Through the process of becoming is conditioned birth. ***The eleventh chain is Birth or Rebirth:*** Because of becoming, we want to possess things. Once we want to possess things, there is birth into the next life. Thus, craving, clinging and becoming make up the present causes which will accompany the subject in his birth. Through birth are conditioned decay, sorrow and death. ***The twelfth chain is Old age and Death:*** In his new life, he will become old and die as every being does.

To eradicate ignorance, we must go back to the past and observe the first step of the conditioning process and study how the twelve links operate in the past, present and future. However, as ordinary people, our level of understanding and practicing dharmas is still low; therefore, we cannot apply the first method of eradicating ignorance at the root like Bodhisattvas and Becoming-Buddhas, but we can do it by

eradicating desire, clinging, and becoming. Therefore, we must keep from manifesting any strong desire, covetousness for acquisition. Without such a desire, we will be freed from clinging. If we are not attached to anything, we will be liberated from the cycle of birth and death. The Buddha taught: ***Dependent on Ignorance arises Conditioning Activities:*** Ignorance gives rise to actions. Ignorance (stupidity or darkness) develops into various crazy, chaotic, and delusional conducts and practices. ***Dependent on Conditioning Activities arises Relinking Consciousness:*** Actions give rise to consciousness. Improper and delusional actions of body, speech, and mind give rise to a consciousness filled with discriminations of right, wrong, etc. ***Dependent on Relinking Consciousness arises Mind and Matter:*** Consciousness gives rise to form name. It is to say, consciousness (false discriminations) leads to having a physical body or form-name. ***Dependent on Mind and Matter arises the Six Spheres of Sense:*** Form and name gives rise to six entrances. It is to say, the physical body gives birth to the six entrances of sight, hearing, scent, taste, body, and mind. ***Dependent on the Six Spheres of Sense arises Contact:*** Six entrances give rise to interactions. It is to say six entrances give rise to interactions, or the impure six faculties will breed attachments and wanting to connect with the six elements of form, sound, fragrance, flavor, touch, and dharma, such as sexual intimacies between a man and a woman. ***Dependent on Contact arises Feeling:*** Interaction gives rise to reception, which means attachments and interactions with these elements breed yearnings to receive them, such as sight yearn for beautiful forms, taste yearn for great delicacies, etc. ***Dependent on Feeling arises Craving:*** Reception gives rise to love. It is to say, having received and accepted such pleasures gives rise to love, fondness, etc. ***Dependent on Craving arises Grasping:*** Love gives rise to possessiveness. It is to say, love gives rise to covetousness, fixation, unwilling to let go. ***Dependent on Grasping arises Becoming:*** Possessiveness gives rise to existence. It is to say, from being possessive gives rise to the characteristic of private existence by discriminating what is 'mine' and what is not 'mine,' or everything is mine and nothing is yours, etc. ***Dependent on Becoming arises Birth:*** Existence gives rise to birth. It is to say, having the concept of private existence gives rise to rebirth, which is to change

lives, and continue drowning in the cycle of birth and death in the three worlds and six realms as a sentient being. ***Dependent on Birth arises Old Age and Sorrow:*** Birth gives rise to old age and sufferings. It is to say, if there is birth, then there has to be a physical body of impermanence, and naturally, there is also old age and sufferings. ***Dependent on Old Age and Sorrow arises Death:*** Old age and sufferings give rise to death. It is to say, if there are old age and sufferings, there is eventually death.

Then, the Buddha concluded: If a seed does not germinate, a shoot will not rise, and if a shoot does not rise, then there will be no plant. And if there is no plant, there won't be any leaves and branches. ***The cessation of ignorance leads to the cessation of Conditioning Activities:*** When Ignorance is extinguished, Action is extinguished. It is to say, if ignorance ceases then all the false and mistaken conducts and practices will not transpire. ***The cessation of Conditioning Activities leads to the cessation of relinking-Consciousness:*** When Action is extinguished, Consciousness is extinguished. It is to say, if the improper and delusional actions of body, speech, and mind no longer exist, then the various consciousnesses filled with discriminations will also cease. ***The cessation of Relinking-Consciousness leads to the cessation of Mind and Matter:*** When consciousness is extinguished, form name is extinguished. It is to say, if the consciousness of false and mistaken discriminations of right and wrong is no longer born, then there will not be a body of form name (there is no reincarnation or rebirth). ***The cessation of Mind and Matter leads to the cessation of the Six Spheres of Sense:*** When form name is extinguished, the six entrances are extinguished. It is to say, if the body of form-name does not exist, then the six entrances of sight, hearing, smell, taste, body, and mind cannot exist. ***The cessation of the Six Spheres of Sense leads to the cessation of Contact:*** When the six entrances are extinguished, interactions are extinguished. In other words, if the impure body of six faculties does not exist, then the matter of lusts, attachments, and intimacies between men and women, and the desires for the six elements of form, sound, fragrance, flavor, touch, and dharma will also cease. ***The cessation of Contact leads to the cessation of Feeling:*** When interaction is extinguished, reception is extinguished. In other words, if there are no interactions and no connections, then there is no

acceptance and reception. *The cessation of Feeling leads to the cessation of Craving:* When reception is extinguished, love is extinguished. In other words, if acceptance and reception do not occur, then there is no love, fondness, or yearning, etc. *The cessation of Craving leads to the cessation of Grasping:* When love is extinguished, possessiveness is extinguished. That is to say, if love and fondness do not rise, then there is no covetousness, fixation, or the unwillingness to let go, etc. *The cessation of Grasping leads to the cessation of Becoming:* When possessiveness is extinguished, existence is extinguished. In other words, if the characteristic of private existence and the possessive nature do not exist, then there is no separation of what belongs to me, and what belongs to others. *The cessation of Becoming leads to the cessation of Birth:* When existence is extinguished, rebirth is extinguished. This means, if the ideas of what's mine and what's yours cease, then there is no more rebirth and reincarnation. *The cessation of Birth leads to the cessation of Old Age, Sickness and Sorrow:* When birth is extinguished, old age, sickness, and sorrow are also extinguished. In other words, if there is no birth, which means there is no physical body of impermanence, then there is no old age, sickness, and pain. *The cessation of Birth also leads to the cessation of Old Age, Death, Sorrow, Lamentation, Pain, Grief, and Despair.*

Tuyển Luận Thứ Mười Hai
The Twelfth Selective Essay

Nhân Quả Nghiệp Báo Trong Đạo Phật

Tổng Quan Về Nhân Quả Nghiệp Báo: Luật nhân quả hay sự tương quan giữa nguyên nhân và kết quả trong luật về “Nghiệp” của Phật giáo. Luật nhân quả hay sự tương quan giữa nguyên nhân và kết quả trong luật về “Nghiệp” của Phật giáo. Nhân là nguyên nhân, là năng lực phát động; quả là kết quả, là sự hình thành của năng lực phát động. Định luật nhân quả chi phối vạn sự vạn vật trong vũ trụ không có ngoại lệ Mọi hành động là nhân sẽ có kết quả hay hậu quả của nó. Giống như vậy, mọi hậu quả đều có nhân của nó. Luật nhân quả là luật căn bản trong Phật giáo chi phối mọi hoàn cảnh. Luật ấy dạy rằng người làm việc lành, dữ hoặc vô ký sẽ nhận lấy hậu quả tương đương. Người lành được phước, người dữ bị khổ. Nhưng thường thường người ta không hiểu chữ phước theo nghĩa tâm linh, mà hiểu theo nghĩa giàu có, địa vị xã hội, hoặc uy quyền chánh trị. Chẳng hạn như người ta bảo rằng được làm vua là do quả của mười nhân thiện đã gieo trước, còn người chết bất đắc kỳ tử là do trả quả xấu ở kiếp nào, dẫu kiếp này người ấy không làm gì đáng trách. Trong khi đó nghiệp báo là quả báo sướng khổ tương ứng với thiện ác nghiệp. Tuy nhiên, theo tông Hoa Nghiêm, chư Bồ Tát vì thương xót chúng sanh mà hiện ra thân cảm thụ hay nghiệp báo thân, giống như thân của chúng sanh để cứu độ họ. Người Phật tử nhất định phải có một nền tảng tu hành vững chắc, trong đó chúng ta không thể thiếu việc thông hiểu về nhân quả nghiệp báo. Hành trang của cuộc hành trình hướng đến Niết Bàn bao gồm chánh pháp của đức Phật hay nội dung của những chứng ngộ của con đường dẫn đến sự diệt khổ và diệt hết những nhân tố ngọn nguồn tạo ra khổ nằm trong dòng tâm thức. Trong đó thuyết nhân quả nghiệp báo đóng một vai trò rất quan trọng, vì chúng là giáo pháp căn bản của nhà Phật, chúng nói rõ do đâu mà có nhân, có quả, có nghiệp báo và phương cách chuyển nghiệp để có sự giải thoát.

Nhân Quả: Theo một số người tin theo một số tôn giáo khác thì định mệnh của con người được Thượng đế quyết định. Thượng đế quyết định cho một người được lên thiên đàng hay xuống địa ngục; Thượng đế còn định trước cả cuộc đời của con người trên thế gian này.

Vài người khác tin vào thuyết định mệnh, rằng mỗi người chúng ta đều có số phận sẵn mà chúng ta không thể nào thay đổi, cũng như không làm gì khác hơn được. Họ tin rằng ‘Việc gì đến sẽ đến’. Trong triết lý này, nhân tố quyết định số phận con người không phải là Thượng đế, mà là một sức mạnh huyền bí gọi là ‘số phận’ vượt quá tầm hiểu biết của chúng ta. Còn một số người khác nữa lại tin vào sự trái ngược lại với số phận, họ là những người tin vào thuyết ‘vô định’: mọi việc xảy ra đều do sự tình cờ hay ngẫu nhiên nào đó. Họ tin rằng nếu một người may mắn, người đó sẽ đạt được hạnh phúc và sự thành công; nếu không may thì sẽ phải chịu khổ đau và thất bại, nhưng tất cả những gì mà con người nhận lãnh đều không do một tiến trình của sự quyết định, mà đều do tình cờ, hoàn toàn ngẫu nhiên. Trong Cơ Đốc giáo, người tín hữu thờ phượng Thượng đế và cầu nguyện Ngài để được tha thứ khỏi phải lãnh những hậu quả của những hành động xấu ác mà người ấy đã gây tạo. Phật giáo khác với Cơ Đốc giáo ở chỗ Phật giáo xét căn nguyên của mọi điều xấu do bởi vô minh chứ không do tội lỗi do sự nhận thức sai lầm, chứ không do việc hành động theo ý muốn và chống đối. Về một định nghĩa thực tiễn cho vô minh, chúng ta có thể xem đó là bốn tà kiến làm cho chúng ta đi tìm sự thường hằng trong chỗ vô thường, tìm sự thanh thản trong chỗ không thể tách rời ra khỏi khổ đau, tìm cái ngã trong chỗ chẳng liên quan gì đến bản ngã chân thật, và tìm vui thú trong chỗ thật ra chỉ toàn là sự ghê tởm đáng chán. Theo luật ‘Nhân Quả’ của nhà Phật, hiện tại là cái bóng của quá khứ, tương lai là cái bóng của hiện tại. Vì vậy mà hành động của chúng ta trong hiện tại là quan trọng nhất, vì điều mà chúng ta làm ngày nay ấn định con đường của sự phát triển tương lai của mình. Vì lý do này mà người tu thiền nên luôn chú tâm vào hiện tại hầu có thể tiến triển tốt trên đường tu đạo. Theo giáo lý về tái sinh trong đạo Phật, quan hệ nhân quả giữa hành động và hậu quả của nó không những chỉ có giá trị trong hiện đời, mà còn có giá trị với những đời quá khứ và tương lai nữa. Luật nhân quả phổ thông này không thể nào tránh được. Giống như mình không thể nào chạy trốn được cái bóng của chính mình, chúng ta không thể nào trốn chạy hậu quả của những hành động của mình. Chúng sẽ mãi đeo đuổi chúng ta dầu chúng ta có lẫn trốn ở bất cứ nơi đâu. Ngoài ra, Đức Phật còn dạy, tâm bất thiện tạo ra những tư tưởng bất thiện (hận, thù, tổn hại và tà kiến, vân vân), cũng như những

hành động gây ra khổ đau loạn động. Tâm bất thiện sẽ hủy diệt sự an lạc và thanh tịnh bên trong.

Đạo Cơ Đốc tự mâu thuẫn bởi một câu viết trong Thánh Kinh “Người gieo cái gì thì sẽ gặt cái nấy” với sự ân xá nhờ ơn Chúa hay Thượng đế. Cái câu “Gieo gì gặt nấy” rõ ràng hoàn toàn phù hợp với ý nghĩa của luật nhân quả tự nhiên, trong khi sự ân xá nhờ ơn Chúa hoàn toàn phủ nhận luật nhân quả tự nhiên này. Nhưng trong đạo Phật, không ai có thể tha thứ cho một người khỏi những vi phạm của người đó. Nếu làm một điều ác thì người đó phải gặt hái những hậu quả xấu, vì tất cả đều do luật chung điều khiển chứ không do một đấng sáng tạo toàn năng nào. Theo Phật giáo, những vui sướng hay đau khổ trong kiếp này là ảnh hưởng hay quả báo của tiền kiếp. Thế cho nên cổ đức có nói: “Dục tri tiền thế nhân, kim sanh thọ giả thị. Dục tri lai thế quả, kim sanh tác giả thị.” Có nghĩa là muốn biết nhân kiếp trước của ta như thế nào, thì hãy nhìn xem quả báo mà chúng ta đang thọ lãnh trong kiếp này. Muốn biết quả báo kế tiếp của ta ra sao, thì hãy nhìn vào những nhân mà chúng ta đã và đang gây tạo ra trong kiếp hiện tại. Một khi hiểu rõ được nguyên lý này rồi, thì trong cuộc sống hằng ngày của người con Phật chơn thuần, chúng ta sẽ luôn có khả năng tránh các điều dữ, làm các điều lành. Mọi hành động làm nhân sẽ có một kết quả hay hậu quả. Cũng như vậy, kết quả hay hậu quả đều có nhân của nó. Luật nhân quả là khái niệm căn bản trong đạo Phật, nó chi phối tất cả mọi trường hợp. Người Phật tử tin luật nhân quả chứ không phải thưởng phạt. Mọi hành động hễ là nhân ắt có quả. Tương tự, hễ là quả ắt có nhân. Luật nhân quả là ý niệm căn bản trong Phật giáo chi phối mọi hoàn cảnh. Đây là định luật căn bản của vạn hữu, nếu một người gieo hạt giống tốt thì chắc chắn người đó sẽ gặt quả tốt; nếu người ấy gieo hạt giống xấu thì hiển nhiên phải gặt quả xấu. Dù kết quả có thể mau hay chậm, mọi người chắc chắn sẽ nhận những kết quả tương ứng với những hành động của mình. Người nào thâm hiểu nguyên lý này sẽ không bao giờ làm điều xấu.

Theo Phật Giáo, mọi hành động là nhân sẽ có kết quả hay hậu quả của nó. Giống như vậy, mọi hậu quả đều có nhân của nó. Luật nhân quả là luật căn bản trong Phật giáo chi phối mọi hoàn cảnh. Luật ấy dạy rằng người làm việc lành, dữ hoặc vô ký sẽ nhận lấy hậu quả tương đương. Người lành được phước, người dữ bị khổ. Nhưng thường thường người ta không hiểu chữ phước theo nghĩa tâm linh, mà hiểu

theo nghĩa giàu có, địa vị xã hội, hoặc uy quyền chánh trị. Chẳng hạn như người ta bảo rằng được làm vua là do quả của mười nhân thiện đã gieo trước, còn người chết bất đắc kỳ tử là do trả quả xấu ở kiếp nào, đầu kiếp này người ấy không làm gì đáng trách. Nhân quả là một định luật tất nhiên nêu rõ sự tương quan, tương duyên giữa nhân và quả, không phải có ai sinh, cũng không phải tự nhiên sinh. Nếu không có nhân thì không thể có quả; nếu không có quả thì cũng không có nhân. Nhân nào quả nấy, không bao giờ nhân quả tương phản hay mâu thuẫn nhau. Nói cách khác, nhân quả bao giờ cũng đồng một loại. Nếu muốn được đậu thì phải gieo giống đậu. Nếu muốn được cam thì phải gieo giống cam. Một khi đã gieo cỏ dại mà mong gặt được lúa bắp là chuyện không tưởng. Một nhân không thể sinh được quả, mà phải được sự trợ giúp của nhiều duyên khác, thí dụ, hạt lúa không thể nảy mầm lúa nếu không có những trợ duyên như ánh sáng, đất, nước, và nhân công trợ giúp. Trong nhân có quả, trong quả có nhân. Chính trong nhân hiện tại chúng ta thấy quả vị lai, và chính trong quả hiện tại chúng ta tìm được nhân quá khứ. Sự chuyển từ nhân đến quả có khi nhanh có khi chậm. Có khi nhân quả xảy ra liền nhau như khi ta vừa đánh tiếng trống thì tiếng trống phát hiện liền. Có khi nhân đã gây rồi nhưng phải đợi thời gian sau quả mới hình thành như từ lúc gieo hạt lúa giống, nảy mầm thành mạ, nhổ mạ, cấy lúa, mạ lớn thành cây lúa, trổ bông, rồi cắt lúa, vên vên, phải qua thời gian ba bốn tháng, hoặc năm sáu tháng. Có khi từ nhân đến quả cách nhau hằng chục năm như một đứa bé cắp sách đến trường học đến ngày thành tài phải trải qua thời gian ít nhất là 10 năm. Có những trường hợp khác từ nhân đến quả có thể dài hơn, từ đời trước đến đời sau mới phát hiện.

Nghiệp: Từ sáng đến tối chúng ta thân tạo nghiệp, khẩu tạo nghiệp, và ý tạo nghiệp. Nơi ý hết tưởng người này xấu đến tưởng người kia không tốt. Nơi miệng thì nói thị phi, nói láo, nói lời thêu dệt, nói điều ác độc, nói đâm thọc, nói lười hai chiều. Nghiệp là một trong các giáo lý căn bản của Phật giáo. Mọi việc khổ vui, ngọt bùi trong hiện tại của chúng ta đều do nghiệp của quá khứ và hiện tại chi phối. Hễ nghiệp lành thì được vui, nghiệp ác thì chịu khổ. Vậy nghiệp là gì? Nghiệp theo chữ Phạn là 'karma' là hành động và phản ứng, quá trình liên tục của nhân và quả. Luân lý hay hành động tốt xấu (tuy nhiên, từ 'nghiệp' luôn được hiểu theo nghĩa tạt xấu của tâm hay là kết quả của hành động sai lầm trong quá khứ) xảy ra trong lúc sống, gây nên những

quả báo tương ứng trong tương lai. Nghiệp không phải là tiền định mà cũng không phải là số mệnh. Cuộc sống hiện tại của chúng ta là kết quả tạo nên bởi hành động và tư tưởng của chúng ta trong tiền kiếp. Đời sống và hoàn cảnh hiện tại của chúng ta là sản phẩm của ý nghĩ và hành động của chúng ta trong quá khứ, và cũng thế các hành vi của chúng ta đời nay, sẽ hình thành cách hiện hữu của chúng ta trong tương lai. Theo định nghĩa của nghiệp thì quá khứ ảnh hưởng hiện tại, nhưng không át hẳn hiện tại vì với nghiệp, quá khứ và hiện tại đều như nhau. Tuy nhiên, cả quá khứ và hiện tại đều ảnh hưởng đến tương lai. Quá khứ là cái nền để đời sống tiếp diễn trong từng khoảnh khắc. Tương lai thì chưa đến. Chỉ có hiện tại là hiện hữu và trách nhiệm xử dụng hiện tại cho thiện ác là tùy nơi từng cá nhân. Nghiệp có thể được gây tạo bởi thân, khẩu, hay ý; nghiệp có thể thiện, bất thiện, hay trung tính (không thiện không ác). Tất cả mọi loại nghiệp đều được chất chứa bởi A Lại Da và Mạt Na thức. Chúng sanh đã lên xuống tử sanh trong vô lượng kiếp nên nghiệp cũng vô biên vô lượng. Dù là loại nghiệp gì, không sớm thì muộn, đều sẽ có quả báo đi theo. Không một ai trên đời này có thể trốn chạy được quả báo.

“Karma” là thuật ngữ Bắc Phạn chỉ “hành động, tốt hay xấu,” bao gồm luyến ái, thù nghịch, uế trước, sân hận, ganh ghét, etc. Nghiệp được thành lập từ những quan niệm của một chúng sanh. Chính tiềm năng ấy hướng dẫn mọi ứng xử và lèo lái hành vi cũng như tư tưởng cho đời này và những đời trước. Theo Phật giáo, nghiệp khởi lên từ ba yếu tố: thân, khẩu và ý. Chẳng hạn như khi bạn đang nói, đó là hành vi tạo tác bằng lời nói hay khẩu nghiệp. Khi bạn làm gì thì đó là hành vi tạo tác của thân hay thân nghiệp. Nếu bạn đang suy nghĩ điều gì thì đó là sự tạo tác bằng ý nghiệp. Ý nghiệp là sự tạo tác mà không hề có bất cứ sự biểu hiện nào của thân hay khẩu. Quan tâm hàng đầu của giáo thuyết đạo đức Phật giáo là những hành động do sự dẫn dắt suy nghĩ lựa chọn vì những hành động như vậy tất đưa đến những hậu quả tương ứng không tránh khỏi. Hậu quả có thể là vui hay không vui, tùy theo hành động nguyên thủy. Trong vài trường hợp kết quả đi liền theo hành động, và những trường hợp khác hậu quả hiện đến một thời gian sau. Vài nghiệp quả chỉ hiển hiện ở kiếp lai sanh mà thôi. Nghiệp là những hành vi tạo tác dẫn đến những hậu quả tức thời hay lâu dài. Như vậy nghiệp là những hành động thiện ác tạo nên trong lúc còn sống. Nghiệp không bị giới hạn bởi không gian và thời gian. Một cá nhân

đến với cõi đời bằng kết quả những nghiệp đời trước. Nói một cách vắn tắt, nghiệp là “hành vi.” Tất cả mọi hành vi chúng ta làm đều tạo thành nghiệp. Bất cứ hành vi nào bao giờ cũng có một kết quả theo sau. Tất cả những gì của chúng ta vào lúc này đều là kết quả của nghiệp mà chúng ta đã tạo ra trong quá khứ. Nghiệp phức tạp và nghiêm trọng. Các hành vi của chúng ta, dù nhỏ thế mấy, cũng để lại dấu vết về vật chất, tâm lý và hoàn cảnh. Những dấu vết để lại trong ta bao gồm ký ức, tri thức, thói quen, trí tuệ và tính chất. Những dấu vết này được tạo nên bởi sự chất chứa kinh nghiệm và hành vi trong suốt một thời gian dài. Những dấu vết mà các hành vi của chúng ta để lại trên thân thể của chúng ta thì còn thấy được, chứ chỉ có một phần những dấu vết trong tâm còn nằm trên bề mặt của tâm, còn đa phần còn lại đều được giấu kín trong tâm hay chìm sâu trong tiềm thức. Đây chính là sự phức tạp và nghiêm trọng của nghiệp.

Theo Phật giáo, nghiệp không phải là số mệnh hay tiền định; nghiệp cũng không phải là một hành động đơn giản, vô ý thức hay vô tình. Ngược lại, nó là một hành động cố ý, có ý thức, và được cân nhắc kỹ lưỡng. Cũng theo Phật giáo, bất cứ hành động nào cũng sẽ dẫn đến kết quả tương ứng như vậy, không có ngoại lệ. Nghĩa là gieo gì gặt nấy. Nếu chúng ta tạo nghiệp thiện, chúng ta sẽ gặt quả lành. Nếu chúng ta tạo ác nghiệp, chúng ta sẽ lãnh quả dữ. Phật tử chân thuần nên cố gắng thông hiểu luật về nghiệp. Một khi chúng ta hiểu rằng trong đời sống này mỗi hành động đều có một phản ứng tương ứng và cân bằng, một khi chúng ta hiểu rằng chúng ta sẽ gánh chịu hậu quả của hành động mình làm, chúng ta sẽ cố gắng kiềm chế tạo tác những điều bất thiện. Nghiệp là sản phẩm của thân, khẩu, ý, như hạt giống được gieo trồng, còn quả báo là kết quả của nghiệp, như cây trái. Khi thân làm việc tốt, khẩu nói lời hay, ý nghĩ chuyện đẹp, thì nghiệp là hạt giống thiện. Ngược lại thì nghiệp là hạt giống ác. Theo Phật giáo, mỗi hành động đều phát sanh một hậu quả. Vì thế khi nói về “Nghiệp” tức là nói về luật “Nhân Quả.” Chừng nào chúng ta chưa chấm dứt tạo nghiệp, chừng đó chưa có sự chấm dứt về kết quả của hành động. Trong cuộc sống của xã hội hôm nay, khó lòng mà chúng ta có thể chấm dứt tạo nghiệp. Tuy nhiên, nếu phải tạo nghiệp chúng ta nên vô cùng cẩn trọng về những hành động của mình để được hậu quả tốt mà thôi. Chính vì vậy mà Đức Phật dạy: “Muốn sống một đời cao đẹp, các con phải từng ngày từng giờ cố gắng kiểm soát những hoạt động nơi

thân khẩu ý chớ dừng để cho những hoạt động này làm hại cả ta lẫn người.” Nghiệp và quả báo tương ứng không sai chạy. Giống lành sanh cây tốt quả ngon, trong khi giống xấu thì cây xấu quả tẻ là chuyện tất nhiên. Như vậy, trừ khi nào chúng ta ta hiểu rõ ràng và hành trì tinh chuyên theo luật nhân quả hay nghiệp báo, chúng ta không thể nào kiểm soát hay kinh qua một cuộc sống như chúng ta ao ước đâu. Theo Phật Pháp thì không có thiên thần quỷ vật nào có thể áp đặt sức mạnh lên chúng ta, mà chúng ta có hoàn toàn tự do xây dựng cuộc sống theo cách mình muốn. Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng “Nghiệp” lúc nào cũng rất công bằng. Nghiệp tự nó chẳng thương mà cũng chẳng ghét, chẳng thưởng chẳng phạt. Nghiệp và Quả Báo chỉ đơn giản là định luật của Nguyên nhân và Hậu quả mà thôi. Nếu chúng ta tích tụ thiện nghiệp, thì quả báo phải là hạnh phúc sướng vui, chứ không có ma quỷ nào có thể làm hại được chúng ta. Ngược lại, nếu chúng ta gây tạo ác nghiệp, dù có lạy lục van xin thì hậu quả vẫn phải là đắng cay đau khổ, không có trời nào có thể cứu lấy chúng ta.

Theo đạo Phật, con người là kẻ sáng tạo của cuộc đời và vận mạng của chính mình. Mọi việc tốt và xấu mà chúng ta gặp phải trên đời đều là hậu quả của những hành động của chính chúng ta phản tác dụng trở lại chính chúng ta. Những điều vui buồn của chúng ta cũng là kết quả của những hành động của chính mình, trong quá khứ xa cũng như gần, là nguyên nhân. Và điều chúng ta làm trong hiện tại sẽ ấn định điều mà chúng ta sẽ trở nên trong tương lai. Cũng vì con người là kẻ sáng tạo cuộc đời mình, nên muốn hưởng một đời sống hạnh phúc và an bình, người ấy phải là một kẻ sáng tạo tốt, nghĩa là phải tạo nghiệp tốt. Nghiệp tốt cuối cùng phải đến từ một cái tâm tốt, một cái tâm an tịnh. Luật nghiệp báo liên kết các đời trong quá khứ, hiện tại và tương lai của một cá nhân xuyên qua tiến trình luân hồi của người ấy. Để có thể hiểu được tại sao có được sự liên kết giữa những kinh nghiệm và hành động của một cá nhân trong các cuộc đời nối tiếp, chúng ta cần nhìn lướt qua về sự phân tích của đạo Phật về “thức”. Theo triết học Phật giáo về “thức”, trường phái Duy Thức Học, có tám thức. Có năm thức về giác quan: nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, và thân thức. Những thức này gây nên sự xuất hiện của năm trần từ năm căn. Thức thứ sáu là ý thức, với khả năng phán đoán nhờ phân tích, so sánh và phân biệt các trần và quan niệm. Thức thứ bảy gọi là mạn na thức, tức là ngã thức, tự biết mình vốn là ngã riêng biệt giữa mình và những người khác. Ngay cả

những lúc mà sáu thức đầu không hoạt động, tỷ dụ như lúc đang ngủ say, thì thức thứ bảy vẫn đang hiện diện, và nếu bị đe dọa, thì thức này, vì sự thức đẩy tự bảo vệ, sẽ đánh thức chúng ta dậy. Thức thứ tám được gọi là a lại da thức, hay tàng thức. Vì thức này rất sâu kín, nên rất khó cho chúng ta hiểu được nó. A lại da là một cái kho chứa tất cả những dấu tích hành động và kinh nghiệm của chúng ta. Tất cả những gì chúng ta thấy, nghe, ngửi, nếm, sờ mó, hoặc làm đều được giữ như những chủng tử vào cái kho tàng thức này. Chủng tử là nhân của năng lực nghiệp báo. Vì a lại da thu góp tất cả những chủng tử của hành động chúng ta đã làm, nó chính là kẻ xây dựng vận mạng của chúng ta. Cuộc đời và cá tánh của chúng ta phản ảnh những chủng tử ở trong kho tàng thức của mình. Nếu chúng ta gửi vào đó những chủng tử xấu, nghĩa là nhân của những việc ác, chúng ta sẽ trở thành kẻ xấu. Do bởi đạo Phật đặt trách nhiệm tối thượng về cuộc đời của chúng ta ở trong tay chúng ta, nên nếu chúng ta muốn nhào nặn cho cuộc đời mình tốt đẹp hơn chúng ta phải hướng tâm trí của mình về một hướng tốt đẹp hơn, vì chính tâm trí điều khiển bàn tay nhào nặn cuộc đời của chúng ta. Tuy nhiên, có lúc chúng ta thấy một người rất đạo đức, tử tế, hiền hậu, dễ thương và khôn ngoan, thế mà cuộc đời người ấy lại đầy những trở ngại từ sáng đến tối. Tại sao lại như vậy? Còn cái lý thuyết về hành động tốt đem lại hạnh phúc và hành động xấu đem lại khổ đau thì sao? Muốn hiểu điều này, chúng ta phải nhận thức rằng nghiệp quả không nhất thiết phải trở ra trong cùng hiện đời mà nghiệp nhân được tạo. Có khi nghiệp đem lại hậu quả chỉ trong đời sau hoặc những đời kế tiếp. Nếu một người từng hành xử tốt trong đời trước, người ấy có thể được hưởng hạnh phúc và sung túc trong đời này mặc dù sự hành xử của người ấy bây giờ có xấu xa đi chăng nữa. Và có người bây giờ rất đức hạnh nhưng có thể vẫn gặp phải nhiều trở ngại vì nghiệp xấu từ đời trước đó. Cũng giống như gieo nhiều thứ hạt khác nhau, có loại trở bông rất sớm, có loại lâu hơn, có khi cả năm. Luật nhân quả không sai chạy, nhưng kết quả đến từng lúc có khác nhau, dưới hình thức khác nhau, và ở nơi chốn khác nhau. Tuy có một số kinh nghiệm của chúng ta là do nghiệp tạo ra trong đời này, số khác lại do nghiệp tạo ra từ những đời trước. Ở đời này, chúng ta chịu hậu quả những hành động chúng ta đã làm từ những đời trước cũng như ngay trong đời này. Và những gì chúng ta gặt trong tương lai là kết quả việc chúng ta đang làm ngày hôm nay. Giáo lý về nghiệp không chỉ là giáo lý về nhân quả,

mà là hành động và phản hành động. Giáo lý này tin rằng bất cứ một hành động nào cố ý thực hiện, từ một tác nhân, dù là ý nghĩ, lời nói hay việc làm, đều có phản động trở lại trên chính tác nhân ấy. Luật nghiệp báo là một luật tự nhiên, và không một quyền lực thần linh nào có thể làm ngưng lại sự thi hành nó được. Hành động của chúng ta đưa đến những kết quả tất nhiên. Nhận ra điều này, người Phật tử không cần cầu khẩn một ông thần nào tha thứ, mà đúng ra điều chỉnh hành động của họ hầu đưa chúng đến chỗ hài hòa với luật chung của vũ trụ. Nếu họ làm ác, họ cố tìm ra lỗi lầm rồi chỉnh đốn lại hành vi; còn nếu họ làm lành, họ cố duy trì và phát triển hạnh lành ấy. Người Phật tử không nên quá lo âu về quá khứ, mà ngược lại nên lo cho việc làm trong hiện tại. Thay vì chạy ngược chạy xuôi tìm sự cứu rỗi, chúng ta nên cố gắng gieo chủng tử tốt trong hiện đời, rồi đợi cho kết quả đến tùy theo luật nghiệp báo. Thuyết nghiệp báo trong đạo Phật cho con người chứ không ai khác, con người là kẻ tạo dựng nên vận mạng của chính mình. Từng giờ từng phút, chúng ta làm và dựng nên vận mệnh của chính chúng ta qua ý nghĩ, lời nói và việc làm. Chính vì thế mà cổ đức có dạy: “Gieo ý nghĩ, tại hành động; gieo hành động, tạo tính hạnh; gieo tính hạnh, tạo cá tánh; gieo cá tánh, tạo vận mạng.”

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

Khi chúng ta gieo hạt tiêu thì cây tiêu sẽ mọc lên và chúng ta sẽ có những hạt tiêu, chứ không phải là những trái cam. Tương tự, khi chúng ta hành động thiện lành thì hạnh phúc phát sanh chứ không phải khổ đau. Khi chúng ta hành động bạo ác thì khổ đau đến chứ không phải là hạnh phúc. Một cái hạt mầm nhỏ có thể phát triển thành một cây to nhiều quả, cũng y như vậy một hành động nhỏ có thể gây ra những kết quả quả to lớn. Vì vậy, chúng ta nên cố gắng tránh những hành động đen tối dù nhỏ, và cố gắng làm những hành động trong sáng dù nhỏ. Nếu không tạo nhân thì không bao giờ có quả. Nếu không gieo hạt thì không có cây. Một người đã không gây tạo nhân để có quả bị giết thì người ấy sẽ không chết ngay trong tai nạn xe hơi. Đức Phật dạy: bạn là kẻ tạo nên số phận của chính bạn. Bạn không nên chỉ trích bất cứ ai trước những khó khăn của mình, khi mà chỉ có mình chịu trách nhiệm về cuộc đời của mình, tốt hơn hay tệ hơn, đều do mình mà ra cả. Những khó khăn và khổ não của bạn thực ra là do chính bạn gây ra. Chúng phát sinh do các hành động bất nguồn từ tham, sân, si. Thực vậy, sự khổ đau là cái giá bạn phải trả cho lòng tham đắm cuộc sống hiện hữu và những thú vui nhục dục. Cái giá quá đắt mà bạn phải trả là sự khổ đau thể xác và lo âu về tinh thần. Tương tự như bạn trả tiền hằng tháng cho chiếc xe Chevrolet Corvette mới tinh để được sở hữu nó. Tiền trả hằng tháng là sự đau khổ về thân và tâm mà bạn phải chịu đựng, trong khi đó cái xe mới tinh kia được xem như là cơ thể nhờ đó mà bạn thụ hưởng các thú vui thế gian. Bạn phải trả giá cho sự thụ hưởng khoái lạc: không có thú vui nào mà không phải trả một cái giá đắt, thật là không mai mắn. Nếu chúng ta hành động thiện lành (tích cực) thì kết quả hạnh phúc sớm muộn gì cũng xuất hiện. Khi chúng ta hành động đen tối (tiêu cực), những dấu ấn xấu không bao giờ mất đi mặc dù chúng không đưa đến kết quả tức thì. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng, “biển có thể cạn, núi có thể mòn, nhưng nghiệp tạo từ muôn kiếp trước không bao giờ mất đi; ngược lại, nó kết thành quả, dù ngàn vạn năm trôi qua, cuối cùng mình cũng phải trả nghiệp.” Thân thể chúng ta, lời nói, và tâm chúng ta đều tạo ra nghiệp khi chúng ta dính mắc. Chúng ta tạo thói quen. Những thói quen này sẽ khiến chúng ta đau khổ trong tương lai. Đó là kết quả của sự dính mắc của chúng ta, đồng thời cũng là kết quả của những phiền não trong quá khứ. Mọi tham ái đều dẫn đến nghiệp. Hãy nhớ rằng không phải chỉ do thân thể mà cả ngôn ngữ và tâm hồn cũng tạo điều kiện cho những gì sẽ xảy ra

trong tương lai. Trong quá khứ nếu chúng ta làm điều gì tốt đẹp, bây giờ chỉ cần nhớ lại thôi chúng ta cũng sẽ thấy sung sướng, hãnh diện. Trạng thái sung sướng hãnh diện hôm nay là kết quả của những gì chúng ta đã làm trong quá khứ. Nói cách khác, những gì chúng ta nhận hôm nay là kết quả của nghiệp trong quá khứ. Tất cả mọi sự đều được điều kiện hóa bởi nguyên nhân, đầu đó là nguyên nhân đã có từ lâu hay trong khoảnh khắc hiện tại.

Theo truyền thống Phật giáo, có hai loại nghiệp: nghiệp cố ý và nghiệp không cố ý. Nghiệp cố ý sẽ phải mang nghiệp quả nặng nề. Nghiệp không cố ý, nghiệp quả nhẹ hơn. Lại có hai loại nghiệp khác: thiện nghiệp và bất thiện nghiệp. Thiện nghiệp như bố thí, ái ngữ và lợi tha. Bất thiện nghiệp như sát sanh, trộm cắp, nói dối, vọng ngữ. Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, có hai loại nghiệp. Thứ nhất là Dẫn Nghiệp, tức là nghiệp đưa một sinh vật thác sinh làm người, làm trời hay làm thú; không thế lực nào khác có thể đưa một sinh vật đến một hình thái đặc biệt nào đó của đời sống. Thứ nhì là Mãn Nghiệp. Sau khi mỗi đời sống đã được quyết định, mãn nghiệp sẽ kiện toàn tính chất hữu hình của sinh vật để nó trở thành một chủng loại hoàn hảo. Lại có hai ảnh hưởng của hành động. Thứ nhất là Biệt Nghiệp. Biệt nghiệp tạo ra cá biệt thể. Biệt nghiệp là những sự việc mà chúng sanh hành động một cách riêng lẻ. Thứ nhì là Cộng Nghiệp, tức là nghiệp tạo ra vũ trụ. Cộng nghiệp của thế giới này không phải chỉ là nghiệp của loài người, mà là của chung muôn loài chúng sanh. Cũng theo truyền thống Phật giáo, có ba loại nghiệp: thân nghiệp, khẩu nghiệp, và ý nghiệp. Lại có ba loại nghiệp khác: hiện phước nghiệp, hiện phi phước nghiệp, và hiện bất động nghiệp. Lại có ba loại nghiệp khác nữa: hữu lậu nghiệp, vô lậu nghiệp, và phi lậu phi vô lậu nghiệp. Lại có ba loại nghiệp khác nữa: thiện nghiệp, bất thiện nghiệp, và nghiệp không thiện không ác. Lại có ba loại nghiệp khác nữa, còn được gọi là Tam Thời Nghiệp. Thứ nhất là nghiệp quá khứ tích tụ quả hiện tại. Thứ nhì là nghiệp hiện tại tích tụ quả hiện tại. Thứ ba là nghiệp hiện tại tích tụ quả vị lai.

Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có bốn loại nghiệp. Thứ nhất là Hắc Nghiệp Hắc Báo. Thứ nhì là Bạch Nghiệp Bạch Báo. Thứ ba là Hắc Bạch Nghiệp, Hắc Bạch Báo. Thứ tư là Phi Hắc Phi Bạch Nghiệp, Phi Hắc Phi Bạch Báo, đưa đến sự tận diệt các nghiệp. Theo Phật giáo Đại thừa, có bốn loại nghiệp. Thứ nhất là Nghiệp Tích

Lũy, tức là nghiệp tạo từ nhiều đời trước. Thứ nhì là Nghiệp Tập Quán, tức là nghiệp tạo trong đời hiện tại. Thứ ba là Cực Trọng Nghiệp, tức là nghiệp có khả năng mạnh có thể chi phối tất cả các nghiệp khác. Thứ tư là Cận Tử Nghiệp, tức là nghiệp rất mạnh lúc sắp chết. Theo A Tỳ Đạt Ma Luận (Vi Diệu Pháp), có bốn loại nghiệp: thiện nghiệp, bất thiện nghiệp, nghiệp không thiện không ác, và nghiệp trong trạng thái dừng chờ. Riêng nghiệp trong trạng thái dừng chờ là loại nghiệp mà hành vi tạo tác đã dừng hẳn, và trạng thái này tồn tại trong dòng tâm thức tương tục. Trạng thái dừng chờ này là một sự tĩnh tại có tác động, hay một sự băng lặng có hàm chứa tác nhân. Đây là một năng lực khi hành vi tạo tác không đơn thuần là hoàn toàn dừng hẳn mà vẫn còn có khả năng tạo ra những kết quả trong tương lai. Những trạng thái dừng chờ này có khả năng tự phục hoạt từng sát na cho đến khi kết quả được hình thành. Dù mau hay dù chậm, khi hội đủ những điều kiện thích hợp (đủ duyên), nó sẽ chín muồi và tạo ra quả. Nếu con người không chịu nương nhờ vào một phương tiện để hóa giải tiềm lực của nghiệp, chẳng hạn như sám hối và phát nguyện không tiếp tục tái phạm nữa thì nghiệp lực này vẫn tồn tại. Lại có bốn nghiệp khác: nghiệp tái tạo, nghiệp trợ duyên, nghiệp bổ đồng, và nghiệp tiêu diệt.

Khi có một đệ tử đến sám hối với Đức Phật về những việc sai trái trong quá khứ, Đức Phật không hề hứa tha thứ, vì Ngài biết rằng mỗi người đều phải gặt kết quả của nhân do chính mình đã gieo. Thay vì vậy, Ngài giải thích: “Nếu ông thấy việc ông từng làm là sai và ác, thì từ nay trở đi ông đừng làm nữa. Nếu ông thấy việc ông làm là đúng và tốt, thì hãy làm thêm nữa. Hãy cố mà diệt ác nghiệp và tạo thiện nghiệp. Ông nên biết hình ảnh của ông ngày nay là bóng của ông trong quá khứ, và hình ảnh tương lai của ông là bóng của ông ngày hôm nay. Ông phải chú tâm vào hiện tại hầu tinh tấn trong việc tu đạo.” Theo Kinh Tăng Nhất A Hàm, Đức Phật dạy: “Này các thầy Tỳ Kheo! Ý muốn là cái mà Như Lai gọi là hành động hay nghiệp. Do có ý mà ta hành động thân, khẩu và tư tưởng.” Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Trong các pháp, tâm dẫn đầu, tâm là chủ, tâm tạo tác tất cả. Nếu đem tâm ô nhiễm nói năng hoặc hành động, sự khổ sẽ theo nghiệp kéo đến như bánh xe lăn theo chân con vật kéo xe (Dharmapada 1). Trong các pháp, tâm dẫn đầu, tâm làm chủ, tâm tạo tác tất cả. Nếu đem tâm thanh tịnh tạo nghiệp nói năng hoặc hành động, sự vui sẽ theo nghiệp kéo đến như bóng với hình (Dharmapada 2). Những người gây điều bất

thiện, làm xong ăn năn khóc lóc, nhỏ lệ đầm đề, vì biết mình sẽ phải thọ lấy quả báo tương lai (67). Những người tạo các thiện nghiệp, làm xong chẳng chút ăn năn, còn vui mừng hơn hở, vì biết mình sẽ thọ lấy quả báo tương lai (68). Khi ác nghiệp chưa thành thực, người ngu tưởng như đường mật, nhưng khi ác nghiệp đã thành thực, họ nhứt định phải chịu khổ đắng cay (69). Những vị A-la-hán ý nghiệp thường vắng lặng, ngữ nghiệp hành nghiệp thường vắng lặng, lại có chánh trí giải thoát, nên được an ổn luôn (96). Hãy gấp rút làm lành, chế chỉ tâm tội ác. Hễ biếng nhác việc lành giờ phút nào thì tâm ưa chuyện ác giờ phút ấy (116). Nếu đã lỡ làm ác chớ nên thường làm hoài, chớ vui làm việc ác; hễ chừa ác nhứt định thọ khổ (117). Nếu đã làm việc lành hãy nên thường làm mãi, nên vui làm việc lành; hễ chừa lành nhứt định thọ lạc (118). Khi nghiệp ác chưa thành thực, kể ác cho là vui, đến khi nghiệp ác thành thực kể ác mới hay là ác (119). Khi nghiệp lành chưa thành thực, người lành cho là khổ, đến khi nghiệp lành thành thực, người lành mới biết là lành (120). Chớ khinh điều ác nhỏ, cho rằng “chẳng đưa lại quả báo cho ta.” Phải biết giọt nước nhỏ lâu ngày cũng làm đầy bình. Kẻ ngu phu sở dĩ đầy tội ác bởi chứa dồn từng khi ít mà nên (121). Chớ nên khinh điều lành nhỏ, cho rằng “chẳng đưa lại quả báo cho ta.” Phải biết giọt nước nhỏ lâu ngày cũng làm đầy bình. Kẻ trí sở dĩ toàn thiện bởi chứa dồn từng khi ít mà nên (122). Không tạo ác nghiệp là hơn, vì làm ác nhứt định thọ khổ; làm các thiện nghiệp là hơn, vì làm lành nhứt định thọ vui (314). Hết thấy pháp đều vô ngã; khi đem trí tuệ soi xét như thế thì sẽ nhàm lìa thống khổ để được giải thoát. Đó là Đạo thanh tịnh (Dharmapada 279).”

Báo: Quả báo hay những hệ quả của tiền kiếp. Những vui sướng hay đau khổ trong kiếp này là ảnh hưởng hay quả báo của tiền kiếp. Thế cho nên cổ đức có nói: “Dục tri tiền thế nhân, kim sanh thọ giả thị. Dục tri lai thế quả, kim sanh tác giả thị.” Có nghĩa là muốn biết nhân kiếp trước của ta như thế nào, thì hãy nhìn xem quả báo mà chúng ta đang thọ lãnh trong kiếp này. Muốn biết quả báo kế tiếp của ta ra sao, thì hãy nhìn vào những nhân mà chúng ta đã và đang gây tạo ra trong kiếp hiện tại. Hành giả nên luôn nhớ rằng hết thấy các pháp hữu vi là trước sau nối tiếp, cho nên đối với nguyên nhân trước mà nói thì các pháp sinh ra về sau là quả. Một khi hiểu rõ được nguyên lý này rồi, thì trong cuộc sống hằng ngày của người con Phật chơn thuần, chúng ta sẽ luôn có khả năng tránh các điều dữ, làm các điều lành. Theo Kinh Địa

Tạng, tùy theo hoàn cảnh của chúng sanh mà Ngài Địa Tạng sẽ khuyên dạy: “Nếu gặp kẻ sát hại loài sinh vật, thời dạy rõ quả báo vì ương lụy đời trước mà phải bị chết yểu. Nếu gặp kẻ trộm cắp, thời ngài dạy rõ quả báo nghèo khổ khổ sở. Nếu gặp kẻ tà dâm thời ngài dạy rõ quả báo làm chim se sẽ, bồ câu, uyên ương. Nếu gặp kẻ nói lời thô ác, thời ngài dạy rõ quả báo quyến thuộc kinh chống nhau. Nếu gặp kẻ hay khinh chê, thời ngài dạy rõ quả báo không lười và miệng lở. Nếu gặp kẻ quá nóng giận, thời ngài dạy rõ quả báo thân hình xấu xí tàn tật. Nếu gặp kẻ bồn xئن thời ngài dạy rõ quả báo cầu muốn không được toại nguyện. Nếu gặp kẻ ham ăn, thời ngài dạy rõ quả báo đói, khát và đau cổ họng. Nếu gặp kẻ buông lung săn bắn, thời ngài dạy rõ quả báo kinh hãi điên cuồng mất mạng. Nếu gặp kẻ trái nghịch cha mẹ, thời ngài dạy rõ quả báo trời đất tru lục. Nếu gặp kẻ đốt núi rừng cây cỏ, thời ngài dạy rõ quả báo cuồng mê đến chết. Nếu gặp cha mẹ ghê ăn ở độc ác, thời ngài dạy rõ quả báo thác sanh trở lại hiện đời bị roi vọt. Nếu gặp kẻ dùng lưới bắt chim non, thời ngài dạy rõ quả báo cốt nhục chia lìa. Nếu gặp kẻ hủy báng Tam Bảo, thời ngài dạy rõ quả báo đui, điếc, câm, ngọng. Nếu gặp kẻ khinh chê giáo pháp, thời ngài dạy rõ quả báo ở mãi trong ác đạo. Nếu gặp kẻ lạm phá của thường trụ, thời ngài dạy rõ quả báo ức kiếp luân hồi nơi địa ngục. Nếu gặp kẻ làm ô nhục người tịnh hạnh và vu báng Tăng già, thời ngài dạy rõ quả báo ở mãi trong loài súc sanh. Nếu gặp kẻ dùng nước sôi hay lửa, chém chặt, giết hại sanh vật, thời ngài dạy rõ quả báo phải luân hồi thường mạng lẫn nhau. Nếu gặp kẻ phá giới phạm trai, thời ngài dạy rõ quả báo cầm thú đói khát. Nếu gặp kẻ ngã mạn cống cao, thời ngài dạy rõ quả báo hèn hạ bị người sai khiến. Nếu gặp kẻ đâm thọc gây gỗ, thời ngài dạy rõ quả báo không lười hay trảm lười. Nếu gặp kẻ tà kiến mê tín, thời ngài dạy rõ quả báo thọ sanh vào chốn hẻo lánh. Nói tóm lại, quả báo chướng là thưởng phạt của nghiệp hay những chướng gây nên bởi những quả báo, một trong những trở ngại cho bất cứ người tu Phật nào.

Causes-Effects-Retributions in Buddhism

An Overview of Causes-Effects-Retributions: Law of cause and effect or the relation between cause and effect in the sense of the Buddhist law of “Karma”. Cause is a primary force that produces an

effect; effect is a result of that primary force. The law of causation governs everything in the universe without exception. The law of causation (reality itself as cause and effect in momentary operation). Every action which is a cause will have a result or an effect. Likewise every resultant action or effect has its cause. The law of cause and effect is a fundamental concept within Buddhism governing all situations. The Moral Causation in Buddhism means that a deed, good or bad, or indifferent, brings its own result on the doer. Good people are happy and bad ones unhappy. But in most cases “happiness” is understood not in its moral or spiritual sense but in the sense of material prosperity, social position, or political influence. For instance, kingship is considered the reward of one’s having faithfully practiced the ten deeds of goodness. If one meets a tragic death, he is thought to have committed something bad in his past lives even when he might have spent a blameless life in the present one. While, retributions mean karma-rewards or the retributions of karma, either good or evil. However, according to the Hua-Yen sect, the body of karmaic retribution, especially that assumed by a bodhisattva to accord with the conditions of those he seeks to save. Buddhists must definitely build up their foundation in which we cannot lack understanding of the law of cause and effect and retributions. The luggages of the journey of Nirvana comprise of the Buddha's Correct Dharma which is the content of realizations of the path and absence of suffering and its causes on the mindstreams. Among them, the law of cause and effect and retributions play a very important role because they are fundamental doctrines of Buddhism which clarify the origination of causes, how effects and retributions come into existence, method of transformation of karmas in order to have emancipation.

Cause and Effect: According to some people who believe in some other religions, the theistic position that man’s destiny is basically determined for him by God. God determines if a man deserves heaven or hell; he may even decide each man’s earthly destiny. Some other people believe in fatalism that each of us has a fate which we cannot change and about which we can do nothing. They believe that ‘Whatever will be will be.’ In this philosophy the agent that determines destiny is not a God, but rather a mysterious impersonal power called ‘Fate’ which transcend our understanding. Still some other people

believe the exact opposite, they believe in indeterminism: everything happens by accident. They believe that if man is lucky, he will achieve happiness or success; if he is unlucky, he will suffer or fail, but whatever he receives, he receives not through any process of determination but by accident, by sheer coincidence. In Christianity, the Christian worships God and prays to Him in order to obtain forgiveness from the results his evil actions hold out for him. Buddhism differs from Christianity in that it sees the root cause of all evil in “ignorance” and not in “sin”, in an act of intellectual misapprehension and not in an act of volition and rebellion. As a practical definition of ignorance, we are offered the four perverted views which make us seek for permanence in what is inherently impermanent, ease in what is inseparable from suffering, selfhood in what is not linked to any self, and delight in what is essentially repulsive and disgusting. According to the Karma Law in Buddhism, the present is a shadow of the past, the future a shadow of the present. Hence our action in the present is most important, for what we do in the present determines the course of our future development. For this reason, Zen practitioners should always apply their minds to the present so that they may advance on the way. According to the Buddhist doctrine of rebirth, the causal relation between action and its results holds not only with regard to the present life but also with regard to past and future lives. This universal law of cause and effect is non-negotiable. Just as we cannot run away from our own shadows, so we cannot run away from the results of our actions. They will pursue us no matter where we hide. Besides, the Buddha also taught that negative or unwholesome mind creates negative or unwholesome thoughts (anger, hatred, harmful thoughts, wrong views, etc), speech (lying, harsh speech, double-tongued, etc), as well as deeds which are the causes of our sufferings, confusion and misery. Unwholesome or negative mind will destroy our inner peace and tranquility.

Catholicism contradicts itself with the words in the Bible: “Ye shall reap what ye shall sow” and the theory of forgiveness through the grace of Christ or God. The sentence “Reap what you sow” is precisely in accordance with the natural law of karma, while the grace of forgiveness completely denies this law. But in Buddhism, no one can forgive a person for his transgression. If he commits an evil deed, he

has to reap the bad consequences, for all is governed by universal law and not by any arbitrary creator. According to Buddhism, the pain or pleasure resulting in this life from the practices or causes and retributions of a previous life. Therefore, ancient virtues said: “If we wish to know what our lives were like in the past, just look at the retributions we are experiencing currently in this life. If we wish to know what retributions will happen to us in the future, just look and examine the actions we have created or are creating in this life.” If we understand clearly this theory, then in our daily activities, sincere Buddhists are able to avoid unwholesome deeds and practice wholesome deeds. Every action which is a cause will have a result or an effect. Likewise, every resultant action has its cause. The law of cause and effect is a fundamental concept within Buddhism governing all situation. Buddhists believe in a just rational of karma that operates automatically and speak in terms of cause and effect instead of rewards and punishments. Every action which is a cause will have a result or an effect. Likewise every resultant action has its cause. The law of cause and effect is a fundamental concept within Buddhism governing all situation. Buddhists believe in a just rational of karma that operates automatically and speak in terms of cause and effect instead of rewards and punishments. It’s a fundamental principle for all living beings and all things that if one sows good deeds, he will surely reap a good harvest; if he sows bad deeds, he must inevitably reap a bad harvest. Though the results may appear quickly or slowly, everyone will be sure to receive the results that accord with their actions. Anyone who has deeply understood this principle will never do evil.

According to Buddhism, every action which is a cause will have a result or an effect. Likewise every resultant action or effect has its cause. The law of cause and effect is a fundamental concept within Buddhism governing all situations. The Moral Causation in Buddhism means that a deed, good or bad, or indifferent, brings its own result on the doer. Good people are happy and bad ones unhappy. But in most cases “happiness” is understood not in its moral or spiritual sense but in the sense of material prosperity, social position, or political influence. For instance, kingship is considered the reward of one’s having faithfully practiced the ten deeds of goodness. If one meets a tragic death, he is thought to have committed something bad in his past lives

even when he might have spent a blameless life in the present one. Causality is a natural law, mentioning the relationship between cause and effect. All things come into being not without cause, since if there is no cause, there is no effect and vice-versa. As so sow, so shall you reap. Cause and effect never conflict with each other. In other words, cause and effect are always consistent with each other. If we want to have beans, we must sow bean seeds. If we want to have oranges, we must sow orange seeds. If wild weeds are planted, then it's unreasonable for one to hope to harvest edible fruits. One cause cannot have any effect. To produce an effect, it is necessary to have some specific conditions. For instance, a grain of rice cannot produce a rice plant without the presence of sunlight, soil, water, and care. In the cause there is the effect; in the effect there is the cause. From the current cause, we can see the future effect and from the present effect we discerned the past cause. The development process from cause to effect is sometimes quick, sometimes slow. Sometimes cause and effect are simultaneous like that of beating a drum and hearing its sound. Sometimes cause and effect are three or four months away like that of the grain of rice. It takes about three to four, or five to six months from a rice seed to a young rice plant, then to a rice plant that can produce rice. Sometimes it takes about ten years for a cause to turn into an effect. For instance, from the time the schoolboy enters the elementary school to the time he graduates a four-year college, it takes him at least 14 years. Other causes may involve more time to produce effects, may be the whole life or two lives.

Karma: From morning to night, we create karma with our body, with our mouth, and with our mind. In our thoughts, we always think that people are bad. In our mouth, we always talk about other people's rights and wrongs, tell lies, say indecent things, scold people, backbite, and so on. Karma is one of the fundamental doctrines of Buddhism. Everything that we encounter in this life, good or bad, sweet or bitter, is a result of what we did in the past or from what we have done recently in this life. Good karma produces happiness; bad karma produces pain and suffering. So, what is karma? Karma is a Sanskrit word, literally means a deed or an action and a reaction, the continuing process of cause and effect. Moral or any good or bad action (however, the word 'karma' is usually used in the sense of evil bent or mind

resulting from past wrongful actions) taken while living which causes corresponding future retribution, either good or evil transmigration (action and reaction, the continuing process of cause and effect). Karma is neither fatalism nor a doctrine of predetermination. Our present life is formed and created through our actions and thoughts in our previous lives. Our present life and circumstances are the product of our past thoughts and actions, and in the same way our deeds in this life will fashion our future mode of existence. According to the definition of the karma, the past influences the present but does not dominate it, for karma is past as well as present. However, both past and present influence the future. The past is a background against which life goes on from moment to moment. The future is yet to be. Only the present moment exists and the responsibility of using the present moment for good or bad lies with each individual. A karma can be created by body, speech, or mind. There are good karma, evil karma, and indifferent karma. All kinds of karma are accumulated by the Alayavijnana and Manas. Karma can be cultivated through religious practice (good), and uncultivated. For sentient being has lived through innumerable reincarnations, each has boundless karma. Whatever kind of karma is, a result would be followed accordingly, sooner or later. No one can escape the result of his own karma.

“Karma” is a Sanskrit term which means “Action, good or bad,” including attachments, aversions, defilements, anger, jealousy, etc. Karma is created (formed) by that being’s conceptions (samskara). This potential directs one behavior and steers the motives for all present and future deeds. In Buddhism, karma arises from three factors: body, speech and mind. For instance, when you are speaking, you create a verbal act. When you do something, you create a physical act. And when you are thinking, you may create some mental actions. Mental actions are actions that have no physical or verbal manifestations. Buddhist ethical theory is primarily with volitional actions, that is, those actions that result from deliberate choice for such actions set in motion a series of events that inevitably produce concordant results. These results may be either pleasant or unpleasant, depending on the original votion. In some cases the results of actions are experienced immediately, and in others they are only manifested at a later time. Some karmic results do not accrue (dồn lại) until a future life. Karmas

are actions that lead to both immediate and long range results. All good and evil actions taken while living. Action and appropriate result of action. Karma is not limited by time or space. An individual is coming into physical life with a karma (character and environment resulting from his action in the past). Briefly, “karma” means “deed.” It is produced by all deeds we do. Any deed is invariably accompanied by a result. All that we are at the present moment is the result of the karma that we have produced in the past. Karma is complex and serious. Our deeds, however trifling, leave traces physically, mentally, and environmentally. The traces left in our minds include memory, knowledge, habit, intelligence, and character. They are produced by the accumulation of our experiences and deeds over a long period of time. The traces that our deeds leave on our body can be seen easily, but only part of traces in our minds remain on the surface of our mind, the rest of them are hidden depths of our minds, or sunk in the subconscious mind. This is the complexity and seriousness of the Karma.

According to Buddhism, a “karma” is not a fate or a destiny; neither is it a simple, unconscious, and involuntary action. On the contrary, it is an intentional, conscious, deliberate, and willful action. Also according to Buddhism, any actions will lead to similar results without any exception. It is to say, “As one sows, so shall one reap.” According to one’s action, so shall be the fruit. If we do a wholesome action, we will get a wholesome fruit. If we do an unwholesome action, we will get an unwholesome result. Devout Buddhists should try to understand the law of karma. Once we understand that in our own life every action will have a similar and equal reaction, and once we understand that we will experience the effect of that action, we will refrain from committing unwholesome deeds. Karma is a product of body, speech and mind; while recompense is a product or result of karma. Karma is like a seed sown, and recompense is like a tree grown with fruits. When the body does good things, the mouth speaks good words, the mind thinks of good ideas, then the karma is a good seed. In the contrary, the karma is an evil seed. According to the Buddhist doctrines, every action produces an effect and it is a cause first and effect afterwards. We therefore speak of “Karma” as the “Law of Cause and Effect.” There is no end to the result of an action if there is

no end to the Karma. Life in nowadays society, it is extremely difficult for us not to create any karma; however, we should be very careful about our actions, so that their effect will be only good. Thus the Buddha taught: "To lead a good life, you Buddhists should make every effort to control the activities of your body, speech, and mind. Do not let these activities hurt you and others." Recompense corresponds Karma without any exception. Naturally, good seed will produce a healthy tree and delicious fruits, while bad seed gives worse tree and fruits. Therefore, unless we clearly understand and diligently cultivate the laws of cause and effect, or karma and result, we cannot control our lives and experience a life the way we wish to. According to the Buddha-Dharma, no gods, nor heavenly deities, nor demons can assert their powers on us, we are totally free to build our lives the way we wish. According to Buddhist doctrines, karma is always just. It neither loves nor hates, neither rewards nor punishes. Karma and Recompense is simply the Law of Cause and Effect. If we accumulate good karma, the result will surely be happy and joyous. No demons can harm us. In the contrary, if we create evil karma, no matter how much and earnestly we pray for help, the result will surely be bitter and painful, no gods can save us.

According to Buddhism, man is the creator of his own life and his own destiny. All the good and bad that comes our way in life is the result of our own actions reacting upon us. Our joys and sorrows are the effects of which our actions, both in the distant and the immediate past, are the causes. And what we do in the present will determine what we become in the future. Since man is the creator of his own life, to enjoy a happy and peaceful life he must be a good creator, that is, he must create good karma. Good karma comes ultimately from a good mind, from a pure and calm mind. The law of karma binds together the past, present, and future lives of an individual through the course of his transmigration. To understand how such a connection is possible between the experiences and actions of an individual in successive lives, we must take a brief look at the Buddhist analysis of consciousness. According to the Buddhist philosophy of consciousness, the Vijnanavada School, there are eight kinds of consciousness. The first five are the eye, ear, nose, tongue and body consciousnesses. These make possible the awareness of the five kinds of external sense

data through the five sense-organs. The sixth consciousness is the intellectual consciousness, the faculty of judgment which discerns, compares, and distinguishes the sense-data and ideas. The seventh consciousness, called the manas, is the ego-consciousness, the inward awareness of oneself as an ego and the clinging to discrimination between oneself and others. Even when the first six kinds of consciousness are not functioning, for example, in deep sleep, the seventh consciousness is still present, and if threatened, this consciousness, through the impulse of self-protection, will cause us to awaken. The eighth consciousness is called Alaya-vijnana, the storehouse-consciousness. Because this consciousness is so deep, it is very difficult to understand. The alaya-vijnana is a repository which stores all the impressions of our deeds and experiences. Everything we see, hear, smell, taste, touch, and do deposits, so to speak, a seed is a nucleus of karmic energy. Since the alaya hoards all the seeds of our past actions, it is the architect of our destiny. Our life and character reflect the seeds in our store-consciousness. If we deposit bad seeds, i.e., perform more evil actions, we will become bad persons. Since Buddhism places ultimate responsibility for our life in our own hands, if we want our hands to mold our life in a better way, we must launch our minds in a better direction, for it is the mind which controls the hands which mold our life. However, sometimes we know someone who is virtuous, gentle, kind, loving and wise, and yet his life is filled with troubles from morning to night. Why is this? What happens to our theory that good acts lead to happiness and bad acts to suffering? To understand this, we must realize that the fruits of karma do not necessarily mature in the same lifetime in which the karma is originally accumulated. Karma may bring about its consequences in the next life or in succeeding lives. If a person was good in a previous life, he may enjoy happiness and prosperity in this life even though his conduct now is bad. And a person who is very virtuous now may still meet a lot of trouble because of bad karma from a past life. It is like planting different kinds of seeds; some will come to flower very fast, others will take a long time, maybe years. The law of cause and effect does not come about at different times, in different forms and at different locations. While some of our experiences are due to karma in the present life, others may be due to karma from previous lives. In the

present life, we receive the results of our actions done in past lives as well as in the present. And what we reap in the future will be the result of what we do in the present. The doctrine of karma is not merely a doctrine of cause and effect, but of action and reaction. The doctrine holds that every action willfully performed by an agent, be it of thought, word, or deed, tends to react upon that agent. The law of karma is a natural law, and its operation cannot be suspended by any power of a deity. Our action brings about their natural results. Recognizing this, Buddhists do not pray to a god for mercy but rather regulate their actions to bring them into harmony with the universal law. If they do evil, they try to discover their mistakes and rectify their ways; and if they do good things, they try to maintain and develop that good. Buddhists should not worry about the past, but rather be concerned about what we are doing in the present. Instead of running around seeking salvation, we should try to sow good seeds in the present and leave the results to the law of karma. The theory of karma in Buddhism makes man and no one else the architect of his own destiny. From moment to moment we are producing and creating our own destiny through our thought, our speech and our deeds. Thus the ancient said: "Sow a thought and reap an act; sow an act and reap a habit; sow a habit and reap a character; sow a character and reap a destiny."

The karma that we have now is very deep-rooted and complex, and includes the former karma that human beings have accumulated since their beginning. We also possess the "former karma" that we have produced ourselves in previous existences and to some extent the "former karma" that our ancestors have produced (for those who were born in the same family, from generation to generation, or in the same country, would bear the same kinds of karma to some extent). And of course we possess the "present karma" that we have produced ourselves in this life. Is it possible for an ordinary person to become free from these karmas and enter the mental state of perfect freedom, escape from the world of illusion, by means of his own wisdom? This is clearly out of the question. What then, if anything, can we do about it? All that one has experienced, thought and felt in the past remains in the depths of one's subconscious mind. Psychologists recognize that the subconscious mind not only exerts a great influence on man's character

and his mental functions but even causes various disorders, because it is normally beyond our reach, we cannot control the subconscious mind by mere reflection and meditation.

When we plant a black-pepper seed, black-pepper plant grows and we will reap black-pepper, not oranges. Similarly, when we act positively, happiness follows, not suffering. When we act destructively, misery comes, not happiness. Just as small seed can grow into a huge tree with much fruit, small actions can bring large result. Therefore, we should try to avoid even small negative actions and to create small negative ones. If the cause isn't created, the result does not occur. If no seed is planted, nothing grows. The person who hasn't created the cause to be killed, won't be even if he or she is in a car crash. According to the Buddha, man makes his own destiny. He should not blame anyone for his troubles since he alone is responsible for his own life, for either better or worse. Your difficulties and troubles are actually self-caused. They arise from actions rooted in greed, hatred and delusion. In fact, suffering is the price you pay for craving for existence and sensual pleasures. The price which comes as physical pain and mental agony is a heavy one to pay. It is like paying monthly payment for the brand new Chevrolet Corvette you own. The payment is the physical pain and mental agony you undergo, while the Corvette is your physical body through which you experience the worldly pleasures of the senses. You have to pay the price for the enjoyment: nothing is really free of charge unfortunately. If we act positively, the happy result will eventually occur. When we do negative actions, the imprints aren't lost even though they may not bring their results immediately. Devout Buddhists should always remember that, "the ocean's water may dry up, mountain may waste away, the actions done in former lives are never lost; on the contrary, they come to fruit though aeons after aeons pass, until at last the debt is paid." Body, speech, and mind all make karma when we cling. We create habits that can make us suffer in the future. This is the fruit of our attachment, of our past defilement. Remember, not only body but also speech and mental action can make conditions for future results. If we did some act of kindness in the past and remember it today, we will be happy, and this happy state of mind is the result of past karma. In other words, all things conditioned by cause, both long-term and moment-to-moment.

According to Buddhist tradition, there are two kinds of karma: intentional karma and unintentional karma. Intentional karma which bears much heavier karma vipaka (phala). Unintentional karma which bears lighter karma vipaka. There are also two other kinds of karma: the wholesome and the unwholesome. Wholesome (good) karma such as giving charity, kind speech, helping others, etc. Unwholesome (bad) karma such as killing, stealing, lying and slandering. According to Prof. Junjiro Takakusu in the *Essentials of Buddhist Philosophy*, there are two kinds of action and action-influence. The first type of karma is the drawing action. Drawing action causes a being to be born as a man, as a deva, or as an animal; no other force can draw a living being into a particular form of life. The second type of karma is the fulfilling action. After the kind of life has been determined, the fulfilling action completes the formal quality of the living being so that it will be a thorough specimen of the kind. There are two kinds of action-influence. The first kind of action-influence is individual action-influence which creates the individual being. Individual action-influence or individual karmas are those actions that sentient beings act individually. The second kind of action-influence is common action-influence creates the universe itself. The common-action-influence karma involved in this world system is not just that of human beings, but of every type of sentient being in the system. Also according to the Buddhist tradition, there are three kinds of karma: action (behavior) of the body, behavior of the speech, and behavior of the mind. There are three other kinds of karma: present life happy karma, present life unhappy karma, and karma of an imperturbable nature. There are still three other kinds of karma: karma of ordinary rebirth, karma of Hinayana Nirvana, and karma of Mahayana Nirvana. There are still three other kinds of karma: good karmas, bad karmas, and neutral karmas. There are still three other kinds of karma, which also called three stages of karma. The first stage of karma is the past karma. Past karma is the cause for some results (effects) reaped in the present life. The second stage of karma is the present karma with present results. Present karma is the cause for some results (effects) reaped in the present life (present deeds and their consequences in this life). The second stage of karma is the present karma with future results. Present karma (deed) is the cause for some or all results reaped in the next or

future lives. Present deeds and their next life consequences (present deeds and consequences after next life).

According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are four kinds of kamma. The first kind of karma is the black kamma, or evil deeds with black results. The second kind of karma is the bright kamma with bright result. The third kind of karma is the black-and-bright kamma with black-and-bright result. The fourth kind of karma is the kamma that is neither black nor bright, with neither black nor bright result, leading to the destruction of kamma. According to Mahayana Buddhism, there are four kinds of karmas. The first kind of karma is the accumulated karma, which results from many former lives. The second kind of karma is the repeated karma, which forms during the present life. The third kind of karma is the most dominant karma which is able to subjugate other karmas. The fourth kind of karma is the Near-Death Karma which is very strong. According to the Abhidharma, there are four types of kamma (karma): good karmas, bad karmas, neutral karmas, and karmas in the state of cessation. Especially, karmas in the state of cessation is the state of the activity's having ceased, and this remains in the mental continuum. This state of cessation is an affirming negative, an absence which includes something positive. It is a potency which is not just the mere cessation of the action, but has the capacity of producing an effect in the future. These states of cessation are capable of regenerating moment by moment until an effect is produced. No matter how much time passes, when it meets with the proper conditions, it fructifies or matures. If one has not engaged in a means to cause the potency to be reduced, such as confession and intention of restraint in committing these bad actions again, then these karmas will just remain. There are still four other kinds of karma: productive kamma, supportive kamma, obstructive kamma, and destructive kamma.

When a disciple came to the Buddha penitent over past misdeeds, the Buddha did not promise any forgiveness, for He knew that each must reap the results of the seeds that he had sown. Instead He explained: "If you know that what you have done is wrong and harmful, from now on do not do it again. If you know that what you have done is right and profitable, continue to do it. Destroy bad karma and cultivate good karma. You should realize that what you are in the

present is a shadow of what you were in the past, and what you will be in the future is a shadow of what you are now in the present. You should always apply your mind to the present so that you may advance on the way.” In the Anguttara Nikaya Sutra, the Buddha taught: “Oh Bhikkhus! Mental volition is what I call action or karma. Having volition one acts by body, speech and thought.” In the Dhammapada Sutta, the Buddha taught: “Of all dharmas, mind is the forerunner, mind is chief. We are what we think, we have become what we thought (what we are today came from our thoughts of yesterday). If we speak or act with a deluded mind or evil thoughts, suffering or pain follows us, as the wheel follows the hoof of the draught-ox (Dhammapada 1). Of all dharmas, mind is the forerunner, mind is chief. We are what we think, we have become what we thought. If we speak or act with a pure mind or thought, happiness and joy follows us, as our own shadow that never leaves (Dhammapada 2). The deed is not well done of which a man must repent, and the reward of which he receives, weeping, with tearful face; one reaps the fruit thereof (Dhammapada 67). The deed is well done when, after having done it, one repents not, and when, with joy and pleasure, one reaps the fruit thereof (Dhammapada 68). As long as the evil deed done does not bear fruit, the fool thinks it is as sweet as honey; but when it ripens, then he comes to grief (Dhammapada 69). Those Arhats whose mind is calm, whose speech and deed are calm. They have also obtained right knowing, they have thus become quiet men (Dhammapada 96). Let’s hasten up to do good. Let’s restrain our minds from evil thoughts, for the minds of those who are slow in doing good actions delight in evil (Dhammapada 116). If a person commits evil, let him not do it again and again; he should not rejoice therein, sorrow is the outcome of evil (Dhammapada 117). If a person does a meritorious deed, he should do it habitually, he should find pleasures therein, happiness is the outcome of merit (Dhammapada 118). Even an evil-doer sees good as long as evil deed has not yet ripened; but when his evil deed has ripened, then he sees the evil results (Dhammapada 119). Even a good person sees evil as long as his good deed has not yet ripened; but when his good deed has ripened, then he sees the good results (Dhammapada 120). Do not disregard (underestimate) small evil, saying, “it will not matter to me.” By the falling of drop by drop, a water-jar is filled; likewise, the fool

becomes full of evil, even if he gathers it little by little (Dhammapada 121). Do not disregard small good, saying, “it will not matter to me.” Even by the falling of drop by drop, a water-jar is filled; likewise, the wise man, gathers his merit little by little (Dhammapada 122). An evil deed is better not done, a misdeed will bring future suffering. A good deed is better done now, for after doing it one does not grieve (Dhammapada 314). All conditioned things are without a real self. One who perceives this with wisdom, ceases grief and achieves liberation. This is the path of purity.” (Dharmapada 279).”

Retributions: Retribution mean consequences or requitals of one’s previous life. The pain or pleasure resulting in this life from the practices or causes and retributions of a previous life. Therefore, ancient virtues said: “If we wish to know what our lives were like in the past, just look at the retributions we are experiencing currently in this life. If we wish to know what retributions will happen to us in the future, just look and examine the actions we have created or are creating in this life.” Buddhist practitioners should always remember that for all conditioned phenomena, the effect by causing a further effect becomes also a cause. If we understand clearly this theory, then in our daily activities, sincere Buddhists are able to avoid unwholesome deeds and practice wholesome deeds. According to the Earth-Store Bodhisattva Sutra, the Earth-Store Bodhisattva advises sentient beings based on their circumstances: “If Earth Store Bodhisattva meets those who take life, he speaks of a retribution of a short lifespan. If he meets robbers and petty thieves, he speaks of a retribution of poverty and acute suffering. If he meets those who commit sexual misconduct, he speaks of the retribution of being born as pigeons and as mandarin ducks and drakes. If he meets those of harsh speech, he speaks of the retribution of a quarreling family. If he meets slanderers, he speaks of the retribution of a tongueless and cankerous mouth. If he meets those with anger and hatred, he speaks of being ugly and crippled. If he meets those who are stingy, he speaks of frustrated desires. If he meets gluttons, he speaks of the retribution of hunger, thirst and sicknesses (illnesses) of the throat. If he meets those who enjoy hunting, he speaks of a frightening insanity and disastrous fate. If he meets those who rebel against their parents, he speaks of the retribution of being killed in natural disasters. If he meets those who

set fire to mountains or forests, he speaks of the retribution of seeking to commit suicide in the confusion of insanity. If he meets malicious parents or step-parents, he speaks of the retribution of being flogged in future lives. If he meets those who net and trap young animals, he speaks of the retribution of being separated from their own children. If he meets those who slander the Triple Jewel, he speaks of the retribution of being blind, deaf or mute. If he meets those who slight the Dharma and regard the teachings with arrogance, he speaks of the retribution of dwelling in the evil paths forever. If he meets those who destroy or misuse possessions of the permanently dwelling, he speaks of the retribution of revolving in the hells for millions of kalpas. If he meets those who defile the pure conduct of others and falsely accuse the Sangha, he speaks of the retribution of an eternity in the animal realm. If he meets those who scald, burn, behead, chop up or otherwise harm living beings, he speaks of the retribution of repayment in kind. If he meets those who violate precepts and the regulations of pure eating, he speaks of the retribution of being born as birds and beasts suffering from hunger and thirst. If he meets those who are arrogant and haughty, he speaks of the retribution of being servile and of low classes. If he meets those whose double-tongued behavior causes dissension and discord, he speaks of retribution of tonguelessness (being mute) and speech impediments. If he meets those of deviant view, he speaks of the retribution of rebirth in the frontier regions. In short, hinderers or obstacles of retribution are caused by the retributions, one of the types of obstacles for any Buddhist cultivators.

Tuyển Luận Thứ Mười Ba
The Thirteenth Selective Essay

Tái Sanh Theo Quan Điểm Phật Giáo

Nghĩa căn bản của “Tái Sanh” (Reincarnation) là “Chuyển Cư” (Transmigration). Thân này chết để tái sanh vào thân khác. Nơi chúng sanh đầu thai (tái sanh) tùy thuộc vào nghiệp tốt hay xấu của từng chúng sanh. Niềm tin chúng sanh, kể cả con người có một chuỗi dài nhiều đời sống, và chỉ dừng lại khi nào không còn sự chấp thủ vào bất cứ thứ gì trên đời này. Điều này chỉ xảy ra khi đã tìm thấy Phật tánh. Đây là niềm tin rất phổ biến trong các tín đồ Phật giáo. Sự tái sanh là sự tái kết hợp của thể xác và tinh thần. Sau khi thân vật chất chết đi, thì thần thức hay tâm sẽ tái phối hợp một hình thức vật thể mới để trở thành một sự hiện hữu khác. Sự tái sanh là do hậu quả của nghiệp. Theo niềm tin Phật giáo, không có sự đầu thai của một linh hồn hay một chất nào từ một thân xác này đến một thân xác khác. Cái thực sự xảy ra tiến trình tư tưởng chủ động của người sắp chết (Javana) phóng ra một số lực thay đổi tùy theo sự thanh tịnh của năm chấp tư tưởng trong loạt này. Những lực này gọi là “năng lượng nghiệp” (Karma vega) tự nó lôi cuốn vào lớp vật chất tạo ra bởi cha mẹ trong dạ con người mẹ. Uẩn vật chất trong hợp chất phôi thai phải có những đặc tính khả dĩ có thể tiếp nhận loại năng lượng nghiệp đặc biệt này. Sự lôi cuốn theo cách thức này của những loại uẩn vật chất khác nhau tạo ra bởi cha mẹ xuất hiện do hoạt động của cái chết và đem lại sự tái sinh thuận lợi cho người sắp chết. Một tư tưởng bất thiện sẽ đưa đến một sự tái sanh không thuận lợi. Khi đầu thai, mỗi mỗi chúng sanh đều có hình dáng xấu đẹp, sang hèn khác nhau, đó đều là do các nghiệp nhân đã tạo ra khi còn mang thân tiền hữu cảm thành.

Nhiều tôn giáo khác nhau trên thế giới có những định nghĩa khác nhau về tái sanh. Theo Phật giáo, thức tái sanh không phải là một tự ngã hay linh hồn⁽¹⁾, hoặc một thực thể cảm thọ quả báo tốt xấu của nghiệp thiện ác, mà là thức tái sanh được quyết định bởi các duyên. Ngoài duyên không có thức sanh khởi. Chúng ta đặt tên cho dòng tâm thức này bằng những từ như: sanh, tử, tiến trình tâm, vân vân. Kỳ thật chỉ có những sát na tâm, sát na tâm cuối cùng chúng ta gọi là “tử”, sát

na tâm đầu tiên chúng ta gọi là “sinh”. Như vậy, những lần sinh tử xảy ra trong dòng tâm thức này, cũng chỉ là một chuỗi của những sát na tâm tương tục mãi mãi mà thôi. Bao lâu con người còn chấp chặt vào sự hiện hữu do vô minh, ái, và thủ của họ, chừng đó cái chết đối với người ấy vẫn không phải là sự chấm dứt cuối cùng. Họ sẽ tiếp tục lăn trôi trong “Bánh xe sinh tồn” hay “vòng luân hồi” của họ. Đây là trò chơi bất tận của “nhân và quả” được nghiệp duy trì sự chuyển động không ngừng, bị che lấp bởi vô minh và thúc đẩy bởi ái dục. Vì nghiệp do chúng ta tạo tác, nên chúng ta có đủ sức mạnh để bẻ gãy chuỗi nhân quả bất tận này. Chính do đoạn trừ vô minh và cắt đứt động lực thúc đẩy của nó là tham ái, khát khao sự hiện hữu, ước muốn sống này, mà vòng luân hồi dừng lại. Theo Kinh Trung Bộ, Đức Phật giải thích: “Làm thế nào sự tái sinh trong tương lai không xảy ra? Do sự diệt của vô minh, mà tham ái được đoạn diệt, như vậy sự tái sinh trong tương lai không xảy ra. Theo Kinh Pháp Cú (153-154), sau khi đạt đến giác ngộ, Đức Phật đã nói lên những lời hân hoan này:

“Lang thang bao kiếp sống
 Ta tìm nhưng không gặp
 Người xây dựng nhà này
 Khổ thay phải tái sinh
 Ôi! Người làm nhà kia,
 Nay ta đã thấy người,
 Người không làm nhà nữa,
 Đòn tay người bị gãy
 Kèo cột người bị tan
 Tâm ta đạt tịch diệt
 Tham ái thấy tiêu vong.”

Theo Phật giáo, hữu luân có nghĩa bánh xe của sự hiện hữu. Bánh xe luân hồi sinh tử hay quả báo sinh tử xoay chuyển không ngừng. “Bhava-cakra”, or “Bhava-cakka”, từ ngữ Bắc Phạn hay Nam Phạn, có nghĩa là “Bánh Xe của sự Hiện Hữu.” Bức tranh tiêu biểu cho vòng sinh, tử và tái sinh với sáu nẻo mà chúng sinh có thể sinh vào: thiên, nhơn, a tu la, súc sanh, ngạ quỷ và địa ngục. Trong kinh điển Tây Tạng về chủ đề này, Diêm vương, thần chết, thường được trình bày với răng nanh quặp trên bánh xe chia làm sáu phần. Diêm vương tiêu biểu cho thực chất hiện hữu của cái chết, là cứu cánh không tránh khỏi của mọi chúng sinh trong vòng luân hồi. Ngay giữa bánh xe,

người ta thường tìm thấy những con thú đại biểu cho những dẫn lực khiến chúng sanh phải lăn trôi mãi trong luân hồi: 1) heo, tiêu biểu cho sự ngu si; 2) gà, tiêu biểu cho lòng tham; 3) rắn, tiêu biểu lòng thù hận. Bên ngoài của bánh xe thường có 12 mắc xích của vòng thập nhị nhân duyên. Hữu (có đời sống). Sự có mặt, sự sinh tồn của các hiện tượng về cả vật chất lẫn tinh thần. Đôi khi được dịch như là “Pháp.” Lúc khác thì người ta dịch là “Tướng.” Tất cả những tồn tại trong tam giới (dục giới, sắc giới và vô sắc giới). Mắc xích thứ mười trong thập nhị nhân duyên. Theo Đại thừa, hữu đối không. Hữu là bất cứ thứ gì trong cõi hữu hình hay vô hình. Ở đây có nghĩa là sự sống chết nối tiếp, hay sự bắt đầu và chấm dứt. Theo Thanh Tịnh Đạo, có hai loại Hữu: nghiệp hữu và sinh hữu. Lại có ba loại hữu khác. Đó là tướng trì hữu, giả danh hữu (mọi vật hiện hữu nhờ sự phối hợp của các vật khác và chỉ là gọi tên theo lối kinh nghiệm như bốn thứ sắc, thanh, hương, vị, xúc, nhân duyên hòa hợp với nhau để thành một cái gì đó trong một thời gian hữu hạn rồi tan hoại, chẳng hạn như sữa bò, kỳ thật là do bốn thứ ấy duyên hợp mà thành, chứ không bao giờ có cái tự thể của sữa), và pháp hữu (tà kiến Tiểu Thừa cho rằng vạn hữu, hay những yếu tố tạo thành vạn hữu là có thật).

Theo Tướng Ứng Bộ Kinh, Phẩm Tâm Cầu, có ba loại hữu. Đó là dục hữu (hiện hữu dục giới), sắc hữu (hiện hữu sắc giới), và cô sắc hữu (hiện hữu hay quả báo thực tại của vô sắc giới). Bên cạnh đó, còn có ba loại hữu khác. Đó là bốn hữu (hiện hữu, tức thân tâm đời này), trung hữu (thân tâm sau khi chết), và đương hữu (thân tâm đời sau). Theo Duy Thức Tông, vạn hữu sinh khởi do tâm, và chỉ có tâm mà thôi. Nhứt là trong học thức “Duy Thức,” cái mà chúng ta gọi là hiện hữu nó tiến hành từ thức mà ra. Theo Duy Thức Tông, mọi vật hiện hữu được xếp tùy theo bản tánh của nó vào ba loại. *Thứ nhất là “Vọng Hữu Tánh”,* còn được gọi là “Biến Kế Sở Chấp Tánh.” Những hiện hữu không thật vốn đồng thời không có một bản thể, như ma quỷ chỉ hiện hữu trong sự tưởng tượng của con người chứ không có trong thực tại. *Thứ nhì là “Giả Hữu Tánh”,* còn được gọi là “Y Tha Khởi Tánh.” Những hữu thể giả tạm hay nhất thời không có tánh thường tại, như căn nhà được dựng bằng gỗ, gạch, ngói, vân vân. Nó chỉ hiện hữu bằng một tràng tổng hợp những nhân duyên và không tự hữu. Nó không có thực tại thường tồn. *Thứ ba là “Chân Hữu Tánh”,* còn được gọi là “Viên Thành Thật Tánh.” Những hữu thể chân thật, nghĩa là phi hữu

trong ý nghĩa cao nhất của danh từ này, xa lìa tất cả tướng không thật và giả tạm hay vô tướng. Sự thực, cái này không phải là phi hữu mà là hiện hữu siêu việt. Tánh này còn được gọi là “Bản Thể của tất cả” và chỉ có những người có trí tuệ siêu việt mới thấu hiểu nó được. Tánh này tiêu biểu những gì còn sót lại sau khi hai tánh trước đã bị loại bỏ. Chính tiến trình tái sanh là hữu thì gọi là sanh hữu. Tái sanh là hữu vì nó hiện hữu. Sanh hữu nói vấn tất là các uẩn do nghiệp sanh. Sanh hữu gồm chín loại: *Thứ nhất* là dục hữu, tức loại hữu có dục vọng; *thứ nhì* là sắc hữu, tức loại hữu có sắc; *thứ ba* là vô sắc hữu, tức loại hữu vô sắc; *thứ tư* là tướng hữu, tức là loại hữu có tướng; *thứ năm* là vô tướng hữu, tức là loại hữu không có tướng; *thứ sáu* là phi tướng phi phi tướng hữu, tức là loại hữu không có tướng mà cũng không có không tướng; *thứ bảy* là hữu nhất uẩn, tức là loại hữu có một uẩn; *thứ tám* là hữu tứ uẩn, tức là loại hữu có bốn uẩn; *thứ chín* là hữu ngũ uẩn, tức là loại hữu có năm uẩn.

Trong vòng luân hồi sanh tử, giáo lý nhà Phật nhấn mạnh đến hai loại thân: thân tiền hữu và thân trung hữu. *Thân Tiền Hữu*: Tiền có nghĩa là trước, khởi thủy hay đầu tiên. Hữu có nghĩa là đang có, đang mang, hay đang nhận lấy. Thân Tiền Hữu là cái thân xác tứ đại hiện tại, thể chất hay phi thể chất, do các nghiệp duyên tiền kiếp tạo thành mà chúng sanh chúng ta đang mang lấy hiện giờ. Thân tiền hữu này sẽ phải lần lượt trải qua bốn giai đoạn, sanh, lão, bệnh, và tử. Thân tiền hữu chỉ sống còn được trong một thời gian nào đó, chớ không được bền vững hay trường cửu. Bởi lẽ hễ có sanh tất có diệt. Không có bất cứ một loại chúng sanh nào trong tứ sanh có thể vượt qua định luật vô thường bất di bất dịch này, kể cả các bậc Thiên Tiên. *Thân Trung Hữu*: Thân trung hữu là giai đoạn giữa lúc chết và lúc đi đầu thai. Đây là tiến trình chết và tái sanh trong vòng 49 ngày. Hễ có thân tiền hữu, thì đương nhiên là phải có thân trung hữu và thân hậu hữu. Trung có nghĩa là ở khoảng giữa, ở giữa của hai khoảng đời này và đời sau. Hữu là hiện có, hay đang mang lấy. Vì cái quả báo do nghiệp tội của thân tiền hữu đã gây tạo là có chứ không phải là Không. Chính thế nên mới được gọi là Hữu. Thân Trung Hữu là thân kế sau của thân tiền hữu. Nói cách khác, tất cả các loại chúng sanh hữu tình sau khi mạng chung tức là đã bỏ thân tiền hữu rồi. Khi đó thân xác hoàn toàn bị hư hoại, ngũ ấm chia lìa, tứ đại phân ly, thần thức liền thoát ngay ra khỏi xác thân tiền hữu, trước khi chưa thọ lấy thân hậu hữu tức là thân của đời

sau, thì thần thức này ở vào trong giai đoạn thọ cảm lấy một cảnh giới khác. Trong lúc này, thần thức ở vào trong một giai đoạn chuyển tiếp ngắn và mang lấy một thân thể khác gọi là thân trung hữu. Theo Thượng Tọa Thích Hải Quang trong Thư Gửi Người Học Phật, thân trung hữu do năm ấm vi tế kết thành, cho nên nó còn có tên là Thân Trung Ấm. Thân trung ấm này có nhiều hình sắc khác nhau, nhưng đại khái có hai loại chánh: loại hình sắc xinh đẹp, và loại hình sắc xấu xí. Trước khi thân trung ấm thọ cảm lấy thân hậu ấm sẽ phải trải qua một thời gian dài 49 ngày để minh định nghiệp báo, tức là cảm thọ lấy các nghiệp nhân, hoặc thiện hoặc ác, mà kẻ ấy đã gây tạo trong lúc còn mang thân tiền hữu. Kinh Địa Tạng có dạy rằng: “Quý vô thường không hẹn mà đến, thần hồn vợ vấn mịt mù chưa rõ là tội hay là phước, trong 49 ngày như ngậy như điếc, hoặc ở tại các ty sở để biện luận về nghiệp quả, khi thẩm định xong, thời cứ y theo nghiệp mà thọ lấy quả báo.” Thân trung hữu hay thân trung ấm không liền được đi đầu thai chuyển kiếp sau khi thoát ra khỏi xác thân tiền hữu, mà bắt buộc phải trải qua 49 ngày để thẩm định nghiệp quả. Nói cách khác, ngay sau khi thần thức thoát ra khỏi xác thân tiền hữu và trở thành thân trung hữu, liền bị nghiệp nhân dẫn dắt tùy theo nghiệp báo mà đi đầu thai chuyển kiếp, tức là thọ lấy thân hậu hữu tương xứng với tội phước mà thân tiền hữu đã gây ra, để tiếp tục trôi lăn trong sáu nẻo luân hồi. Chính vì thế mà Kinh Địa Tạng dạy: “Như sau khi người đã chết, lại có thể trong vòng 49 ngày thân quyến vì người ấy mà tu tạo nhiều phước lành, thời có thể làm cho người chết đó ra khỏi hẳn chốn ác đạo, được sanh lên cõi trời hoặc trong cõi người, hưởng lấy sự vui sướng mà thân quyến hiện tại cũng được rất nhiều lợi lạc.” Như vậy, nếu thân nhân người quá cố biết rằng lúc đương đời người này đã gây tạo nhiều ác nghiệp, tất phải thọ báo nơi địa ngục. Vì thương xót người quá vãng nên đứng ra làm các công đức, phước lành như bố thí, phóng sanh, và trì tụng kinh chú, rồi đem những công đức ấy mà hồi hướng cho hương linh người quá cố trong khi người ấy vẫn còn mang thân trung ấm chờ chưa đi đầu thai chuyển kiếp. Làm được như vậy, hương linh người quá cố sẽ được tội tiêu, chướng diệt, lìa hẳn chốn ác đạo mà sanh về cõi trời người, thọ lấy những điều an vui sung sướng. Thường thì thân trung hữu phải trải qua một thời gian chuyển tiếp là bốn mươi chín ngày, sau đó mới cảm thọ lấy thân hậu hữu. Tuy nhiên, cũng có những trường hợp đặc biệt mà thân trung hữu không cần phải trải qua

giai đoạn chuyển tiếp thông thường này. Những chúng sanh này sau khi đã bỏ thân tiền hữu rồi thì thần thức hoặc liền được siêu thoát về các cõi trời tương xứng như trời dục giới, sắc giới và vô sắc giới; hoặc bị đọa thẳng xuống địa ngục, chớ không phải trải qua giai đoạn 49 ngày thông thường của thân trung ấm. Chúng sanh khi còn mang thân tiền hữu đã gây tạo những nghiệp nhân cực thiện, tức gieo nhân thập thiện bậc thượng thuộc các cõi trời dục giới, sắc giới và vô sắc giới. Chúng sanh khi còn mang thân tiền hữu đã gây tạo những nghiệp nhân cực ác, như phạm tội tử trọng hay ngũ nghịch, thập ác, thuộc đại địa ngục A Tỳ. Ngoài ra, còn có một loại chúng sanh ngoại hạng, không cần phải trải qua giai đoạn thân trung ấm và cũng không bị lệ thuộc vào trong ba cõi sáu đường, đó là những chúng sanh khi còn mang thân tiền hữu đã y theo pháp Phật tu hành, như niệm Phật và phát lòng Tín Nguyện cầu sanh Cực Lạc. Các chúng sanh ấy sau khi bỏ thân tiền hữu rồi thì thần thức liền siêu thoát ngang qua ba cõi, nương theo nguyện lực nhiếp thọ của chư Phật, Bồ Tát, trong khoảng sát na, lập tức được hóa sanh ngay về cõi nước Cực Lạc của Đức Phật A Di Đà, ngự trên tòa sen báu, vĩnh viễn thoát khỏi các cảnh luân hồi sanh tử. Thân trung ấm chỉ lưu trụ được bảy ngày. Như không tìm được chỗ thọ sanh trong thời hạn ấy thì phải chết đi sống lại, nhưng đại khái không quá bảy lần tức 49 ngày thì phải thọ sanh lấy thân hậu hữu. Thân trung hữu khi chết đi, hoặc sanh trở lại y như thân trước, hoặc do nơi nghiệp nhân chiêu cảm có thể biến đổi thành ra thân trung hữu của loài khác trước khi thọ thân hậu hữu. Khi thân trung hữu sắp diệt để thọ lấy thân hậu hữu, bấy giờ tùy theo các hành nghiệp đã gây tạo mà cảm thấy có nhiều tướng trạng khác nhau. Những kẻ gây nghiệp sát, như lúc sanh tiền chuyên nghề giết heo, dê, vân vân thì lúc đó tự nhiên thấy toàn là những loài vật ấy. Hoặc mắt thấy có những kẻ hàng thịt tay còn cầm dao, búa làm thịt, hoặc tai nghe tiếng thú vật kêu la. Bởi do túc nghiệp chiêu cảm nên thân trung ấm tự nhiên sanh tâm yêu thích, muốn đến nơi ngắm nhìn. Khi đến nơi rồi liền bị các cảnh sắc đó làm cho trở ngại không thể nào thoát ly được. Trong chớp mắt, thân trung hữu liền bị diệt mà thọ lấy thân hậu hữu. Theo Phật giáo Tây Tạng, sau khi chết chúng sanh đi vào cái gọi là “Thân Trung Ấm”, nơi đó họ được một cái thân vi tế chịu đựng cho đến khi nào họ kinh qua những âm thanh hay cảnh giới cực mạnh... là sản phẩm của tâm họ. Đây là giai đoạn được xem như cực kỳ nguy hiểm vì chúng sanh có thể phản ứng với những

sự kinh qua này theo chiều hướng khiến họ sanh vào hạ tam đồ. Mà đây cũng là cơ hội lớn cho họ được sanh vào thượng tam đồ, hay ngay cả việc đi đến Phật quả. Có sáu trạng thái “Thân Trung Ấm”: 1) trạng thái thức tỉnh bình thường giữa sanh và tử; 2) trạng thái mơ màng giữa ngủ và thức; 3) trạng thái ngừng đọng trong đó các giác quan rút khỏi ngoại cảnh được quan sát bên ngoài; 4) trạng thái giữa tử và sanh; 5) trạng thái tâm thức ngập tràn bởi sự chết và tâm thức trở về trạng thái nguyên sơ của nó; 6) trạng thái tái sanh vào một đời sống mới. Trong Kinh Đại Bảo Tích, Đức Phật dạy: “Những chúng sanh nào tạo nên ác nghiệp, lúc sắp lâm chung sắp bị đọa vào ác đạo, tự nhiên có lòng buồn thảm, kinh sợ. Tùy theo nghiệp của mình chiêu cảm mà tự thấy tướng trạng của các đường ác hiện ra.” Thân trung ấm sắp sửa chuyển sanh về cõi A Tu La, thì sẽ thấy những vườn cây khả ái, xinh đẹp, trong đó có những vòng lửa lẫn lộn chuyển xoay. Nếu thấy cảnh tượng đó mà đem lòng vui vẻ đi đến xem, tức là bị sanh về nẻo này. Thân trung ấm nào sắp sửa chuyển thân vào nẻo A Tu La, do sức nghiệp chiêu cảm tự nhiên trước mặt thấy một vùng ánh sáng lờ mờ, liền khởi lòng ưa thích, đi vào trong đó, liền bị thọ sanh. Thân trung ấm sắp sanh vào loài chó heo thường thấy nhiều cô gái đẹp, liền sanh tâm ưa thích chạy theo. Do nhân duyên đó mà bị thác sanh vào cõi ấy. Thân trung ấm sắp đọa vào các loài bàng sanh tự nhiên cảm thấy có luồng gió mãnh liệt cuốn xoay không sao cưỡng lại được. Hoặc thấy vô số quỷ thần đến gần, hoặc thấy sấm chớp phủ lên đầu ghê rợn, hoặc thấy sương giăng mù mịt, núi lở, nước cuốn âm âm, thần thức sợ hãi, chạy trốn vào trong rừng bụi, hang đá để ẩn thân, hoặc thấy những hố lớn màu trắng, đỏ, đen, liền nhào xuống ẩn núp. Ngay khi đó là thần thức đã bị lọt vào trong bào thai, vừa mở mắt đã thấy mình thọ thân dị loại như chồn, beo, rắn, vằn vằn. Thân trung ấm sắp sửa đọa vào đường ngạ quỷ, thành linh thấy trước mặt hiện ra một bãi sa mạc rộng lớn thênh thang, không cây cối, hoặc chỉ thấy toàn là những hang hố, cây cỏ khô héo. Lúc ấy tự thấy mình bị gió nghiệp thổi đến nơi đó, trong khi thẳng thốt, liền bị thác sanh về đường ngạ quỷ, chịu nhiều nóng bức, đói khát vô cùng. Thân trung ấm nào thấy ánh sáng màu đỏ nhạt, khởi niệm ưa thích muốn vào dạo chơi trong đó. Ngay khi đi vào liền thọ thân loài ngạ quỷ. Thân trung ấm sắp sanh về đường địa ngục, bên tai bỗng nhiên nghe có tiếng những bài ca hát hết sức buồn rầu, bi thảm, đó là những tiếng kêu la rên siết của tội nhân dưới địa ngục; kể

đến lại thấy cảnh giới mù mịt, tối tăm hiện ra trước mặt, nhà cửa sặc đen hoặc trắng đượm đầy màu tang chế, âm u, hoặc thấy hang hố sâu thẳm, đường xá lờ mờ. Lúc ấy thấy chính mình bị các loài quỷ dữ tay cầm binh khí xua đuổi đi vào trong đó, khi vào rồi thì thân không được tự do, liền bị thác sanh vào trong địa ngục, tùy theo nghiệp báo, chịu vô lượng thống khổ. Thân trung ấm nào thấy ánh sáng mờ đục như khói đen, khởi niệm ưa thích muốn vào dạo chơi trong đó. Ngay khi bước vào liền bị thọ thân địa ngục, chịu vô lượng nỗi thống khổ. Thân trung ấm sắp sửa bị đọa vào địa ngục hàn băng, do nơi sức nghiệp chiêu cảm, thân thể bỗng nhiên sanh ra nóng bức không kham, gặp hơi lạnh ở nơi hàn ngục xông lên, tự cảm thấy mát mẻ dễ chịu, liền khởi lòng ưa thích vội bay tìm đến nơi đó để cho được mát mẻ, liền bị thác sanh vào đó. Thân trung ấm sắp sửa bị đọa vào viêm nhiệt địa ngục, do sức nghiệp chiêu cảm, bỗng nhiên thân thể cảm thấy lạnh lẽo vô cùng, khó thể kham nổi. Gặp hơi nóng ở hỏa ngục xông lên, tự nhiên cảm thấy ấm áp dễ chịu, liền khởi lòng ưa thích, vội vã tìm bay xuống nơi đó để sưởi ấm, ngay khi ấy là lúc thọ sanh. Thân trung ấm sắp sửa bị đọa vào địa ngục xú uế (hôi thúi), do nơi sức nghiệp chiêu cảm, bỗng cảm nhận được một mùi thơm ngào ngạt đến mức không kham. Bấy giờ trong tâm liền khởi niệm muốn tìm một mùi hôi thúi nào đó để lấn át mùi thơm kia. Gặp hơi thúi từ ngục phần uế xông lên, liền sanh tâm niệm ưa thích, liền bay đến nơi. Do nhân duyên đó, liền bị thác sanh trong ngục phần uế.

Phật giáo dạy rằng con người không nhất định chỉ tái sanh trở lại vào thế giới của chúng ta. Do kết quả của những hành động thiện lành, một người có thể được hưởng những phước đức về đất nước, thân thể, hoàn cảnh chung quanh và sự giáo dục trong đời sau tốt đẹp hơn. Nói cách khác, thế giới mà một người sẽ luân hồi ở kiếp sau được quyết định bởi sự ưu thế của những hành động thiện ác của cá nhân đó hay là sự dẫn dắt của nghiệp lực. Theo Kinh A Hàm thì Phật dạy rằng phàm một người khi đã chết thì thân thể trở nên lạnh giá vì hỏa đại đã tắt mất. Tuy nhiên, sau khi tắt thở rồi, nhưng trong thân thể cũng vẫn còn một chỗ nóng tối hậu trước khi hoàn toàn trở nên lạnh giá. Nơi nào Thần Thức thoát ra sau cùng thì nơi đó là nơi còn ấm sau cùng trong thân thể, và có sáu nơi tiêu biểu cho sáu đường tái sanh, hoặc nóng nơi đỉnh đầu, nóng ở mắt, nóng nơi ngực, nóng nơi bụng, nóng nơi đầu gối, hoặc nóng nơi hai lòng bàn chân. Thỉnh thoảng điểm nóng này vẫn còn

nóng đến bốn năm tiếng đồng hồ sau khi chết. Có sáu điểm nóng tối hậu tiêu biểu cho sự tái sinh nơi lục đạo. Trong Kinh A Hàm, Đức Phật dạy, có sáu điểm nóng tối hậu tiêu biểu cho sự tái sinh nơi lục đạo. *Thứ nhất là “Đảnh Thánh”*: Khi một người đã chết được vài giờ, khắp thân thể chỗ nào cũng giá lạnh như băng, nhưng vẫn còn điểm nóng trên đỉnh đầu, nghĩa là thần thức của người này do nơi đỉnh đầu mà xuất ra khỏi thân xác, tức là người ấy tái sinh vào cõi Thánh. Nói cách khác, khi thần thức của người chết xuất ra từ nơi đỉnh đầu, chúng ta biết chắc là thần thức của người ấy được siêu thoát về nơi Thánh cảnh. *Thứ nhì là “Mắt sanh Thiên”*: Khi điểm nóng sau cùng trên thân thể là hai mắt và trán thì thần thức của người ấy đã sanh về cõi trời. *Thứ ba là “Tim Người”*: Khi điểm nóng sau cùng nơi tim, là thần thức của người ấy đã sanh lại cõi người. *Thứ tư là “Bụng Ngạ quỷ”*: Khi điểm nóng sau cùng trong thân thể là bụng, thì thần thức của người ấy đã sanh làm ngạ quỷ. *Thứ năm là “Đầu gối Bàn sanh”*: Khi điểm nóng sau cùng trong thân thể là đầu gối, thì thần thức của người ấy đã tái sinh vào loại bàng sanh (thú). *Thứ sáu là “Lòng bàn chân Địa ngục”*: Khi điểm nóng sau cùng trong thân là lòng bàn chân, thì thần thức của người ấy đã bị đọa vào địa ngục. Theo Ấn Quang Đại Sư, sau khi tắt thở rồi thì thần thức lìa ra khỏi xác thân. Ngài đã nói rõ những lời Phật dạy là nơi nào còn nóng sau rốt là thần thức xuất ra ở đó, và do đó người ta biết được người ấy sẽ tái sinh vào cõi nào. *Thứ nhất là “Đảnh Thánh”*: Khi một người đã chết được vài giờ, khắp thân thể chỗ nào cũng giá lạnh như băng, nhưng vẫn còn điểm nóng trên đỉnh đầu, nghĩa là thần thức của người này do nơi đỉnh đầu mà xuất ra khỏi thân xác, tức là người ấy tái sinh vào cõi Thánh. Nói cách khác, khi thần thức của người chết xuất ra từ nơi đỉnh đầu, chúng ta biết chắc là thần thức của người ấy được siêu thoát về nơi Thánh cảnh, ví dụ như cõi Tây Phương Tịnh Độ của Đức Phật A Di Đà. *Thứ hai là “Mắt sanh Thiên”*: Khi điểm nóng sau cùng trên thân thể là hai mắt và trán thì thần thức của người ấy đã sanh về cõi trời. Khi các phần thân thể đều lạnh hết nhưng nơi mắt và trán vẫn còn nóng thì ta biết chắc chắn rằng thần thức của người chết ấy xuất ra từ nơi mắt và như thế, người này được siêu thoát về cõi trời. Người nào khi sắp lâm chung sẽ sanh lên cõi Trời thì có những dấu hiệu sau đây: sanh lòng thương xót người khác; phát khởi tâm lành; lòng thường vui vẻ; chánh niệm hiện ra; đối với tiền của, vợ con, không còn tham luyến; đôi mắt có vẻ sáng sạch;

ngước mắt nhìn lên không trung mỉm cười, hoặc tai nghe tiếng thiên nhạc, mắt trong thấy tiên đồng; thân không hôi hám; sống mũi ngay thẳng, không xiên xẹo; lòng không giận dữ. *Thứ ba là “Tim Người”*: Khi điểm nóng sau cùng nơi tim, là thần thức của người ấy đã sanh lại cõi người. Khi các phần thân thể đều lạnh hết, nhưng nơi tim và ngực là chỗ nóng tối hậu thì thần thức của người chết đó sẽ được sanh trở lại cõi người. Người nào khi lâm chung sẽ đáo sanh trở lại cõi người thì có những dấu hiệu sau đây: thân không bệnh nặng; khởi niệm lành, sanh lòng hòa điệu, tâm vui vẻ, vô tư, ưa việc phước đức; ít sự nói phô trương, nghĩ đến cha mẹ, vợ con; đối với các việc lành hay dữ, tâm phân biệt rõ ràng không lầm lẫn; sanh lòng tịnh tín, thỉnh Tam Bảo đến đối diện quy-y; con trai, con gái đều đem lòng thương mến và gần gũi xem như việc thường; tai muốn nghe tên họ của anh chị em và bạn bè; tâm chánh trực không dua nịnh; rõ biết bạn bè giúp đỡ mình, khi thấy bà con đến săn sóc thời sanh lòng vui mừng; dặn dò, phó thác lại các công việc cho thân quyến rồi từ biệt mà đi. *Thứ tư là “Bụng Ngạ quỷ”*: Khi điểm nóng sau cùng trong thân thể là bụng, thì thần thức của người ấy đã sanh làm ngạ quỷ. *Thứ năm là “Đầu gối Bàn sanh”*: Khi điểm nóng sau cùng trong thân thể là đầu gối, thì thần thức của người ấy đã tái sanh vào loại bàn sanh (thú). *Thứ sáu là “Lòng bàn chân Địa ngục”*: Khi điểm nóng sau cùng trong thân là lòng bàn chân, thì thần thức của người ấy đã bị đọa vào địa ngục.

Theo Quan Điểm Phật Giáo, có những mắc xích trong tiến trình tái sanh. Đức Phật dạy: “Chẳng phải bay lên không trung, chẳng phải lặn xuống đáy bể, chẳng phải chui vào hang sâu núi thẳm, dù tìm khắp thế gian này, chẳng rõ nơi nào trốn khỏi tử thần.” Sự tái sanh là do hậu quả của nghiệp. Học thuyết tái sanh được mọi trường phái Phật giáo tán đồng (ủng hộ). Theo học thuyết này, tất cả chúng sanh đều mắc kẹt trong vòng luân hồi sanh, tử, tái sanh, và hiện trạng của họ là do những hành động trong quá khứ hay nghiệp mà có. Theo niềm tin Phật giáo, không có sự đầu thai của một linh hồn hay một chất nào từ một thân xác này đến một thân xác khác. Theo Đức Phật thì tái sanh xảy ra lập tức sau khi chết, thức có tính chất sinh diệt không ngừng. Không có khoảng cách giữa cái chết và sự tái sanh kế tiếp. Vào lúc chúng ta chết thì lúc sau tái sanh xuất hiện, cả trên bình diện con người cũng như chư thiên, địa ngục, ngạ quỷ, thú vật, và a tu la. Cái thực sự xảy ra tiến trình tư tưởng chủ động của người sắp chết (Javana) phóng ra một số

lực thay đổi tùy theo sự thanh tịnh của năm chập tư tưởng trong loạt này. Những lực này gọi là “năng lượng nghiệp” (Karmavega) tự nó lôi cuốn vào lớp vật chất tạo ra bởi cha mẹ trong dạ con người mẹ. Uẩn vật chất trong hợp chất phôi thai phải có những đặc tính khả dĩ có thể tiếp nhận loại năng lượng nghiệp đặc biệt này. Sự lôi cuốn theo cách thức này của những loại uẩn vật chất khác nhau tạo ra bởi cha mẹ xuất hiện do hoạt động của cái chết và đem lại sự tái sinh thuận lợi cho người sắp chết. Một tư tưởng bất thiện sẽ đưa đến một sự tái sinh không thuận lợi. Khi đầu thai, mỗi mỗi chúng sanh đều có hình dáng xấu đẹp, sang hèn khác nhau, đó đều là do các nghiệp nhân đã tạo ra khi còn mang thân tiền hữu cảm thành. Vì vòng sanh tử này không tránh được quan hệ với khổ đau và chết chóc, Phật giáo cho rằng thoát khỏi luân hồi là mục tiêu mà ai cũng mong muốn. Điều này được thực hiện qua việc tu tập, quan trọng nhất là thiền định về thực chất của vạn hữu. Học thuyết tái sinh trở nên trở ngại cho Phật tử hiện thời, nhất là những người cải đạo từ những quốc gia Tây phương, nơi mà nền văn hóa không chấp nhận ý niệm tái sinh. Tuy nhiên, học thuyết này lại vô cùng quan trọng trong quan điểm Phật giáo, vì tất cả những thái độ thành khẩn tu tập đều phát xuất từ việc thông hiểu học thuyết tái sinh. Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có bốn loại tái sinh có thể có đối với những sanh linh trong sáu đường (tất cả chúng sanh đều được sanh ra dưới bốn hình thức để đi vào trong lục đạo luân hồi). *Thứ nhất là “Thai Sanh”*: Đây là một trong tứ sanh, thai sanh là một hình thức sanh ra từ trong thai mẹ. Trước khi có sự phân chia trai gái, chúng sanh đều ở trong tình trạng hóa sanh (về sau này do có tình dâm dục mà chia thành trai gái và bắt đầu có thai sanh). Trong đạo Phật, từ ngữ này cũng dành cho những người vãng sanh Cực Lạc trong những búp sen vì không có lòng tin nơi Phật A Di Đà, mà chỉ tin vào tự lực niệm Phật. Họ phải ở tại đây trong một thời gian dài mà không thấy Phật, Bồ Tát, hay Thánh chúng; cũng không nghe được giáo thuyết của Phật (không thấy Tam Bảo). Tình trạng này còn được gọi là “thai cung” vì chúng sanh ở trong bụng mẹ không thấy được ánh nhật nguyệt. *Thứ nhì là “Noãn sanh”*: Tức là loài sanh từ trứng, như loài chim; loài này ở trong trứng tạo thành hình thể, đúng ngày thì trứng vỡ ra, như loài gà vịt, chim, ngỗng, vân vân. *Thứ ba là loài “Thấp sanh” hay hàn nhiệt hòa hợp sinh*: Loài sanh từ nơi ẩm thấp, như côn trùng dựa vào chỗ ẩm thấp mà sanh ra; loài này do sức nóng lạnh hòa hiệp mà sanh ra, ở chỗ

ẩm thấp, nương theo chất ướt mà thọ hình sanh thể như các loài côn trùng, bướm, sâu bọ, cá, tôm, vân vân. *Thứ tư là loài “Hóa sanh”*: Không nương tựa vào đâu, không nương theo chủng tộc, cũng chẳng nhờ nhân duyên của cha mẹ, mà chỉ dựa vào nghiệp lực mà khởi sanh như loài vôi hóa thành ruồi, bướm bởi sâu mà hóa sanh ra, hay chúng sanh trong chư thiên, địa ngục và sơ kiếp chúng sanh. Người ta nói những chúng sanh này, ngay khi chấm dứt đời trước thì lập tức hóa thân tùy theo nghiệp lực, chứ không nhờ sự trợ giúp của cha mẹ hay bất cứ tác nhân nào khác. Một trong bốn hình thức sanh. Hóa sinh trực tiếp hay không dựa vào đâu bỗng nhiên mà sinh ra, không có cha mẹ. Bằng cách hóa sanh này, chư Bồ Tát từ cung trời Đâu Suất có thể xuất hiện trên trần thế bất cứ lúc nào tùy ý để cứu độ chúng sanh (chư Phật và chư Bồ Tát đều bắt nguồn từ sự hóa sanh kỳ diệu như vậy). Những hình thức hóa sanh như mối, A Tu La, Ngạ quỷ, chúng sanh địa ngục, cả chúng sanh trên Tịnh Độ, hay là thế giới mới khởi đầu (con người kiếp sơ). Đây là một trong bốn hình thức sanh sản của chúng sanh, không có cha mẹ, mà lớn lên tức thì. Theo các truyền thống Mật giáo, nhờ vào quán trí thâm sâu về cách thức mà các pháp hiện hữu, Đức Phật biết rằng các trạng thái nhiễu loạn và nghiệp lực khiến cho chúng sanh phải bị tái sanh. Vào lúc sắp chết, phàm phu thường thêm khát và níu kéo thân xác. Đến khi cái chết gần kề và hiển nhiên thì chúng ta bèn lập tức nắm chắc một thân thể khác. Hai sự vướng mắc tham ái và chấp thủ hành sử như hai duyên phối hợp nhau làm cho những dấu ấn nghiệp thức chín muồi trong giây phút chúng ta mệnh chung. Khi những dấu ấn nghiệp thức này bắt đầu chín muồi thì cái ý của người đang chết lập tức bị lôi cuốn vào một xác thân khác và kiếm cách tái sanh vào thân xác đó. Trong trường hợp của loài người thì sau khi trải qua giai đoạn trung ấm giữa mạng sống này và mạng sống kế tiếp, tâm thức chúng ta đi vào một cái trứng đã thụ tinh. Theo ngày tháng chúng ta phát triển các uẩn của một con người gồm thân thể và ý thức. Trong đời sống mới này, chúng ta nhận thức người và sự vật nhờ vào các giác quan mới. Đang khi cảm nhận niềm vui nỗi buồn, chúng ta khởi sanh chấp thủ, sân hận hay bình thản. Những động lực này thúc đẩy chúng ta hành động, và những hành động của chúng ta lại tạo thêm nhiều dấu ấn mới nữa trong dòng chảy tâm thức, nên đến khi chúng ta sắp sửa phải vĩnh viễn từ bỏ xác thân thì chúng ta lại một lần nữa bị thôi thúc tìm tái sanh trong một thân xác khác. Vòng tròn tái sanh gọi là Luân

hồi. Luân hồi không phải là một cảnh giới, nó cũng không phải là thế giới của chúng ta. Nó là vòng luân hồi sanh tử, tức là tình trạng mà chúng ta nhận lấy hết cuộc sinh tồn này đến cuộc sinh tồn khác dưới sự điều khiển của những sức mạnh nhiễu loạn và những hành động tạo nghiệp. Như vậy chính năng lượng của chúng ta đã khiến cho chúng ta tái sanh và trưởng thành như chúng ta hiện là. Tuy nhiên, nghiệp không phải là một khối đông cứng, và đời sống chúng ta không mang tính cố định của định mệnh đã được định sẵn. Tất cả đều tùy thuộc vào hoàn cảnh mà chúng ta đang sống và trạng thái tâm ý của chúng ta. Hơn nữa, chúng ta có khả năng kiểm soát được hành động của mình và qua đó định dạng cho tương lai. Đây là quy luật của nghiệp, là sự vận hành của nguyên nhân và hậu quả trong dòng chảy tâm thức của chúng ta. Chúng ta cảm nhận niềm vui hay nỗi buồn là do những hành động có tác ý mà chúng ta đã làm trong quá khứ. Tâm ý của chúng ta trước đây đã tạo tác những hành động hay những hạnh nghiệp. Như vậy thì tâm ý của chúng ta là kẻ tạo tác chủ chốt đã tạo ra những cảm nhận vui buồn mà chúng ta đang nhận lãnh.

Theo Phật giáo, tái sanh là điều đầu tiên trong bảy điều khó tránh trên đời. *Thứ nhất* tái sanh chẳng thể tránh được; *thứ nhì* là già chẳng tránh được; *thứ ba* là bệnh chẳng tránh được; *thứ tư* là chết chẳng tránh được; *thứ năm* là tội chẳng tránh được; *thứ sáu* là phước (hạnh phúc thế gian) chẳng tránh được; *thứ bảy* là nhơn duyên chẳng tránh được. Ý tưởng tái sanh đối với Phật giáo không phải là ý tưởng độc đáo, nhưng nó đóng một vai trò quan trọng trong giáo lý và sự tu tập. Người ta nói rằng chính Đức Phật đạt được Niết Bàn sau một loạt tái sanh, và theo kinh điển Pali vào đêm thành đạo, Ngài nhớ lại 100.000 kiếp trước. Tất cả chúng sanh liên tục tái sinh trong một chu kỳ bất tận gọi là luân hồi sanh tử, giống như sự ra đời của một con người không phải là khởi đầu của những vận mệnh của người đó, cũng giống như chết không phải là sự chấm dứt, bởi vì tất cả chúng sanh lang thang qua nhiều kiếp tái sanh liên tục: chư thiên có thể tái sanh thành người, người có thể tái sanh thành chư thiên, thú vật hoặc chúng sanh trong địa ngục có thể tái sanh làm người hay ngạ quỷ, vân vân. Những chúng sanh cao cả, chẳng hạn như các vị Bồ Tát có thể tránh được sự tái sanh bất lợi, nhưng chỉ có chư Phật và các vị A La Hán là hoàn toàn thoát khỏi vòng Luân hồi sanh tử, bởi vì đó là kiếp chót và họ sẽ không bao giờ tái sanh nữa. Vô số chúng sanh trải qua vòng Luân hồi được sắp xếp

trong các thế giới “nhiều như cát ở hai bên bờ sông Hằng” mỗi hệ thống thế giới được chia làm ba cõi: *Cõi thứ nhất là Dục giới*, được điều khiển bởi ngũ căn của con người và có các vị trời cư ngụ. *Tinh khiết hơn là cõi Sắc Giới*, nơi đây có các vị Phạm Thiên và Đại Phạm Thiên trú ngụ. Cõi này tương đương với “Tứ Thiên Thiên”, và chúng sanh của nó không có cảm giác, thọ (sờ mó), vị (nếm), ngửi (hương)... *Và một cõi luân hồi vi tế nhất là cõi Vô Sắc Giới*, một cõi tinh thần tinh khiết, không còn vật chất. Những vị đại phạm thiên được sinh ra ở cõi này tuy không còn tái sanh, nhưng họ vẫn chưa đạt được Niết Bàn, mặc dù những vị trời này đã đạt đến tuyệt đỉnh của sự sống, từng cõi trong hệ thống thế giới này tồn tại qua nhiều a tăng kỳ. Theo Kinh Tạp A Hàm, một phần của các bài kinh của Đức Phật giải thích rằng nếu một ngọn núi cao 7 dặm (khoảng 12 cây số) và người ta dùng một dây lụa để vuốt ngọn núi này thì nó sẽ mòn đi trước khi một a tăng kỳ trôi qua. Không có một hình thức của Phật giáo tán thành tính chính xác của vũ trụ học này, nhưng tất cả đều đồng ý rằng tái sinh không phải là một quá trình ngẫu nhiên, cũng như thế sự phát triển tâm linh của một người chi phối bởi một định luật tự nhiên, nghiệp. Theo luật về nghiệp trong Phật giáo, mọi hành động “chín muồi” như là một kết quả nào đó, chính bản thân định luật này không phải là luân lý, mà cũng không phải là sự trừng phạt, mà chỉ là một nét đặc trưng của các yếu tố cấu thành của vòng luân hồi, không có ‘nghiệp’ thì bất cứ điều gì nói về sự giác ngộ sẽ trở nên vô nghĩa: người ta không thể nỗ lực hướng đến sự giác ngộ nếu không có một con đường tác động đến sự phát triển của một người. Nghiệp điều khiển những hành động có chủ đích và tạo nên những ấn tượng hoặc những khuynh hướng trở quả ‘chín muồi’ đúng thời điểm. Nhưng kết quả của nó không giới hạn với đời sống hiện tại mà mở rộng ra với thời kỳ dài hơn bởi sự việc tạo nên những lần tái sinh hài lòng hoặc không hài lòng. Trong Kinh Na Tiên Vấn Đáp (khoảng thế kỷ thứ 1 hay thứ 2 sau Tây lịch), một tác phẩm đối thoại giữa nhà sư Na Tiên và vua Di Lan Đà. Na Tiên giải thích rằng hành động được liên kết với hậu quả ở cùng một tính cách như hạt xoài liên kết với quả của nó. Một người đánh cắp một cây của một người khác đáng bị hình phạt đánh đòn, dù rằng người này không lấy hạt giống của cây, bởi vì nếu người ta không gieo hạt thì không hái được quả trở. Quả của nghiệp bị ảnh hưởng tới những hành động tốt hoặc xấu và chúng sẽ đem lại những kết quả hài lòng hay bất mãn.

Điều này tạo nên những khía cạnh tâm lý và đạo đức của ‘nghiệp’. Mỗi hành động tác ý được đi kèm theo từng loại trạng thái tâm khác nhau. Nếu những trạng thái tâm này bắt nguồn ở sự đồng cảm, trí tuệ và không tham ái, như vậy chúng được xem là ‘tâm thiện,’ và mang tính nghiệp lợi ích. Tuy nhiên, nếu một hành động đi kèm với một trạng thái tâm ăn sâu bởi tham, sân, si, như vậy nó là bất thiện và có thể dẫn đến nghiệp xấu. Ví dụ trong sự độ lượng là một hành động tốt, nó là thái độ ở phía sau hành động, nó chỉ lòng bi mẫn sâu xa hoặc tình thân ái, điều này quyết định ‘hạt giống của nghiệp’ sẽ tạo ra ‘quả’ của những hành động. Cuối cùng, mục đích của đạo Phật là dạy con người dập tắt lửa tham, sân, si, từ đó bớt gieo những mầm mống nghiệp xấu và cuối cùng là chứng nghiệm Niết Bàn⁽²⁾, để dập tắt chúng một cách hoàn toàn. Nghiệp nhấn mạnh tầm quan trọng của đời sống con người bởi vì hầu hết những hành động xấu hay tốt được thực hiện trong cõi người. Chư thiên hưởng những quả thiện từ những hành động tốt trong quá khứ, trong khi đó những ai tái sinh trong cõi địa ngục có ít cơ hội để thực hiện những hành động đạo đức hoặc vô đạo đức. Khi nghiệp đi theo tiến trình của nó, cuối cùng những chúng sanh kém may mắn này có thể đạt được một sự tái sinh thuận lợi hơn.

Rebirth In Buddhist Point of View

The original word for reincarnation is translated as transmigration. The passing away from one body to be reborn in another body. Where the being will be reborn depends on his accumulated good or bad karma. The belief that living beings, including man, have a series of bodily lives, only ceasing when they no longer base their happiness on any of the objects of the world. This come about when the Buddha-nature is found. This belief is very common to all Buddhists. Rebirth is the recombination of mind and matter. After passing away of the physical body or the matter, the mental forces or the mind recombine and assume a new combination in a different material form and condition in another existence. Rebirth is the result of karma. In Buddhist belief, there is no transmigration of soul or any substance from one body to another. What really happens is that the last active thought (Javana) process of dying man releases certain forces which vary in accordance with the purity of the five thought moments in that

series. These forces are called karmic energy which attracts itself to a material layer produced by parents in the mother's womb. The material aggregates in this germinal compound must possess such characteristics as are suitable for the reception of that particular type of karmic energy. Attraction in this manner of various types of physical aggregates produced by parents occurs through the operation of death and gives a favourable rebirth to the dying man. An unwholesome thought gives an unfavourable rebirth. Each and every type of sentient being will have different appearance whether it be beautiful or ugly, superior or inferior. This is determined and is manifested based solely on the various karma sentient beings created while alive with their antecedent bodies.

Many different religions in the world have different definitions on rebirth. In Buddhism, rebirth consciousness is not a Self or a Soul⁽¹⁾, or an Ego-entity that experiences the fruits of good and evil deeds. Consciousness is generated by conditions. Apart from condition there is no arising of consciousness. We call names such as birth, death, thought-processes, and so on, to a stream of consciousness. There are only thought-moments. The last thought-moment we call death, and the first thought-moment we call birth. Thus, birth and death occur in this stream of consciousness, which is only a series of ever continuing thought-moments. So long as man is attached to existence through his ignorance, craving and clinging, to him death is not the final end. He will continue his journey of whirling round the "Wheel of Existence." This is the endless play of "cause and effect" or action and reaction kept in perpetual motion by karma concealed by ignorance propelled by craving or thirst. As karma, or action, is of our own making, we have the power to break this endless chain. It is through the eradication of ignorance and of this driving force, craving, this thirst for existence, this will to live, that the "Cycle of Existence" ceases. In the Majjhima Nikaya, the Buddha explained: "How is there not re-becoming in the future? By the cessation of ignorance, by the arising of knowledge, by the cessation of craving there is thus no re-becoming in the future." In the Dhammapada (153-154), on attaining Enlightenment, the Buddha spoke these joyful words:

"Repeated births are each a torment.

Seeking but not finding the "House Builder",

I wandered through many a Samsaric birth.
 O “House Builder”, thou art seen,
 Thou wilt not rebuild the house.
 All thy rafters have been shattered,
 Demolished has thy ridge pole been.
 My mind has won the Unconditioned (Nirvana),
 The extinction of craving is achieved the fruit of Arhat.

According to Buddhism, “Bhava-cakra” means the wheel of existence. It's the round of births and deaths, or the round of non-stop mortality. “Bhava-cakka” is a Sanskrit term which means the “wheel of becoming.” A pictorial representation of the cycle of birth, death, and rebirth, which has images of the six destinies (gati) into which sentient beings may be born: gods, demi-gods, humans, animals, hungry-ghosts, and hell-beings. In Tibetan versions of this motif, Yama, the god of death, is often shown with fangs hanging over a wheel divided into six parts. Yama symbolizes the ever-present reality of death, the inevitable end of all beings caught up in cyclic existence (samsara). In the center of the wheel one commonly finds animals representing the forces that perpetuate the cycle: 1) a pig, which represents ignorance; 2) a cock, which represents desire; and 3) a snake, which represents hatred or aversion. The outer rim of the wheel commonly contains representations of the twelve links of the cycle of dependent arising (pratitya-samutpada). “Bhava” is a state of existence (being), or the process of existence. Sometimes translated as “Dharma.” Sometimes translated as “Lakshana.” Every kind of being in the three worlds (in the desire, desireless and formless). The tenth link in the chain of conditioned arising. In Mahayana, Bhava (becoming) is brought into opposition with nothingness (shunyata). Here, “Bhava” is anything that can be relied upon in the visible or invisible realm. It means any state which lies between birth and death, or beginning and end. According to the Path of Purification, there are two kinds of becoming: karma-process becoming and rebirth-process becoming. There are three other kinds of existence, or three states of mortal existence in the trailikya. They are qualities (good, bad, length, shortness), phenomenal things (things which exist only in name, i.e. all things are combinations of other things and are empirically named), and real things (the false view

of Hinayana that things, or elements of which they are made, are real; the noumenal or imaginary, understood as facts and not as illusions).

According to The Connected Discourses of the Buddha, Chapter Esanavaggo (Searches), *there are three kinds of existence*: They are sense-sphere existence (existence in the realm of desire), form-sphere existence (existence in the realm of form), and formless-sphere existence (existence in the realm of formlessness or immaterial realm). Besides, *there are three other kinds of becoming*: They are the present existence or the present body and mind, the intermediate state of existence, and existence in the future state. According to the Mind-Only School, according to the Buddhist idea, all things are born from mind and consist of mind only. Especially in the idealistic theory, what we generally call existence proceeds from consciousness. According to the Mind-Only School, everything that exists is classified as to the nature of its origin into three species. *First, false existence* (parikalpita-laksana), also called “Character of Sole Imagination.” Those of false existence which are at the same time bereft of an original substance (adravya), just like a ghost that exists merely in one’s imagination but not in reality. *Second, temporary or transitory existence* (paratantra-laksana), also called “Character of Dependence upon others.” Those of temporary or transitory existence, having no permanent character (asvabhava), like a house that is built by timbers, stones, tiles, etc. It exists only by a combination of causes or causal combination, and is not self-existent. It has no permanent reality. *Third, true existence* (parinispanna-laksana), also called “Character of Ultimate Reality.” Those of true existence, that is to say, non-existent in the highest sense of the word, bereft of all false and temporary nature (alaksana). This is, in truth, not non-existence but transcendental existence. This is also called the “Substratum of all” and can be known only by a person of supreme knowledge. It represents merely the remainder after the elimination of the first two. Rebirth is becoming since it becomes. Rebirth-process becoming briefly is aggregates generated by karma. It is of nine kinds: *First*, sense-desire becoming, the kind of becoming possessed of sense-desires; *second*, fine-material becoming, the kind of becoming possessed of fine material; *third*, immaterial becoming, the kind of becoming possessed of immaterial; *fourth*, percipient becoming, the kind of becoming possessed of perception; *fifth*, non-

percipient becoming, the kind of becoming possessed of non-perception; *sixth*, neither-percipient-nor-non-percipient becoming, the kind of becoming possessed of neither perception nor non-perception; *seventh*, one-constituent becoming, the kind of becoming possessed of one constituent; *eighth*, four-constituent becoming, the kind of becoming possessed of four constituents; *ninth*, five-constituent becoming, the kind of becoming possessed of five constituents.

In the cycle of birth and death, Buddhist teachings emphasize on two kinds of bodies: Antecedent Existence Body and Intermediate Existence Body. *Antecedent Existence Body*: Antecedent means before, the origin, or the beginning, etc. Existence means it is inhabited currently, and used presently, etc. The antecedent existence body is the present form body, physical or non-physical, created from various karmas and predestined affinities that each sentient being accumulated in the past. In turn, this antecedent existence body will pass through these four stages of impermanence: birth, old age, sickness, and death. The antecedent existence body will remain only for a definite period of time, but it will not be permanent or eternal because there is birth, then there must be death. There is absolutely no being of the four types of sentient beings, with an antecedent existence body, can overcome this inevitable fate of these four unchanging laws of impermanence including the Heavenly Fairies. *Intermediate Existence Body*: Intermediate Existence Body is the intermediate stage between death and rebirth. It's the 49-day-long process death and rebirth. If there is an antecedent existence body, then, naturally, there has to be an Intermediate Existence Body and an After Existence Body. Intermediate means middle, or in between two lives of the present and future. Existence means present, or currently inhabiting. Because the karmic retribution are concrete and not emptiness. Thus, because of the genuineness of karmic consequences, it is called Existence. The intermediate existence body means the body to be inhabited after the antecedent body. In other words, once a sentient being's destiny ends, he or she must abandon the antecedent existence body. Once this happens, that body will decay, the five aggregates will separate, and that person's spirit will leave the antecedent existence body. And before inhabiting the after existence body or the body of the future life, the spirit of this individual will exist in a period where it will take on a

new realm. During this time, the spirit will enter a transitional period as they immediately exist as another entity or inhabit a different body called intermediate existence body. According to Venerable Thích Hải Quang in the Philosophical Conversations with Buddhist Followers, the intermediate existence body is formed by five infinitesimally small aggregates; therefore, it is also called the Intermediate Skandha Body. The intermediate skandha body has many different characteristics, but, in general, there are two types of form appearances: one is having a beautiful form appearance, the other is having a dreadful form appearance. Before the intermediate skandha body assumes the after existence body or the future body, it must pass through a period of forty-nine days in order to determine each individual's karmic retribution, i.e., judgment day. This is to assume responsibilities for the various karmic activities, whether wholesome or unwholesome, taken when the individual still had the antecedent existence body or when still alive. The Ksitigarbha Sutra taught: "The great demon of impermanence makes no appointments yet it comes, the spirits of the dead are confused and delirious not knowing whether meritorious or transgression. For forty-nine days, their existence is like darkness and deafness, not knowing what will happen, or they may be at various underworld courthouses to go on trials for their karma. Once decisions are made, they will follow their karma to reap the karmic retributions." The antecedent existence body or the skandha existence body is not reborn (reincarnated) into another life, but must pass through a period of 49 days of determination of karmic retributions or transition between lives. In other words, right after the spirit escapes from the antecedent existence body and becomes the intermediate existence body, it is led by that individual's karmic effect, depending on the karmic retributions (various merits and transgressions created when that being still had the antecedent existence body) to get reborn into the next life in the six realms of existence. Thus, the Ksitigarbha Sutra taught: "Supposing once a person dies, within the first forty-nine days, for that person's benefit, loved ones are willing to cultivate and form many meritorious and wholesome practices, then it is possible to free completely that spirit of the dead from the various evil paths to be reborn in Heaven or in the Human realm to reap the various luxuries and happiness. Not only that, but the currently living loved ones will also benefit greatly. Family

and friends know when alive, their loved one who died recently, had created many unwholesome karmic deeds, and will have to endure the karmic retributions of hell. Through love and compassion for their loved one, they follow the Buddha's teachings, take the person's place to practice various virtuous, meritorious, and wholesome deeds such as make donations, charity work, free trapped animals, chant sutras, recite Buddha's name and mantras, etc. Thereafter, use these merits and virtues to dedicate and pray for the deceased spirit when that spirit still exists with the intermediate existence body and has not yet been reborn or reincarnated to another life. If family and friends are able to do all these, the deceased's intermediate skandha body will be able to eradicate and overcome his or her transgressions to varying degrees. That person will be able to abandon the evil paths and be reborn to Heaven or Human realms to enjoy the various happiness and luxuries. As usual, the intermediate existence body must go through seven cycles with seven days in each cycle. Only thereafter, the spirit is able to receive the future body. However, there are special situations where the intermediate body does not need to go through that ordinary transitional period. These sentient beings, after leaving their antecedent bodies, their spirits will immediately be liberated to the appropriate heavens accordingly to their merits and spiritual achievements, or be condemned to hell immediately without having to pass through the ordinary transitional period of forty-nine days of the intermediate skandha body. When the sentient beings were alive with antecedent body, they created an extraordinary amount of wholesome karma, planted the fruit of the ten wholesome deeds to the highest level with regard to the various Heavens of Desires, Form, and Formlessness. When the sentient beings were alive with antecedent body, they created an extraordinary amount of unwholesome karma, the most evil and wicked deeds, such as guilty of violating the four offenses, five betrayals, ten evils, belonging to the great Avichi Hell. Besides, there is one more type of sentient beings who are beyond limits; they also do not need to go through the transition period, do not experience having the intermediate body, nor are they a part of the three worlds and the six realms of existences. These sentient beings are those when alive with the antecedent body, followed the Buddha Dharma to cultivate and practice Buddha Recitation by developing

Faith and Vow to gain rebirth to the Ultimate Bliss World. After abandoning the antecedent body, their spirits will transcend through the Three Worlds, relying on the rescuing vow powers of the Bodhisattvas and Buddhas. Within a split moment, they will transform to gain rebirth to the Ultimate Bliss World of the Amitabha Buddha and attain a place in the jeweled lotus throne and eternally escape from the conditions of the cycle of rebirths, life, death, etc. Usually, the intermediate body will remain only for seven days. If it is unable to find a place to get reborn within that time, then it must die and come back to life again as an intermediate body. But, in general, this period will not last more than seven cycles of seven days each before it is able to be reborn and acquire an after existence body. When the intermediate body dies, it can return just as it was before or depending on the karmic reflection, it can transform and change into an intermediate body of another realm before it acquires an after existence body through reincarnation. When the intermediate body is nearing extinction and is about to be reincarnated, at that time, depending on the various karma created by the individual, each will see and perceive different realities, i.e., while living those who created many karma of killing various animals such as slaughtering pigs, goats, etc., then at this time, suddenly all they will see is those various animals they have killed in the past. They may see butchers slaughtering animals or the sounds of animals screaming in agony. Because this is a reflection of the karma they created. Suddenly, the intermediate body will give rise to the state of joy and yearning to be near what they are seeing and hearing. Upon reaching their destination, they will be impeded by their environment and will no longer be able to free themselves from it. In a split moment, their intermediate body is dead as they acquire the after existence body. According to Tibetan Buddhism, after death beings enter a so-called "intermediate state" in which they acquire a subtle body that endures until they experience various intense sounds, sights, etc..., which are products of their own minds. This is considered to be a time of great danger, as beings may react to their experiences in ways that cause them to be reborn in lower rebirth situations (gati). It can also be a time of great opportunity, as beings may make choices that lead them to higher rebirths, or even Buddhahood. There are six Bardo states, according to the Kagyupa order: 1) Bardo between birth and death,

which refers to the normal waking state between birth and death; 2) Dream Bardo, the period between falling asleep and awakening; 3) Meditation Bardo, a state of cessation in which the senses are withdrawn from external objects of observation; 4) Bardo of becoming, the period between the moment of death and rebirth; 5) Reality Bardo, the time of unconsciousness that beings experience when overwhelmed by death, so called because during this time the mind returns to its primordial nature; and 6) Bardo of birth, which begins at the moment of rebirth into a new lifetime, immediately after the bardo of becoming. In the Great Heap Sutra, the Buddha taught: “Those sentient beings who committed evil karma, when they are about to die, and are going to fall into evil paths. They will feel extremely sad and terrified. Depending on the reflection of their individual karma, they will see different images of the various evil paths appear.” The intermediate body is about to be born in the Asura realm will see various beautiful and irresistible gardens. In these gardens, there are a variety of rings of flames rolling around everywhere. When seeing these images and they bring joy and elation to the spirit, this means that spirit will be born in this realm. The intermediate body about to enter the Asuras, through a recollections of the spirit karmic power, suddenly will see a large area of dim light, develop a yearning for it, go into that domain and reborn. The intermediate body is about to be born as a dog or pig will often see many beautiful young ladies; the spirit will give rise to attachment and yearning to chase after them. Consequently, this spirit will be born in that realm. The intermediate body is about to be born as other types of animals will feel suddenly there is a gust of wind twisting so forcefully it is impossible to oppose it. Or it may see infinite demons spreading and coming closer, or terrifying thunders and lightening overhead, etc. Or it may see fog covering, mountain splitting, water crashing, and the spirit will be terrified as it runs away into trees, bushes, and caves, in order to hide or it may see three large holes with the colors of white, red, and black, and will jump to hide. At that very moment, the spirit has entered the womb, when eyes are open, it will realize it has acquired the body of various animals such as a fox, leopard, snake, etc. Those intermediate bodies about to be condemned to the path of hungry ghost suddenly will see before them appear a vast and endless desert, without any vegetation or see only holes, dead and dry weeds,

etc. The intermediate body which sees a great area of faded red light, feels a yearning and a wish to go there to play. The moment of entry is when the spirit is at the point of rebirth in the realm of Hungry Ghosts. The intermediate body is about to be born in Hell suddenly will begin hearing sounds of very sad and melancholy songs, these are the sounds of prisoners agonizing and screaming in hell; next darkness will appear, houses made out of black and white iron, very melancholy looking, similar to being at a funeral. It may see deep holes and caves; the roads are unclear. At that time, it will see itself getting chased by ferocious demons with weapons in hand forcing it to enter these areas. Once it is in there, it will lose all freedom and will be reborn in the realm of hell. Depending on each spirit's karmic retribution, it must endure infinite pains and sufferings. The intermediate body which sees a great area of murky light similar to black smokes, feels a yearning and a wish to go there to play. The moment of entry is when the spirit is at the point of rebirth in Hell. The intermediate body about to be condemned to glacial hell through the reflection of the spirit's karmic power, suddenly will feel like an intolerable inferno. It then encounters the cold air rising from the glacial hell and will feel cool and refreshed. Its thoughts give rise to yearning and immediately will fly in search of that place to be cool. Once reaching this place, it is reborn. Intermediate body is about to be condemned to the inferno hell, through the reflection of the spirit's karmic power, suddenly will feel an extreme and intolerable cold. It then encounters the hot air rising from the inferno hell and will feel warm and comfortable. Its thoughts give rise to yearning and immediately will fly in search for that warmth. Once reaching this place, it is reborn. The intermediate body about to be condemned to the odorous hell (foul smelling hell), through the reflection of the spirit's karmic power, suddenly will sense and intolerable and strong fragrance (perfume wishes to find that it becomes nauseous. At that time, its mind wishes to find other foul smelling odor to neutralize that good scent. It then encounters the foul odor rising from odorous. As a result, it is reborn in the odorous hell.

Buddhism teaches that man is not surely reborn upon our earth. As the result of good deeds, a man may attain certain advantages of better place, body, environment and education in his next life. In other words, the world upon which a person is to have his next birth is decided by

the preponderance of the individual's merit and demerit or the individual's karma power. The Buddha taught in the Agama sutra that once death arrives, the body will turn cold because the 'great fire' has already burned out. Even so, after all breathing has ceased, in the body there is one last warm spot before the entire body turns cold. The last warm spot represents the place where the consciousness of the deceased escaped the mortal body, and these warm spots may be at the crown of the head, the eye, the chest, the stomach, the knee, or the soles of both feet. Sometimes this warm spot will remain for as long as four to five hours after the person has died. There are six places in the body that represent the six paths of rebirth. In the Agama sutra, the Buddha's teachings, there are six places in the body that represent the six paths of rebirth. *The first spot is the crown* (warm spot) which stands for Sainthood or Crown Enlightenment. When the body of the deceased (a person who has died for three or four hours) is completely cold except for the crown. That means the spirit of the dead has left the body by the way of the crown and the person has been reborn in the realm of saint. In other words, if the spirit left the body through the crown of the head, we are absolutely certain the spirit of the person who has just died has attained liberation to the enlightened realm. *The second spot is the "eyes and forehead"* which represents the rebirth in the celestial realm. When the person's eyes and forehead are the last to remain warm, the spirit of that person has been reborn in the celestial (heaven) realms. *The third spot is the heart* which stands for the rebirth in the human realm. When the person's heart is the last to remain warm, the spirit of that person has been reborn back among human beings. *The fourth spot is the "belly"* which stands for the rebirth in the realm of the hungry ghosts. When the person's belly is the last to remain warm, the spirit of that person has been reborn among hungry ghosts. *The fifth spot is the "knee"* which stands for the rebirth in the realm of animals. When the person's knees are the last to remain warm, the spirit of that person has been reborn among animals. *The sixth spot is the "sole of feet"* which stands for the rebirth in the realm of hells. When the person's soles of the feet are the last to remain warm, the spirit of that person has been fallen in the hell. According to Great Master Yin-Kuang, when we take our last breath, our spirits or Alaya Consciousness will leave the body. He elaborated the area of

the body that remains warm is where the spirit left the body. *The first spot is the crown (warm spot) stands for Sainthood or Corwn Enlightenment:* When the body of the deceased (a person who has died for three or four hours) is completely cold except for the crown. That means the spirit of the dead has left the body by the way of the crown and the person has been reborn in the realm of saint. In other words, if the spirit left the body through the crown of the head, we are absolutely certain the spirit of the person who has just died has attained liberation to the enlightened realm, i.e., the Western Pureland of the Amitabha Buddha. *The second spot is the “eyes for celestials”:* When the person’s eyes and forehead are the last to remain warm, the spirit of that person has been reborn in the celestial (heaven) realms. When all other parts of the body have turned cold but the eyes and forehead remain warm, then the spirit of the person who has just died left the body through the eyes. In this case, the person will be born in Heaven. When nearing death, people who will be born in Heaven will exhibit the following signs and characteristics: having compassion for others; give rise to a whole some mind; often happy and contented; proper thoughts are apparent; no longer having greed and attachment for money, possessions, spouse, children, etc...; the eyes are clear and shiny; eyes staring into space, smiling, ears hearing heavenly music or eyes seeing heavenly landscape; body does not emit odor; nose bridge remains straight without crookedness; and mind does not exhibit hate and resentment. *The third spot is the “heart for human”:* When the person’s heart is the last to remain warm, the spirit of that person has been reborn back among human beings. When other parts of the body have turned cold, but the chest and heart remain as the last ‘warm spot,’ the spirit of that dead person will return to the human realm. When nearing death, those who will be reborn to the human realm will exhibit the following signs and characteristics: body is not burdened with major illnesses; give rise to good and wholesome thoughts, have peace and happiness, enjoy practicing meritorious and virtuous deeds; there is little boasting, thinking of mother, father, spouse, and children; with regard to good and evil, their minds are capable of discriminating clearly; give rise to pure faith, requesting the Triple Jewels to be present to take refuge; sons and daughters are near and adore them just as before without showing indifference; ears are fond of hearing the

names of brothers, sisters, and friends; remaining dignified and having integrity instead of being petty and sycophant; clearly recognize helping friends, when seeing family members take care of them, they are happy and contented; advise and give responsibilities to loved ones before making the last goodbye. *The fourth spot is the “belly for the hungry ghosts”*: When the person’s belly is the last to remain warm, the spirit of that person has been reborn among hungry ghosts. *The fifth spot is the “knee for animals”*: When the person’s knees are the last to remain warm, the spirit of that person has been reborn among animals. *The sixth spot is the “sole of feet for hells”*: When the person’s soles of the feet are the last to remain warm, the spirit of that person has been fallen in the hell.

According to the Buddhist point of view, there are chain links in the process of rebirth. The Buddha taught: “Not in the sky, nor in mid-ocean, nor in a mountain cave, nowhere on earth where one can escape from death (Dharmapada 128).” Rebirth is the result of karma. The doctrine of rebirth is upheld by all traditional schools of Buddhism. According to this doctrine, sentient beings (sattva) are caught up in a continuous round of birth, death, and rebirth, and their present state of existence is conditioned by their past volitional actions or karma. In Buddhist belief, there is no transmigration of soul or any substance from one body to another. According to the Buddha, rebirth takes place instantaneously after death, consciousness having the nature of arising and passing away unceasingly. There is no interval between death and the next birth. One moment we are dead and the next moment rebirth takes place, either in the human plane, the celestial plane, or the hell plane, the hungry ghost plane, the animal plane and the demon plane. What really happens is that the last active thought (Javana) process of dying man releases certain forces which vary in accordance with the purity of the five thought moments in that series. These forces are called karma vega or karmic energy which attracts itself to a material layer produced by parents in the mother's womb. The material aggregates in this germinal compound must possess such characteristics as are suitable for the reception of that particular type of karmic energy. Attraction in this manner of various types of physical aggregates produced by parents occurs through the operation of death and gives a favourable rebirth to the dying man. An unwholesome

thought gives an unfavourable rebirth. Each and every type of sentient being will have different appearance whether it be beautiful or ugly, superior or inferior. This is determined and is manifested based solely on the various karma sentient beings created while alive with their antecedent bodies. Since the cycle inevitably involves suffering and death, Buddhism assumes that escape from it is a desirable goal. This is achieved by engaging in cultivating oneself, and the most important of which is meditation. The doctrine of rebirth has become problematic for many contemporary Buddhists, particularly for converts to Buddhism in Western countries whose culture does not accept the notion of rebirth. However, this doctrine is extremely important in Buddhism, for all sincere attitudes of cultivation originated from the thorough understanding of this doctrine. According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are four forms of birth by which the beings of the six modes of existence can be reborn (all births take place in four forms and in each case causing a sentient being to enter one of the six gati or paths of transmigration). *The first type of birth is "Birth from the womb"*: Also called uterine birth or womb-born, as with mammalia. This is one of the four modes of yoni. Uterine birth is a form of viviparous birth, as with mammalia. Before the differentiation of the sexes birth is supposed to have been transformation. In Buddhism, the term is also applied to beings enclosed in unopened lotuses in paradise, who have not had faith in the Amitabha but trusted to their own strength to attain salvation; there they remain for proportionate periods, happy, but without the presence of the Buddha, or Bodhisattvas, or the sacred host, and do not hear their teaching. The condition is also known as the womb-place. *The second type of birth is "Egg-born"*: Also called birth from eggs, as with birds. Egg-born, or birth from eggs. Oviparous, as is the case with chicken, goose, birds, etc. *The third type of birth is the "Moisture or water born"*: As with worms and fishes. Moist and Wet Conditions Born or, spawn-born, or birth from moisture (wetness). Moisture or water-born, as is the case with worms, fishes, shrimps, etc. *The fourth type of birth is the "Metamorphic"*: As with moths from the chrysalis. Birth by transformation as in the case of deities and superior beings of the Pure Lands. It is said that such beings, after the end of their previous lifetime, suddenly appear in this fashion due to their karma, without the

help of parents or any other intermediary agency. Metamorphosis, as is the case with maggot transforms into fly, moths from the chrysalis, caterpillar becomes butterfly, or deities and superior beings of the Pure Land. It is said that such beings, after the end of their previous lifetime, suddenly appear in this fashion due to their karma, without the help of parents or any other intermediary agency. One of the four forms of birth. Any form of existence by which required form is attained in an instant in full maturity. By this birth bodhisattvas residing in Tusita can appear on earth any time at will to save beings (the dhyanibuddhas and bodhisattvas are also of such miraculous origin). Form of metamorphic birth, as with moths, asuras, hungry ghosts, and inhabitants of hells, and the Pure Lands, or first newly evolved world. One of the four forms of birth, which is by transforming, without parentage, attained in an instant in full maturity.

According to Tantric traditions, through his deep insight into how things exist, the Buddha observed that disturbing attitudes and karma cause our minds to take one rebirth after another. At the time of death, ordinary beings crave and grasp for bodies and at the same time afraid to lose bodies and separated from everything around us. When it becomes obvious that we're departing from this body and life, we grasp for another body. The two attachments of craving and grasping act as the cooperative conditions for karmic imprints to ripen at the time of death. As these karmic imprints start to mature, our minds are attracted to other bodies and we seek to take rebirth in them. In the case of a human rebirth, after passing through an immediate state between one life and the next, our consciousness then enters a fertilized egg. We develop the aggregates of a human being, a human body and mind. In this new rebirth, we perceive people and things through our senses. Experiencing pleasant or unpleasant feelings from them, we generate attachment, aversion or indifference. These motivations cause us to act, and our actions leave more imprints on our mindstreams, and at the time of death, we're again propelled to take rebirth in another body. This cycle of rebirth is called "Samsara." Samsara isn't a place, nor is it a world. It is a cyclic existence. It is our situation of taking one rebirth after another under the control of disturbing attitudes and karmic actions. Thus, our own energy causes us to be reborn who we are, in our present circumstance. However, karma isn't "cast in concrete," and

our lives aren't predetermined. Which karmic imprints ripen depends on our environment and our state of mind. In addition, we have the ability to control our actions, and thus shape our future. This is the law of karma, which is the functioning of cause and effect within our mindstreams. Whether we experience pain or pleasure depends on what we have done in the past. Our previous actions or karma were motivated by our minds. In this way, our minds are the principal creator of our experience.

According to Buddhism, rebirth is the first matter of seven unavoidable matters in life. *First*, rebirth is unavoidable; *second*, old age (aging) is unavoidable; *third*, sickness (illness) is unavoidable; *fourth*, death is unavoidable; *fifth*, punishment for sins is unavoidable; *sixth*, worldly happiness for goodness is unavoidable; *seventh*, consequences or cause and effect are unavoidable. The idea of rebirth is not unique to Buddhism, but it plays an important role in both its doctrine and its practice. The Buddha himself is said to have attained nirvana after a long series of rebirths, and on the night of his enlightenment, according to the Pali Canon, he remembered more than 100,000 previous lives. All beings are continuously reborn in a seemingly endless cycle of birth and death. Just as a person's birth is not the beginning of his or her fortunes, so death is not the end, because all beings 'wander' through successive incarnations: gods can become humans, humans can become gods, animals or hell beings, animals can become humans or 'hungry ghosts,' and so on. Advanced beings, such as Bodhisattvas, are able to avoid disadvantageous rebirths, but only Buddhas and arhats are fully liberated from samsara, because after their last lives they will never again be reborn. The countless sentient beings who pass through samsara are accommodated in successive world systems "as numerous as there are sands on the banks of the Ganges." Each world system is divided into three "spheres of existence. The crudest of these spheres is the World of Sense-Desire, governed by the five senses and inhabited by lesser gods or devas, humans, animals and the various hell beings. More refined is the World of Pure Form, where the greater gods dwell. This sphere corresponds to the four meditational absorptions and its beings are without the sense of touch, taste and smell. The most refined samsaric sphere of existence is the Formless World, a purely mental realm,

devoid of physical. Accomplished great gods are born here, but even these rebirths end, because although these gods have reached “summits of existence,” they have not attained nirvana. Each of the world systems lasts incalculable aeons: the Samyutta Nikaya of the Pali Canon, part of the Buddha’s discourses, explained that if a mountain of granite, seven miles high, were stroked every century with a piece of silk, it would be worn away before such a great aeon would pass. Not every form of Buddhism subscribes to this exact cosmology, but all agree that rebirth is not a haphazard process. Just as a physical object is governed by a causal physical law, so a person’s “spiritual” development is governed by a natural law, karma, which is inherent in the cosmos. According to the law of karma, every action or deed “ripens” as a certain of result. This law in itself is neither normal nor retributive but merely a feature of the constituent elements of samsara. Without karma any talk of enlightenment would be senseless: one could not strive toward enlightenment if there were no way to affect one’s development. Karma operates on intentional deeds and creates residual impressions or tendencies that bear fruit or “ripen” with time. Its effects are not limited to the present life but unfold over longer periods by creating favorable or unfavorable rebirths. In the Milindapanha, around the first or second century A.D., a dialogue between the monk Nagasena and king Milinda. Nagasena explains that deeds are linked to their outcomes in the same way that a mango tree’s seed is linked to its fruit. A man who steals from another man’s tree deserves a beating, even though he did not take the seed of the tree, because the stolen fruit could not have grown if the seed had not been planted. The outcome of karma can be affected by good or bad deeds. Which bring about favorable or unfavorable results. This gives rise to the psychological and ethical dimensions of karma. Every intentional deed is accompanied by a different kind of state of mind. If these states of mind are rooted in empathy, wisdom and lack of greed, then they are considered morally wholesome, and can lead to bad karma. For example, although generosity is a morally wholesome deed, it is the attitude behind the deed, be it mere friendliness or deep compassion that determines the “karmic seed” which will generate the deed’s “fruit.” Ultimately, the goal of Buddhism is to teach sentient beings gradually to extinguish the fires of hatred, delusion and greed, thereby

ceasing to generate bad karmic seeds, and finally, in realizing Nirvana⁽²⁾, to blow them out completely (nirvana literally means “blow out.”). Karma underscores the importance of human life, because most good or bad deeds are performed in the human realm. Gods enjoy the fruit of their previous good deeds, while those reborn in the sub-human realms have little scope for making virtuous deeds. As karma runs its course, these less fortunate beings may eventually obtain a more advantageous rebirth.

Notes:

- (1) Ngoại đạo tin có cái gọi là “linh hồn.” Phật tử tin mọi chúng sanh lăn trôi trong sáu đường chỉ vì tâm thức của họ. Về những vấn đề tâm lý học, Phật giáo không chấp nhận sự hiện hữu của một linh hồn được cho là chân thật và bất tử. Vô ngã áp dụng cho tất cả vạn hữu (sarva dharma), hữu cơ hay vô cơ. Theo Nhân Sinh, Phật giáo cũng không chủ trương có linh hồn, không có cái ngã chơn thật nào là bất tử. Còn trong trường hợp chỉ chung cho vạn hữu, cũng không có bản thể, không có bản chất nào mà không biến dịch. Bởi vì không có một cách ngã chân thực theo không gian, nghĩa là không có thực thể, nên không bao giờ có thường hằng—Externalists believe that there exists a so called Soul. Buddhists believe that all living beings bring with them their consciousness in the six paths. With regard to the psychological question, Buddhism does not admit the existence of a soul that is real and immortal. Anatma or non-self refers to all things (sarva-dharma), organic and inorganic. In the case of human beings, Buddhism believes that there will accordingly to be no soul, no real self that is immortal. While in the case of things in general, there will be no noumenon, no essence which is unchangeable. Because there is no real self spatially, i.e., no substance, there will be no permanent, i.e., no duration. Therefore, no bliss, is to be found in the world.
- (2) Niết Bàn theo tiếng bắc Phạn là Nirvana gồm ‘Nir’ có nghĩa là ra khỏi, và ‘vana’ có nghĩa là khát ái. Niết Bàn có nghĩa là thoát khỏi luân hồi sanh tử, chấm dứt khổ đau, và hoàn toàn tịch diệt, không còn ham muốn hay khổ đau nữa (Tịch diệt hay diệt độ). Niết Bàn là giai đoạn cuối cùng cho những ai đã dứt trừ khát ái và chấm dứt khổ đau. Nói cách khác, Niết Bàn là chấm dứt vô minh và ham muốn để đạt đến sự bình an và tự do nội tại. Niết Bàn với chữ “n” thường đối lại với sanh tử. Niết bàn còn dùng để chỉ trạng thái giải thoát qua toàn giác. Niết Bàn cũng được dùng theo nghĩa trở về với tánh thanh tịnh xưa nay của Phật tánh sau khi thân xác tiêu tan, tức là trở về với sự tự do hoàn toàn của trạng thái vô ngại. Trạng thái tối hậu là vô trụ Niết Bàn, nghĩa là sự thành tựu tự do hoàn toàn, không còn bị ràng buộc ở nơi nào nữa. Niết Bàn là danh từ chung cho cả Tiểu Thừa lẫn Đại Thừa. Với hành giả tu Thiền, khi bạn hiểu rõ vô ngã thì sẽ hiểu rõ Niết ban tịch tĩnh. Chữ "Nirvana" được dịch nhiều cách, có khi dịch là "viên mãn", có khi dịch là "diệt trừ dục vọng". Thế nhưng Niết bàn và vô thường lại là cái phía trước và cái phía sau. Hiểu rõ vô thường liền đạt được Niết bàn; hiểu rõ sự sống là Niết Bàn là đã quán chiếu được vô thường. Vì thế, hành giả tu Thiền thì là nghĩ ra cách đối mặt với vô thường còn hơn là phải xử lý toàn bộ tam pháp ấn

(vô thường, khổ và vô ngã) như là một pháp phải chứng đắc. Theo Kinh Lăng Già, Đức Phật bảo Mahamati: “Này Mahamati, Niết Bàn nghĩa là thấy suốt vào trú xứ của thực tính trong ý nghĩa chân thật của nó. Trú xứ của thực tính là nơi mà một sự vật tự nó trú. Trú trong chính cái chỗ của mình nghĩa là không xao động, tức là mãi mãi tĩnh lặng. Nhìn thấy suốt vào trú xứ của thực tính đúng như nó nghĩa là thông hiểu rằng chỉ có cái được nhìn từ chính tâm mình, chứ không có thể giới nào bên ngoài như thế cả.” Sau khi Đức Phật vắng bóng, hầu hết các thảo luận suy luận siêu hình tập trung quanh đề tài Niết Bàn. Kinh Đại Bát Niết Bàn, những đoạn văn bằng tiếng Bắc Phạn vừa được phát kiến mới đây, một ở Trung Á và đoạn khác ở Cao Dã Sơn cho thấy một thảo luận sống động về các vấn đề như Phật tánh, Chân như, Pháp giới, Pháp thân, và sự khác nhau giữa các ý tưởng Tiểu Thừa và Đại Thừa. Tất cả những chủ điểm đó liên quan đến vấn đề Niết Bàn, và cho thấy mối bận tâm lớn của suy luận được đặt trên vấn đề vô cùng quan trọng này—Nirvana consists of ‘nir’ meaning exit, and ‘vana’ meaning craving. Nirvana means the extinguishing or liberating from existence by ending all suffering. So Nirvana is the total extinction of desires and sufferings, or release (giải thoát). It is the final stage of those who have put an end to suffering by the removal of craving from their mind (Tranquil extinction: Tịch diệt, Extinction or extinguish: Diệt, Inaction or without effort: Vô vi, No rebirth: Bất sanh, Calm joy: An lạc, Transmigration to extinction: Diệt độ). In other word, Nirvana means extinction of ignorance and craving and awakening to inner Peace and Freedom. Nirvana with a small “n” stands against samsara or birth and death. Nirvana also refers to the state of liberation through full enlightenment. Nirvana is also used in the sense of a return to the original purity of the Buddha-nature after the dissolution of the physical body, that is to the perfect freedom of the unconditioned state. The supreme goal of Buddhist endeavor. An attainable state in this life by right aspiration, purity of life, and the elimination of egoism. The Buddha speaks of Nirvana as “Unborn, unoriginated, uncreated, and unformed,” contrasting with the born, originated, created and formed phenomenal world. The ultimate state is the Nirvana of No Abode (Apratishtha-nirvana), that is to say, the attainment of perfect freedom, not being bound to one place. Nirvana is used in both Hinayana and Mahayana Buddhist schools. For Zen practitioners, when you understand no-self, that is the peace of nirvana. The word "Nirvana" is translated in different ways, such as "perfect bliss" or "extinction of all desires." But nirvana and impermanence are like front and back. When you understand impermanence, you find peace. When you truly see your life as nirvana, then impermanence is taken care of. So, Zen practitioners rather than figuring out how to deal with impermanence, consider these dharma seals all together as the dharma to be realized. In the Lankavatara Sutra, the Buddha told Mahamati: “Oh Mahamati, Nirvana means seeing into the abode of reality in its true significance. The abode of reality is where a thing stands by itself. To abide in one’s self-station means not to be astir, i.e., to be eternally quiescent. By seeing into the abode of reality as it is means to understand that there is only what is seen of one’s own mind, and no external world as such.” After the Buddha’s departure, most of the metaphysical discussions and speculations centered around the subject of Nirvana. The

Mahaparinirvana Sutra, the Sanskrit fragments of which were discovered recently, one in Central Asia and another in Koyasan, indicates a vivid discussion on the questions as to what is 'Buddha-nature,' 'Thusness,' 'the Realm of Principle,' 'Dharma-body' and the distinction between the Hinayana and Mahayana ideas. All of these topics relate to the problem of Nirvana, and indicate the great amount of speculation undertaken on this most important question.

Tuyển Luận Thứ Mười Bốn
The Fourteenth Selective Essay

Ai Tạo Nghiệp?

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

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

Theo Phật giáo, nghiệp không phải là số mệnh hay tiền định; nghiệp cũng không phải là một hành động đơn giản, vô ý thức hay vô tình. Ngược lại, nó là một hành động cố ý, có ý thức, và được cân nhắc kỹ lưỡng. Cũng theo Phật giáo, bất cứ hành động nào cũng sẽ dẫn đến

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

Theo truyền thống Phật giáo, có hai loại nghiệp: nghiệp cố ý và nghiệp không cố ý. Nghiệp cố ý sẽ phải mang nghiệp quả nặng nề.

Nghiệp không cố ý, nghiệp quả nhẹ hơn. Lại có hai loại nghiệp khác: thiện nghiệp và bất thiện nghiệp. Thiện nghiệp như bố thí, ái ngữ và lợi tha. Bất thiện nghiệp như sát sanh, trộm cắp, nói dối, vọng ngữ. Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, có hai loại nghiệp. Thứ nhất là Dẫn Nghiệp: Tức là nghiệp đưa một sinh vật thác sinh làm người, làm trời hay làm thú; không thế lực nào khác có thể đưa một sinh vật đến một hình thái đặc biệt nào đó của đời sống. Thứ nhì là Mãn Nghiệp: Sau khi mỗi đời sống đã được quyết định, mãn nghiệp sẽ kiện toàn tính chất hữu hình của sinh vật để nó trở thành một chủng loại hoàn hảo. Lại có hai ảnh hưởng của hành động. Thứ nhất là Biệt Nghiệp: Biệt nghiệp tạo ra cá biệt thể. Biệt nghiệp là những sự việc mà chúng sanh hành động một cách riêng rẽ. Thứ nhì là Cộng Nghiệp: Tức là nghiệp tạo ra vũ trụ. Cộng nghiệp của thế giới này không phải chỉ là nghiệp của loài người, mà là của chung muôn loài chúng sanh. Cũng theo truyền thống Phật giáo, có ba loại nghiệp: thân nghiệp, khẩu nghiệp, và ý nghiệp. Lại có ba loại nghiệp khác: hiện phước nghiệp, hiện phi phước nghiệp, và hiện bất động nghiệp. Lại có ba loại nghiệp khác nữa: hữu lậu nghiệp, vô lậu nghiệp, và phi lậu phi vô lậu nghiệp. Lại có ba loại nghiệp khác nữa: thiện nghiệp, bất thiện nghiệp, và nghiệp không thiện không ác. Lại có ba loại nghiệp khác nữa, còn được gọi là Tam Thời Nghiệp. Thứ nhất là nghiệp quá khứ tích tụ quả hiện tại. Thứ nhì là nghiệp hiện tại tích tụ quả hiện tại. Thứ ba là nghiệp hiện tại tích tụ quả vị lai.

Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có bốn loại nghiệp: Thứ nhất là Hắc Nghiệp Hắc Báo. Thứ nhì là Bạch Nghiệp Bạch Báo. Thứ ba là Hắc Bạch Nghiệp, Hắc Bạch Báo. Thứ tư là Phi Hắc Phi Bạch Nghiệp, Phi Hắc Phi Bạch Báo, đưa đến sự tận diệt các nghiệp. Theo Phật giáo Đại thừa, có bốn loại nghiệp: Thứ nhất là Nghiệp Tích Lũy, tức là nghiệp tạo từ nhiều đời trước. Thứ nhì là Nghiệp Tập Quán, tức là nghiệp tạo trong đời hiện tại. Thứ ba là Cực Trọng Nghiệp, tức là nghiệp có khả năng mạnh có thể chi phối tất cả các nghiệp khác. Thứ tư là Cận Tử Nghiệp, tức là nghiệp rất mạnh lúc sắp chết. Theo A Tỳ Đạt Ma Luận (Vi Diệu Pháp), có bốn loại nghiệp: thiện nghiệp, bất thiện nghiệp, nghiệp không thiện không ác, và nghiệp trong trạng thái dừng chờ. Riêng nghiệp trong trạng thái dừng chờ là loại nghiệp mà hành vi tạo tác đã dừng hẳn, và trạng thái này tồn tại trong dòng tâm thức tương tục. Trạng thái dừng chờ này là một sự tĩnh tại có tác động,

hay một sự bằng lặng có hàm chứa tác nhân. Đây là một năng lực khi hành vi tạo tác không đơn thuần là hoàn toàn dừng hẳn mà vẫn còn có khả năng tạo ra những kết quả trong tương lai. Những trạng thái dừng chờ nầy có khả năng tự phục hoạt từng sát na cho đến khi kết quả được hình thành. Dù mau hay dù chậm, khi hội đủ những điều kiện thích hợp (đủ duyên), nó sẽ chín muồi và tạo ra quả. Nếu con người không chịu nương nhờ vào một phương tiện để hóa giải tiềm lực của nghiệp, chẳng hạn như sám hối và phát nguyện không tiếp tục tái phạm nữa thì nghiệp lực nầy vẫn tồn tại. Lại có bốn nghiệp khác: nghiệp tái tạo, nghiệp trợ duyên, nghiệp bổ đồng, và nghiệp tiêu diệt.

Thuyết Nghiệp Báo Trong Đạo Phật: Nghiệp báo là những hệ quả của tiền kiếp. Những vui sướng hay đau khổ trong kiếp nầy là ảnh hưởng hay quả báo của tiền kiếp. Thế cho nên cổ đức có nói: “Dục tri tiền thế nhân, kim sanh thọ giả thị. Dục tri lai thế quả, kim sanh tác giả thị.” Có nghĩa là muốn biết nhân kiếp trước của ta như thế nào, thì hãy nhìn xem quả báo mà chúng ta đang thọ lãnh trong kiếp nầy. Muốn biết quả báo kế tiếp của ta ra sao, thì hãy nhìn vào những nhân mà chúng ta đã và đang gây tạo ra trong kiếp hiện tại. Một khi hiểu rõ được nguyên lý nầy rồi, thì trong cuộc sống hằng ngày của người con Phật chơn thuần, chúng ta sẽ luôn có khả năng tránh các điều dữ, làm các điều lành. Theo Phật giáo, nghiệp quả là hậu quả tất nhiên của hành động theo luật nhân quả của nhà Phật. Hậu quả của nghiệp tái sanh tùy thuộc vào nghiệp gây tạo của những đời trước. Nghiệp giống như cơn gió thổi, đưa chúng sanh những chỗ tái sanh thiện ác. Nếu gió thiện thổi vào chỗ tốt chúng sanh sẽ được sung sướng; còn gió ác thổi vào chỗ xấu chúng sanh thì chịu khổ sở. Dù nghiệp đã được định nghĩa một cách đơn giản là các hành vi, thực ra, nghiệp chỉ tất cả sự tích tụ những kinh nghiệm và hành vi của chúng ta từ lúc khởi sanh của loài người và cả trước lúc ấy nữa. Nghiệp của đời trước mà Phật giáo dạy còn sâu xa hơn nữa, vì nó gồm cả nghiệp của đời sống của chính chúng ta đã tạo nên qua sự tái diễn sanh và tử từ quá khứ vô định cho đến hiện tại. Bàn Cư Sĩ nói: "Phàm phu ý chí hẹp hòi, suy nghĩ hư vọng, hay nói có khó có dễ... Có biết đâu chỉ vì cái tâm chấp khó chấp dễ, rồi vọng sinh ra giữ, bỏ, níu giữ chúng ta lăn trôi nơi các đường dữ trong luân hồi sanh tử. Nếu không nhổ hết các căn bệnh này, ắt chẳng có lúc nào ra khỏi biển sanh tử được."

Sự Vận Hành Của Nghiệp Chỉ Là Sự Chuyển Động Liên Tục, Không Gián Đoạn: Chúng sanh chết ở đây và tái sanh ở nơi khác không phải cùng người ấy, cũng không phải là một người hoàn toàn khác. Sát na của tâm cuối cùng về kiếp trước, kế tiếp hiện tại. Do sự diệt của sát na tâm tử này hay do sát na tâm tử này tạo điều kiện mà sát na tâm đầu tiên của kiếp hiện tại thường được gọi là “Kiếp Sanh Thức” (Patisandhi-vinnana) khởi sanh. Tương tự như vậy, sát na tâm cuối cùng của kiếp hiện tại tạo điều kiện hay làm duyên cho sát na tâm đầu tiên trong kiếp kế tiếp. Cứ như thế mà tâm cứ sanh rồi diệt, nhường chỗ cho tâm mới sanh. Như vậy dòng tâm thức sanh diệt liên tục này cứ trôi chảy cho đến khi sự sống dừng hẳn. Sự sống, nói cách khác, chính là tâm thức, ước muốn sống, muốn được tiếp tục tồn tại. Hành giả nên luôn nhớ rằng chỉ trong một niệm là nghiệp đã được thành lập. Nếu thành tâm tu trì thì chắc chắn chúng ta sẽ giảm thiểu đi rất nhiều sự thành lập của những nghiệp mới. Một khi việc tốt hay việc xấu đã được làm thì nghiệp tự động được thành lập. Tuy nhiên, Hòa thượng Thích Thanh Từ, một thiền sư nổi tiếng trong lịch sử Phật giáo Việt Nam cận đại đã khẳng định: “Tu là chuyển nghiệp.” Như vậy nhân tạo nghiệp của bất cứ đời nào, đều có thể chuyển được.

Con Người Là Kẻ Sáng Tạo Cuộc Đời Và Vận Mạng Của Chính Mình: Theo đạo Phật, con người là kẻ sáng tạo của cuộc đời và vận mạng của chính mình. Mọi việc tốt và xấu mà chúng ta gặp phải trên đời đều là hậu quả của những hành động của chính chúng ta phản tác dụng trở lại chính chúng ta. Những điều vui buồn của chúng ta cũng là kết quả của những hành động của chính mình, trong quá khứ xa cũng như gần, là nguyên nhân. Và điều chúng ta làm trong hiện tại sẽ ấn định điều mà chúng ta sẽ trở nên trong tương lai. Cũng vì con người là kẻ sáng tạo cuộc đời mình, nên muốn hưởng một đời sống hạnh phúc và an bình, người ấy phải là một kẻ sáng tạo tốt, nghĩa là phải tạo nghiệp tốt. Nghiệp tốt cuối cùng phải đến từ một cái tâm tốt, một cái tâm an tịnh. Luật nghiệp báo liên kết các đời trong quá khứ, hiện tại và tương lai của một cá nhân xuyên qua tiến trình luân hồi của người ấy. Để có thể hiểu được tại sao có được sự liên kết giữa những kinh nghiệm và hành động của một cá nhân trong các cuộc đời nối tiếp, chúng ta cần nhìn lướt qua về sự phân tích của đạo Phật về “thức”. Theo triết học Phật giáo về “thức”, trường phái Duy Thức Học, có tám thức. Có năm thức về giác quan: nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, và thân thức.

Những thức này gây nên sự xuất hiện của năm trần từ năm căn. Thức thứ sáu là ý thức, với khả năng phán đoán nhờ phân tích, so sánh và phân biệt các trần và quan niệm. Thức thứ bảy gọi là mặt na thức, tức là ngã thức, tự biết mình vốn là ngã riêng biệt giữa mình và những người khác. Ngay cả những lúc mà sáu thức đều không hoạt động, tỷ dụ như lúc đang ngủ say, thì thức thứ bảy vẫn đang hiện diện, và nếu bị đe dọa, thì thức này, vì sự thức đẩy tự bảo vệ, sẽ đánh thức chúng ta dậy. Thức thứ tám được gọi là a lại da thức, hay tàng thức. Vì thức này rất sâu kín, nên rất khó cho chúng ta hiểu được nó. A lại da là một cái kho chứa tất cả những dấu tích hành động và kinh nghiệm của chúng ta. Tất cả những gì chúng ta thấy, nghe, ngửi, nếm, sờ mó, hoặc làm đều được giữ như những chủng tử vào cái kho tàng thức này. Chủng tử là nhân của năng lực nghiệp báo. Vì a lại da thu góp tất cả những chủng tử của hành động chúng ta đã làm, nó chính là kẻ xây dựng vận mạng của chúng ta. Cuộc đời và cá tánh của chúng ta phản ảnh những chủng tử ở trong kho tàng thức của mình. Nếu chúng ta gửi vào đó những chủng tử xấu, nghĩa là nhân của những việc ác, chúng ta sẽ trở thành kẻ xấu. Do bởi đạo Phật đặt trách nhiệm tối thượng về cuộc đời của chúng ta ở trong tay chúng ta, nên nếu chúng ta muốn nhào nặn cho cuộc đời mình tốt đẹp hơn chúng ta phải hướng tâm trí của mình về một hướng tốt đẹp hơn, vì chính tâm trí điều khiển bàn tay nhào nặn cuộc đời của chúng ta. Tuy nhiên, có lúc chúng ta thấy một người rất đạo đức, tử tế, hiền hậu, dễ thương và khôn ngoan, thế mà cuộc đời người ấy lại đầy những trở ngại từ sáng đến tối. Tại sao lại như vậy? Còn cái lý thuyết về hành động tốt đem lại hạnh phúc và hành động xấu đem lại khổ đau thì sao? Muốn hiểu điều này, chúng ta phải nhận thức rằng nghiệp quả không nhất thiết phải trở ra trong cùng hiện đời mà nghiệp nhân được tạo. Có khi nghiệp đem lại hậu quả chỉ trong đời sau hoặc những đời kế tiếp. Nếu một người từng hành xử tốt trong đời trước, người ấy có thể được hưởng hạnh phúc và sung túc trong đời này mặc dù sự hành xử của người ấy bây giờ có xấu xa đi chăng nữa. Và có người bây giờ rất đức hạnh nhưng có thể vẫn gặp phải nhiều trở ngại vì nghiệp xấu từ đời trước đó. Cũng giống như gieo nhiều thứ hạt khác nhau, có loại trở bông rất sớm, có loại lâu hơn, có khi cả năm. Luật nhân quả không sai chạy, nhưng kết quả đến từng lúc có khác nhau, dưới hình thức khác nhau, và ở nơi chốn khác nhau. Tuy có một số kinh nghiệm của chúng ta là do nghiệp tạo ra trong đời này, số khác

lại do nghiệp tạo ra từ những đời trước. Ở đời này, chúng ta chịu hậu quả những hành động chúng ta đã làm từ những đời trước cũng như ngay trong đời này. Và những gì chúng ta gặt trong tương lai là kết quả việc chúng ta đang làm ngày hôm nay. Giáo lý về nghiệp không chỉ là giáo lý về nhân quả, mà là hành động và phản hành động. Giáo lý này tin rằng bất cứ một hành động nào cố ý thực hiện, từ một tác nhân, dù là ý nghĩ, lời nói hay việc làm, đều có phản động trở lại trên chính tác nhân ấy. Luật nghiệp báo là một luật tự nhiên, và không một quyền lực thần linh nào có thể làm ngưng lại sự thi hành nó được. Hành động của chúng ta đưa đến những kết quả tất nhiên. Nhận ra điều này, người Phật tử không cần cầu khẩn một ông thần nào tha thứ, mà đứng ra điều chỉnh hành động của họ hầu đưa chúng đến chỗ hài hòa với luật chung của vũ trụ. Nếu họ làm ác, họ cố tìm ra lỗi lầm rồi chỉnh đốn lại hành vi; còn nếu họ làm lành, họ cố duy trì và phát triển hạnh lành ấy. Người Phật tử không nên quá lo âu về quá khứ, mà ngược lại nên lo cho việc làm trong hiện tại. Thay vì chạy ngược chạy xuôi tìm sự cứu rỗi, chúng ta nên cố gắng gieo chủng tử tốt trong hiện đời, rồi đợi cho kết quả đến tùy theo luật nghiệp báo. Thuyết nghiệp báo trong đạo Phật cho con người chứ không ai khác, con người là kẻ tạo dựng nên vận mạng của chính mình. Từng giờ từng phút, chúng ta làm và dựng nên vận mệnh của chính chúng ta qua ý nghĩ, lời nói và việc làm. Chính vì thế mà cổ đức có dạy: “Gieo ý nghĩ, tạo hành động; gieo hành động, tạo tính hạnh; gieo tính hạnh, tạo cá tánh; gieo cá tánh, tạo vận mạng.”

Lời Phật Dạy Về Nghiệp Báo: Nghiệp báo là những hệ quả của tiền kiếp. Những vui sướng hay đau khổ trong kiếp này là ảnh hưởng hay quả báo của tiền kiếp. Thế cho nên cổ đức có nói: “Dục tri tiền thế nhân, kim sanh thọ giả thị. Dục tri lai thế quả, kim sanh tác giả thị.” Có nghĩa là muốn biết nhân kiếp trước của ta như thế nào, thì hãy nhìn xem quả báo mà chúng ta đang thọ lãnh trong kiếp này. Muốn biết quả báo kế tiếp của ta ra sao, thì hãy nhìn vào những nhân mà chúng ta đã và đang gây tạo ra trong kiếp hiện tại. Một khi hiểu rõ được nguyên lý này rồi, thì trong cuộc sống hằng ngày của người con Phật chơn thuần, chúng ta sẽ luôn có khả năng tránh các điều dữ, làm các điều lành. Như trên đã nói, nghiệp báo là quả báo sướng khổ tương ứng với thiện ác nghiệp. Tuy nhiên, theo tông Hoa Nghiêm, chư Bồ

Tất vì thương sót chúng sanh mà hiện ra thân cảm thụ hay nghiệp báo thân, giống như thân của chúng sanh để cứu độ họ.

Sau khi đạt được đại giác, Đức Phật đã lưu lại dưới gốc cây Bồ Đề thêm 49 ngày với niềm hỷ lạc vô biên. Trong khoảng thời gian này, Ngài nhận thức rằng những gì Ngài đã hiểu biết là một chân lý vi diệu và khó khăn mà những người khác còn những ham muốn trần tục khó lòng thấu hiểu. Ngài đi đến kết luận rằng chân lý này sẽ trở nên vô nghĩa khi Ngài cố tìm cách giảng dạy cho người khác về sự giác ngộ của Ngài, nhưng vị đại Phạm Thiên Sahampati hiện ra thỉnh cầu Ngài chia sẻ sự khám phá của Ngài cho nhân loại. Vị đại Phạm Thiên Sahampati hiện ra thỉnh cầu Ngài chia sẻ sự khám phá của Ngài cho nhân loại. Bị thúc đẩy bởi lòng bi mẫn vĩ đại của chính mình, Đức Phật quyết định xem xét lại thế gian. Ngài thấy chúng sanh có nhiều hạng bậc khác nhau, giống như hoa sen trong hồ, một số nằm ngâm dưới làn nước, một số mọc tựa lên mặt nước, lại có một số khác vươn cao khỏi mặt nước và đứng thật vững chãi. Ngài hiểu rằng cũng giống như vậy, con người thì có người tốt, có người xấu, một số dễ dàng chỉ dạy và một số khác thì khó khăn. Do tính đa dạng này và vì lòng bi mẫn lớn lao của Ngài dành cho chúng sanh, Đức Phật thay đổi ý định của Ngài và quyết định dẫn dắt chúng sanh. Trong số những lời dạy này có những lời dạy của đức Phật là lời dạy về Nghiệp Báo trong các kinh điển mãi mãi quý báu cho chúng ta.

Lời Đức Phật Dạy Đệ Tử Về Nghiệp: Khi có một đệ tử đến sám hối với Đức Phật về những việc sai trái trong quá khứ, Đức Phật không hề hứa tha thứ, vì Ngài biết rằng mỗi người đều phải gặt kết quả của nhân do chính mình đã gieo. Thay vì vậy, Ngài giải thích: “Nếu ông thấy việc ông từng làm là sai và ác, thì từ nay trở đi ông đừng làm nữa. Nếu ông thấy việc ông làm là đúng và tốt, thì hãy làm thêm nữa. Hãy cố mà diệt ác nghiệp và tạo thiện nghiệp. Ông nên biết hình ảnh của ông ngày nay là bóng của ông trong quá khứ, và hình ảnh tương lai của ông là bóng của ông ngày hôm nay. Ông phải chú tâm vào hiện tại hầu tinh tấn trong việc tu đạo.”

Lời Phật Dạy Về Nghiệp Trong Kinh Pháp Cú: Những người gây điều bất thiện, làm xong ăn năn khóc lóc, nhỏ lệ dầm dề, vì biết mình sẽ phải thọ lấy quả báo tương lai (67). Những người tạo các thiện nghiệp, làm xong chẳng chút ăn năn, còn vui mừng hơn hở, vì biết mình sẽ thọ lấy quả báo tương lai (68). Khi ác nghiệp chưa thành thực,

người ngu tưởng như đường mật, nhưng khi ác nghiệp đã thành thực, họ như đinh phải chịu khổ đắng cay (69). Những vị A-la-hán ý nghiệp thường vắng lặng, ngữ nghiệp hành nghiệp thường vắng lặng, lại có chánh trí giải thoát, nên được an ổn luôn (96). Hãy gấp rút làm lành, chế chỉ tâm tội ác. Hễ biếng nhác việc lành giờ phút nào thì tâm ưa chuyện ác giờ phút nấy (116). Nếu đã lỡ làm ác chớ nên thường làm hoài, chớ vui làm việc ác; hễ chứa ác như đinh thọ khổ (117). Nếu đã làm việc lành hãy nên thường làm mãi, nên vui làm việc lành; hễ chứa lành như đinh thọ lạc (118). Khi nghiệp ác chưa thành thực, kể ác cho là vui, đến khi nghiệp ác thành thực kể ác mới hay là ác (119). Khi nghiệp lành chưa thành thực, người lành cho là khổ, đến khi nghiệp lành thành thực, người lành mới biết là lành (120). Chớ khinh điều ác nhỏ, cho rằng “chẳng đưa lại quả báo cho ta.” Phải biết giọt nước nhiều lâu ngày cũng làm đầy bình. Kẻ ngu phu sở dĩ đầy tội ác bởi chứa dồn từng khi ít mà nên (121). Chớ nên khinh điều lành nhỏ, cho rằng “chẳng đưa lại quả báo cho ta.” Phải biết giọt nước nhiều lâu ngày cũng làm đầy bình. Kẻ trí sở dĩ toàn thiện bởi chứa dồn từng khi ít mà nên (122). Không tạo ác nghiệp là hơn, vì làm ác như đinh thọ khổ; làm các thiện nghiệp là hơn, vì làm lành như đinh thọ vui (314).

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

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

Hành giả nên luôn nhớ rằng dù mục đích tối thượng của đạo Phật là giác ngộ và giải thoát, Đức Phật cũng dạy rằng tu là cội nguồn hạnh phúc, hết phiền não, hết khổ đau. Phật cũng là một con người như bao nhiêu con người khác, nhưng tại sao Ngài trở thành một bậc giác ngộ vĩ đại? Đức Phật chưa từng tuyên bố Ngài là thần thánh gì cả. Ngài chỉ nói rằng chúng sanh mọi loài đều có Phật tính hay hạt giống giác ngộ và sự giác ngộ ở trong tâm tay của mọi người, rồi nhờ rời bỏ ngại vị Thái Tử, của cải, và quyền lực để tu tập và tầm cầu chân lý mà Ngài đạt được giác ngộ. Phật tử chúng ta tu không phải mong cầu xin ân huệ, mà phải tu tập theo gương hạnh của Đức Phật, phải chuyển nghiệp xấu thành nghiệp lành hay không còn nghiệp nào nữa. Con người ở đời giàu có và thông minh, nghèo hèn và ngu dốt. Mỗi người mỗi khác, mỗi người một hoàn cảnh riêng biệt sai khác nhau. Phật tử tin rằng nguyên nhân chỉ vì mỗi người tạo nghiệp riêng biệt. Đây chính là luật nhân duyên hay nghiệp quả, và chính nghiệp tác động và chi phối tất cả. Chính nghiệp nơi thân khẩu ý tạo ra kết quả, hạnh phúc hay khổ đau, giàu hay nghèo. Nghiệp không có nghĩa là số phận hay định mệnh. Nếu tin vào số phận hay định mệnh thì sự tu tập đâu còn cần thiết và lợi ích gì? Nghiệp không cố định cũng không phải là không thay đổi được. Con người không thể để bị giam hãm trong bốn bức tường kiên cố của nghiệp. Ngược lại, con người có khả năng và nghị lực có thể làm thay đổi được nghiệp. Vận mệnh của chúng ta hoàn toàn tùy thuộc vào hành động của chính chúng ta; nói cách khác, chúng ta chính là những nhà kiến trúc ngôi nhà nghiệp của chính chúng ta. Tu theo Phật là tự mình chuyển nghiệp. Chuyển nghiệp là chẳng những phải bỏ mọi tật xấu của chính mình, mà cũng đừng quan

tâm đến những hành động xấu của người khác. Chúng ta không thể nào đổ lỗi cho ai khác về những khổ đau và bất hạnh của chính mình. Chúng ta phải đối diện với cuộc sống chứ không bỏ chạy, vì có chỗ nào trên quả đất này là chỗ cho chúng ta chạy trốn nghiệp của mình đâu. Vì thế chúng ta phải chuyển nghiệp bằng cách tu tập các hạnh lành để mang lại hạnh phúc cho chính mình, hơn là cầu xin hoặc sám hối. Chuyển nghiệp là thường nhớ tới nghiệp, phải dùng trí tuệ để phân biệt thiện ác, lành dữ, tự do và trói buộc để tránh nghiệp ác, làm nghiệp lành, hay không tạo nghiệp nào cả. Chuyển nghiệp còn là thanh lọc tự tâm hơn là cầu nguyện, nghi lễ cúng kiến hay tự hành xác. Ngoài ra, chuyển nghiệp còn là chuyển cái tâm hẹp hòi ích kỷ thành cái tâm mền thương rộng lớn và thành tựu tâm từ bi bằng cách thương xót chúng sanh mọi loài. Nói cách khác, chuyển nghiệp là thành tựu tứ vô lượng tâm, đặc biệt là hai tâm từ và bi. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng trong đời này ai cũng phải một lần chết, hoặc sớm hoặc muộn; khi chết, không ai mang theo được bất cứ thứ gì của trần tục, chỉ có nghiệp lành hay nghiệp dữ do mình tạo ra sẽ phải theo mình như hình với bóng mà thôi.

Gieo Nhân Nào Gặt Quả Đó: Một số người tin theo một số tôn giáo khác, thì định mệnh của con người được Thượng đế quyết định. Thượng đế quyết định cho một người được lên thiên đàng hay xuống địa ngục; Thượng đế còn định trước cả cuộc đời của con người trên thế gian này. Vài người khác tin vào thuyết định mệnh, rằng mỗi người chúng ta đều có số phận sẵn mà chúng ta không thể nào thay đổi, cũng như không làm gì khác hơn được. Họ tin rằng ‘Việc gì đến sẽ đến’. Trong triết lý này, nhân tố quyết định số phận con người không phải là Thượng đế, mà là một sức mạnh huyền bí gọi là ‘số phận’ vượt quá tầm hiểu biết của chúng ta. Còn một số người khác nữa lại tin vào sự trái ngược lại với số phận, họ là những người tin vào thuyết ‘vô định’: mọi việc xảy ra đều do sự tình cờ hay ngẫu nhiên nào đó. Họ tin rằng nếu một người may mắn, người đó sẽ đạt được hạnh phúc và sự thành công; nếu không may thì sẽ phải chịu khổ đau và thất bại, nhưng tất cả những gì mà con người nhận lãnh đều không do một tiến trình của sự quyết định, mà đều do tình cờ, hoàn toàn ngẫu nhiên. Như trong Cơ Đốc giáo, người tín hữu thờ phượng Thượng đế và cầu nguyện Ngài để được tha thứ khỏi phải lãnh những hậu quả của những hành động xấu ác mà người ấy đã gây tạo. Phật giáo khác với Cơ Đốc giáo ở chỗ Phật

giáo xét căn nguyên của mọi điều xấu do bởi vô minh chứ không do tội lỗi do sự nhận thức sai lầm, chứ không do việc hành động theo ý muốn và chống đối. Về một định nghĩa thực tiễn cho vô minh, chúng ta có thể xem đó là bốn tà kiến làm cho chúng ta đi tìm sự thường hằng trong chỗ vô thường, tìm sự thanh thản trong chỗ không thể tách rời ra khỏi khổ đau, tìm cái ngã trong chỗ chẳng liên quan gì đến bản ngã chân thật, và tìm vui thú trong chỗ thật ra chỉ toàn là sự ghê tởm đáng chán. Theo luật ‘Nhân Quả’ của nhà Phật, hiện tại là cái bóng của quá khứ, tương lai là cái bóng của hiện tại. Vì vậy mà hành động của chúng ta trong hiện tại là quan trọng nhất, vì điều mà chúng ta làm ngày nay ấn định con đường của sự phát triển tương lai của mình. Vì lý do này mà người tu tập theo Phật giáo nên luôn chú tâm vào hiện tại hầu có thể tiến triển tốt trên đường tu đạo. Theo giáo lý về tái sinh trong đạo Phật, quan hệ nhân quả giữa hành động và hậu quả của nó không những chỉ có giá trị trong hiện đời, mà còn có giá trị với những đời quá khứ và tương lai nữa. Luật nhân quả phổ thông này không thể nào tránh được. Giống như mình không thể nào chạy trốn được cái bóng của chính mình, chúng ta không thể nào trốn chạy hậu quả của những hành động của mình. Chúng sẽ mãi đeo đuổi chúng ta dầu chúng ta có lần trốn ở bất cứ nơi đâu. Ngoài ra, Đức Phật còn dạy, tâm bất thiện tạo ra những tư tưởng bất thiện (hận, thù, tổn hại và tà kiến, vân vân), cũng như những hành động gây ra khổ đau loạn động. Tâm bất thiện sẽ hủy diệt sự an lạc và thanh tịnh bên trong.

Đạo Cơ Đốc tự mâu thuẫn bởi một câu viết trong Thánh Kinh “Người gieo cái gì thì sẽ gặt cái nấy” với sự ân xá nhờ ơn Chúa hay Thượng đế. Cái câu “Gieo gì gặt nấy” rõ ràng hoàn toàn phù hợp với ý nghĩa của luật nhân quả tự nhiên, trong khi sự ân xá nhờ ơn Chúa hoàn toàn phủ nhận luật nhân quả tự nhiên này. Nhưng trong đạo Phật, không ai có thể tha thứ cho một người khỏi những vi phạm của người đó. Nếu làm một điều ác thì người đó phải gặt hái những hậu quả xấu, vì tất cả đều do luật chung điều khiển chứ không do một đấng sáng tạo toàn năng nào. Theo Phật giáo, những vui sướng hay đau khổ trong kiếp này là ảnh hưởng hay quả báo của tiền kiếp. Thế cho nên cổ đức có nói: “Dục tri tiền thế nhân, kim sanh thọ giả thị. Dục tri lai thế quả, kim sanh tác giả thị.” Có nghĩa là muốn biết nhân kiếp trước của ta như thế nào, thì hãy nhìn xem quả báo mà chúng ta đang thọ lãnh trong kiếp này. Muốn biết quả báo kế tiếp của ta ra sao, thì hãy nhìn vào

những nhân mà chúng ta đã và đang gây tạo ra trong kiếp hiện tại. Một khi hiểu rõ được nguyên lý này rồi, thì trong cuộc sống hằng ngày của người con Phật chơn thuần, chúng ta sẽ luôn có khả năng tránh các điều dữ, làm các điều lành. Mọi hành động làm nhân sẽ có một kết quả hay hậu quả. Cũng như vậy, kết quả hay hậu quả đều có nhân của nó. Luật nhân quả là khái niệm căn bản trong đạo Phật, nó chi phối tất cả mọi trường hợp. Người Phật tử tin luật nhân quả chứ không không phải thưởng phạt. Mọi hành động hễ là nhân ắt có quả. Tương tự, hễ là quả ắt có nhân. Luật nhân quả là ý niệm căn bản trong Phật giáo chi phối mọi hoàn cảnh. Đây là định luật căn bản của vạn hữu, nếu một người gieo hạt giống tốt thì chắc chắn người đó sẽ gặt quả tốt; nếu người ấy gieo hạt giống xấu thì hiển nhiên phải gặt quả xấu. Dù kết quả có thể mau hay chậm, mọi người chắc chắn sẽ nhận những kết quả tương ứng với những hành động của mình. Người nào thâm hiểu nguyên lý này sẽ không bao giờ làm điều xấu.

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

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

Đúng vậy, vấn đề chỉ là thời gian sớm hay chậm mà thôi, bạn sẽ gạt những gì bạn gieo vì nghiệp không bao giờ tự biến mất. Theo A Tỳ Đạt Ma Luận (Vi Diệu Pháp), có bốn loại nghiệp theo thời gian trổ quả. Thứ nhất là *Hiện Nghiệp*: Hiện nghiệp là loại nghiệp mà quả của nó phải trổ sanh trong kiếp hiện tại (nghiệp trổ quả tức khắc); nếu không thì nó sẽ trở thành vô hiệu lực. Thứ nhất là Quả lành trổ sanh trong kiếp hiện tại. Trong Truyện Cổ Phật Giáo có một câu chuyện về “Quả Lành Trổ Sanh Ngay Trong Kiếp Hiện Tại” như sau. Vào thời Đức Phật còn tại thế, có hai vợ chồng người kia chỉ có một cái áo choàng che thân. Khi chồng có việc đi đâu, mặc áo, thì vợ phải ở nhà. Nếu vợ đi thì chồng ở nhà. Một ngày kia, chồng đi nghe Đức Phật thuyết pháp, lấy làm thỏa thích bèn nảy sinh ý định muốn dâng lên Phật cái áo duy nhất ấy, nhưng lòng luyến ái cố hữu của con người trở lên, và một cuộc tranh đấu với chính mình diễn ra trong lòng anh. Sau cùng tâm bố thí chế ngự được lòng luyến ái. Anh hết sức vui mừng mà reo lên rằng: “Ta đã chiến thắng, ta đã chiến thắng” và hành động đúng y như sở nguyện, đem dâng cái áo duy nhất của hai vợ chồng lên Phật. Câu chuyện lọt đến tai vua. Đức vua bèn hoan hỷ truyền lệnh ban cho anh ta 32 bộ áo. Người chồng mộ đạo nầy lựa ra một cái cho mình, một cái cho vợ, còn bao nhiêu đem dâng hết cho Đức Phật và Tăng đoàn. Thứ nhì là Quả dữ trổ sanh trong kiếp hiện tại. Trong Truyện Cổ Phật Giáo có một câu chuyện về “Quả Dữ Trổ Sanh Ngay Trong Kiếp Hiện Tại” như sau. Một người thợ săn dắt bầy chó vào rừng để săn thú, thấy bên đường có một vị Tỳ Kheo đang đi khất thực. Đi cả buổi không săn được gì, người thợ săn lấy làm bực tức cho rằng xui vì giữa đường gặp đạo sĩ. Lúc trở về lại cũng gặp vị đạo sĩ ấy, nên người thợ săn nổi cơn giận xua chó cắn vị sư. Mặc dầu vị sư hết lời năn

nỉ van lớn, người thợ săn vẫn cương quyết không tha. Không còn cách nào khác, vị sư bèn trèo lên cây để tránh bầy chó dữ. Người thợ săn bèn chạy đến gốc cây giương cung bắn lên, trúng nhằm gót chân vị sư. Trong lúc quá đau đớn, vị sư đánh rơi cái y xuống đất, chụp lên đầu và bao trùm lên toàn thân tên thợ săn. Bầy chó tưởng lầm là vị sư đã té xuống, nên áp lại cắn xé chính chủ của mình. *Thứ nhì là Hậu Nghiệp:* Hậu nghiệp là loại nghiệp mà quả của nó, nếu có, sẽ phải trở trong kiếp kế liền kiếp hiện tại; nếu không trở sanh được trong kiếp liền kế tiếp ấy thì hậu nghiệp sẽ trở nên vô hiệu lực. Một thí dụ về quả trở sanh trong kiếp kế liền sau kiếp hiện tại được kể như sau. Có người làm công cho nhà triệu phú nọ, một ngày rằm, sau khi làm việc cực nhọc ngoài đồng, chiều về cả nhà đều thọ bát quan trai giới trong ngày ấy. Mặc dầu chỉ còn có nửa ngày, anh liền xin thọ giới và nhịn đói buổi chiều hôm đó. Bất hạnh thay, sáng hôm sau anh qua đời. Nhờ tâm trong sạch nghiêm trì bát quan trai giới, anh sanh lên cõi trời. Một thí dụ khác là vua A Xà Thế, con vua Bình Sa Vương, liền sau khi chết, tái sanh vào cảnh khổ vì đã mang trọng tội giết cha. *Thứ ba là Nghiệp Vô Hạn Định:* Vô hạn định nghiệp là loại nghiệp mà quả của nó có thể trở bất cứ lúc nào nó có dịp trở quả trong những kiếp tái sanh. Nghiệp vô hạn định không bao giờ bị vô hiệu lực. Không có bất cứ ai, kể cả Đức Phật hay một vị A La Hán, có thể tránh khỏi hậu quả của nghiệp này. Ngài Mục Kiền Liên đã là một vị A La Hán trong thời quá khứ xa xôi, đã nghe lời người vợ ác tâm, âm mưu ám hại cha mẹ. Do hành động sai lầm ấy, ngài đã trải qua một thời gian lâu dài trong cảnh khổ và, trong kiếp cuối cùng, ngài bị một bọn cướp giết chết. Đức Phật cũng bị nghi là đã giết chết một nữ tu sĩ tu theo đạo lõa thể. Theo Kinh Tiền Thân Đức Phật thì Ngài phải chịu tiếng oan như vậy là vì trong một tiền kiếp Ngài đã thiếu lễ độ với một vị độc giác Phật. Đề Bà Đạt Đa toan giết Đức Phật, ông đã lăn đá từ trên núi cao làm trầy chơn ngài, theo truyện Tiền Thân Đức Phật thì trong một tiền kiếp Đức Phật đã lỡ tay giết chết một người em khác mẹ để đoạt của trong một vụ tranh chấp tài sản. *Thứ tư là Nghiệp Vô Hiệu Lực:* Vô hiệu lực nghiệp là loại nghiệp không có được đủ điều kiện để trở quả. Thuật ngữ “Ahoosi” không chỉ một loại nghiệp riêng biệt, mà nó dùng để chỉ những nghiệp khi phải trở quả trong kiếp hiện tại hoặc kế tiếp, mà không gặp điều kiện để trở. Trong trường hợp của các vị A La Hán, tất

cả nghiệp đã tích lũy trong quá khứ, đến hồi trở quả trong những kiếp vị lai thì bị vô hiệu hóa khi các vị ấy đắc quả vô sanh.

Nói tóm lại, theo giáo thuyết nhà Phật, gieo nhân nào gặt quả nấy, không có ngoại lệ. Theo Kinh Địa Tạng, tùy theo hoàn cảnh của chúng sanh mà Ngài Địa Tạng sẽ khuyên dạy: “Nếu gặp kẻ sát hại loài sinh vật, thời dạy rõ quả báo vì ương lụy đời trước mà phải bị chết yểu. Nếu gặp kẻ trộm cắp, thời ngài dạy rõ quả báo nghèo khổ khổ sở. Nếu gặp kẻ tà dâm thời ngài dạy rõ quả báo làm chim se sẽ, bồ câu, uyên ương. Nếu gặp kẻ nói lời thô ác, thời ngài dạy rõ quả báo quyến thuộc kinh chống nhau. Nếu gặp kẻ hay khinh chê, thời ngài dạy rõ quả báo không lưỡi và miệng lở. Nếu gặp kẻ quá nóng giận, thời ngài dạy rõ quả báo thân hình xấu xí tàn tật. Nếu gặp kẻ bỗ xén thời ngài dạy rõ quả báo cầu muốn không được toại nguyện. Nếu gặp kẻ ham ăn, thời ngài dạy rõ quả báo đói, khát và đau cổ họng. Nếu gặp kẻ buông lung săn bắn, thời ngài dạy rõ quả báo kinh hải điên cuồng mất mạng. Nếu gặp kẻ trái nghịch cha mẹ, thời ngài dạy rõ quả báo trời đất tru lục. Nếu gặp kẻ đốt núi rừng cây cỏ, thời ngài dạy rõ quả báo cuồng mê đến chết. Nếu gặp cha mẹ ghẻ ăn ở độc ác, thời ngài dạy rõ quả báo thác sanh trở lại hiện đời bị roi vọt. Nếu gặp kẻ dùng lưới bắt chim non, thời ngài dạy rõ quả báo cốt nhục chia lìa. Nếu gặp kẻ hủy báng Tam Bảo, thời ngài dạy rõ quả báo đui, điếc, câm, ngọng. Nếu gặp kẻ khinh chê giáo pháp, thời ngài dạy rõ quả báo ở mãi trong ác đạo. Nếu gặp kẻ lạm phá của thường trụ, thời ngài dạy rõ quả báo ức kiếp luân hồi nơi địa ngục. Nếu gặp kẻ làm ô nhục người tịnh hạnh và vu báng Tăng già, thời ngài dạy rõ quả báo ở mãi trong loài súc sanh. Nếu gặp kẻ dùng nước sôi hay lửa, chém chặt, giết hại sanh vật, thời ngài dạy rõ quả báo phải luân hồi thường mạng lẫn nhau. Nếu gặp kẻ phá giới phạm trai, thời ngài dạy rõ quả báo cầm thú đói khát. Nếu gặp kẻ ngã mạn cống cao, thời ngài dạy rõ quả báo hèn hạ bị người sai khiến. Nếu gặp kẻ đâm thọc gây gỗ, thời ngài dạy rõ quả báo không lưỡi hay trăm lưỡi. Nếu gặp kẻ tà kiến mê tín, thời ngài dạy rõ quả báo thọ sanh vào chốn hẻo lánh.

Nghiệp Không Bao Giờ Mất: Thân thể chúng ta, lời nói, và tâm chúng ta đều tạo ra nghiệp khi chúng ta dính mắc. Chúng ta tạo thói quen; những thói quen này sẽ khiến chúng ta đau khổ trong tương lai. Đó là kết quả của sự dính mắc của chúng ta, đồng thời cũng là kết quả của những phiền não trong quá khứ. Mọi tham ái đều dẫn đến nghiệp.

Hãy nhớ rằng không phải chỉ do thân thể mà cả ngôn ngữ và tâm hồn cũng tạo điều kiện cho những gì sẽ xảy ra trong tương lai. Trong quá khứ nếu chúng ta làm điều gì tốt đẹp, bây giờ chỉ cần nhớ lại thôi chúng ta cũng sẽ thấy sung sướng, hãnh diện. Trạng thái sung sướng hãnh diện hôm nay là kết quả của những gì chúng ta đã làm trong quá khứ. Nói cách khác, những gì chúng ta nhận hôm nay là kết quả của nghiệp trong quá khứ. Tất cả mọi sự đều được điều kiện hóa bởi nguyên nhân, dầu đó là nguyên nhân đã có từ lâu hay trong khoảng khắc hiện tại. Nếu chúng ta hành động thiện lành (tích cực) thì kết quả hạnh phúc sớm muộn gì cũng xuất hiện. Khi chúng ta hành động đen tối (tiêu cực), những dấu ấn xấu không bao giờ mất đi mặc dù chúng không đưa đến kết quả tức thì. Khi chúng ta hành động, dù thiện hay ác, thì chính chúng ta chứng kiến rõ ràng những hành động ấy. Hình ảnh của những hành động này sẽ tự động in vào tiềm thức của chúng ta. Hạt giống của hành động hay nghiệp đã được gieo trồng ở đấy. Những hạt giống này đợi đến khi có đủ duyên hay điều kiện là nảy mầm sanh cây trở quả. Cũng như vậy, khi người nhận lãnh lấy hành động của ta làm, thì hạt giống của yêu thương hay thù hận cũng sẽ được gieo trồng trong tiềm thức của họ, khi có đủ duyên hay điều kiện là hạt giống ấy nảy mầm sanh cây và trở quả tương ứng.

Theo Phật giáo, nghiệp thiện hay bất thiện, chẳng bao giờ biến mất cho đến khi nào kết quả chín mùi; tuy nhiên, thanh tịnh nghiệp có thể xảy ra bằng cách nhận lỗi, sửa lỗi và cố gắng làm những chuyện thiện lành. Dù nghiệp đã được định nghĩa một cách đơn giản là các hành vi, thực ra, nghiệp chỉ tất cả sự tích tụ những kinh nghiệm và hành vi của chúng ta từ lúc khởi sanh của loài người và cả trước lúc ấy nữa. Nghiệp của đời trước mà Phật giáo dạy còn sâu xa hơn nữa, vì nó gồm cả nghiệp của đời sống của chính chúng ta đã tạo nên qua sự tái diển sanh và tử tử quá khứ vô định cho đến hiện tại. Điều này chứng tỏ nghiệp, một khi đã gây tạo, sẽ không bao giờ mất cho đến kho trở quả. Một khi nghiệp đã được tạo ra trong đời, khi gặp điều kiện thì những nghiệp ấy chắc chắn sẽ trở quả tương xứng. Nghiệp không bao giờ mất; nó chính là năng lực phát xuất từ kiếp hiện tại, tạo điều kiện cho kiếp sống tương lai theo dòng bất tận. Trong tiến trình này không có cái gì mất và không có cái gì di chuyển hay được đưa đi từ kiếp này sang kiếp khác; đó chỉ là sự chuyển động liên tục, không gián đoạn. Chúng sanh chết ở đây và tái sanh ở nơi khác không phải cùng người

ấy, cũng không phải là một người hoàn toàn khác. Sát na của tâm cuối cùng về kiếp trước, kế tiếp hiện tại. Do sự diệt của sát na tâm tử này hay do sát na tâm tử này tạo điều kiện mà sát na tâm đầu tiên của kiếp hiện tại thường được gọi là “Kiếp Sanh Thức” (Patisandhi-vinnana) khởi sanh. Tương tự như vậy, sát na tâm cuối cùng của kiếp hiện tại tạo điều kiện hay làm duyên cho sát na tâm đầu tiên trong kiếp kế tiếp. Cứ như thế mà tâm cứ sanh rồi diệt, nhường chỗ cho tâm mới sanh. Như vậy dòng tâm thức sanh diệt liên tục này cứ trôi chảy cho đến khi sự sống dừng hẳn. Sự sống, nói cách khác, chính là tâm thức, ước muốn sống, muốn được tiếp tục tồn tại. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng, “biển có thể cạn, núi có thể mòn, nhưng nghiệp tạo từ muôn kiếp trước không bao giờ mất đi; ngược lại, nó kết thành quả, dù ngàn vạn năm trôi qua, cuối cùng mình cũng phải trả nghiệp.” Khi chúng ta gieo hạt tiêu thì cây tiêu sẽ mọc lên và chúng ta sẽ có những hạt tiêu, chứ không phải là những trái cam. Tương tự, khi chúng ta hành động thiện lành thì hạnh phúc phát sanh chứ không phải khổ đau. Khi chúng ta hành động bạo ác thì khổ đau đến chứ không phải là hạnh phúc. Một cái hạt mầm nhỏ có thể phát triển thành một cây to nhiều quả, cũng y như vậy một hành động nhỏ có thể gây ra những kết quả quả to lớn. Vì vậy, chúng ta nên cố gắng tránh những hành động đen tối dù nhỏ, và cố gắng làm những hành động trong sáng dù nhỏ.

Ai Chịu Trách Nhiệm Cho Nghiệp Của Mình?: Có người cho rằng “Tôi không chịu trách nhiệm cho những gì tôi đang là, vì mọi sự gồm trí óc, bản tánh và thể chất của tôi đều mang bản chất của cha mẹ tôi.” Quả thật ông bà cha mẹ có một phần trách nhiệm, nhưng phần lớn những đặc tính khác là trách nhiệm của chúng ta, đến từ kết quả của nghiệp mà chúng ta đã tạo ra trong những đời quá khứ. Hơn nữa, cái “ngã” đang hiện hữu sau thời thơ ấu của một người là kết quả của nghiệp mà chính người ấy đã tạo ra trong đời này. Vì thế mà trách nhiệm của các bậc cha mẹ rất giới hạn. Ý niệm về nghiệp dạy chúng ta một cách rõ ràng rằng một người gặt lấy những quả mà mình đã gieo. Giả dụ hiện tại chúng ta không hạnh phúc, chúng ta có thể mất bình tĩnh và tỏ ra bực bội nếu chúng ta gán sự bất hạnh của chúng ta cho người khác. Nhưng nếu chúng ta xem nỗi bất hạnh trong hiện tại của chúng ta là kết quả của các hành vi của chính chúng ta trong quá khứ thì chúng ta có thể chấp nhận nó và nhận trách nhiệm về mình. Ngoài sự chấp nhận ấy, hy vọng ở tương lai sẽ tràn ngập trong tim

chúng ta: “Tôi càng tích tụ nhiều thiện nghiệp chừng nào thì trong tương lai tôi sẽ càng có nhiều quả báo tốt chừng ấy. Được rồi, tôi sẽ tích tụ nhiều hơn nữa những thiện nghiệp trong tương lai.” Chúng ta không nên chỉ giới hạn ý niệm này trong các vấn đề của kiếp sống con người trong thế giới này. Chúng ta cũng có thể cảm thấy hy vọng về những dấu vết cuộc đời chúng ta sau khi chết. Đối với những người không biết Phật pháp, không có gì kinh khủng bằng cái chết. Mọi người đều sợ nó. Nhưng nếu chúng ta thật sự hiểu biết ý nghĩa của nghiệp quả thì chúng ta có thể giữ bình tĩnh khi đối diện với cái chết vì chúng ta có thể có hy vọng ở cuộc đời sau. Khi chúng ta không chỉ nghĩ đến mình, mà nhận ra rằng nghiệp do những hành vi của chính mình tạo ra sẽ gây một ảnh hưởng đến con cháu chúng ta thì tự nhiên chúng ta sẽ nhận thấy có trách nhiệm về hành vi của chính mình. Chúng ta cũng sẽ nhận ra rằng chúng ta là các bậc cha mẹ, phải giữ một thái độ tốt trong đời sống hằng ngày để có một ảnh hưởng hay quả báo thuận lợi cho con cháu chúng ta. Chúng ta sẽ cảm thấy rõ ràng rằng chúng ta phải nói năng đúng đắn với con cái và nuôi nấng các em một cách thích đáng trong tình yêu thương.

Tự tác giáo tha là tự mình làm, rồi xúi người khác cùng làm. Mặc dầu chúng ta biết rằng sát sanh, trộm cắp, tà dâm, vọng ngữ và uống những chất cay độc là những hành vi tạo nghiệp, không nên làm, nhưng chúng ta vẫn làm và còn xúi người khác làm. Những tội này được phân làm bốn thứ: Nhân, duyên, pháp và nghiệp (nguyên nhân, điều kiện tiếp trợ, phương thức và việc làm). Sự sát sanh gồm có sát nhân, sát duyên, sát pháp và sát nghiệp. Trong bất cứ tiến trình nào của bốn thứ này, tội đều do tự mình làm hay xúi bảo người khác làm. Tự mình làm là chính mình làm chuyện bất chính. Trong khi xúi kẻ khác làm tức là cổ vũ người khác làm chuyện không đúng. Đó là phạm tội một cách gián tiếp. So sánh với tội trực tiếp thì tội gián tiếp này nặng hơn, bởi vì tự mình đã có tội rồi mà mình còn mang thêm tội xảo trá nữa. Cho nên tự mình làm đã là có tội, mà xúi người khác làm thì tội lại nặng hơn. Chúng ta tạo nghiệp bằng cách “Kiến Văn Tùy Hỷ”. Kiến văn tùy hỷ có nghĩa là thấy và nghe người khác làm bậy rồi vui theo. Nghĩa là mình biết kẻ khác phạm tội mà còn trợ giúp cho họ nữa. Tự mình làm là chính mình làm chuyện bất chính. Trong khi kiến văn tùy hỷ tức là nghe thấy và cổ vũ người khác làm chuyện không đúng. Tương tự như trên, đây là phạm tội một cách gián tiếp. So sánh với tội

trực tiếp thì tội gián tiếp này nặng hơn, bởi vì tự mình đã có tội rồi mà mình còn mang thêm tội xảo trá nữa. Cho nên tự mình làm đã là có tội, mà xúi người khác làm thì tội lại nặng hơn. Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng đức Phật, cha mẹ, chư Tăng Ni, kinh sách, bạn đạo, vạn vân... là tất cả những thứ mà chúng ta rất cần sự hỗ trợ trên bước đường tu tập giải thoát, bởi vì chúng ta phải học nhiều, phải giữ giới nghiêm minh, phải tìm một môi trường thích hợp để tu tập thiền định. Nhưng chỉ riêng một mình mình mới có thể nhìn vào tâm mình, và chỉ riêng mình mới có thể xóa đi tam độc tham, sân, si đã trói buộc chúng ta vào vòng luân hồi sanh tử từ vô thủy đến nay mà thôi. Đức Phật đã chỉ ra đường đi, nhưng chúng ta phải tự đi lấy con đường tu tập giải thoát của chính mình!

Theo đạo Phật, con người là kẻ sáng tạo của cuộc đời và vận mạng của chính mình. Đức Phật dạy: Con người tạo nên số phận của chính mình, vì vậy mà mình không nên đổ thừa cho bất cứ ai trước những khó khăn và trở ngại của mình. Không ai khác hơn chính mình là người chịu trách nhiệm cho cuộc đời của mình và tất cả những gì đã xảy ra. Mọi việc tốt và xấu mà chúng ta gặp phải trên đời đều là hậu quả của những hành động của chính chúng ta phản tác dụng trở lại chính chúng ta. Những điều vui buồn của chúng ta cũng là kết quả của những hành động của chính mình, trong quá khứ xa cũng như gần, là nguyên nhân. Và điều chúng ta làm trong hiện tại sẽ ấn định điều mà chúng ta sẽ trở nên trong tương lai. Cũng vì con người là kẻ sáng tạo cuộc đời mình, nên muốn hưởng một đời sống hạnh phúc và an bình, người ấy phải là một kẻ sáng tạo tốt, nghĩa là phải tạo nghiệp tốt. Nghiệp tốt cuối cùng phải đến từ một cái tâm tốt, một cái tâm an tịnh. Luật nghiệp báo liên kết các đời trong quá khứ, hiện tại và tương lai của một cá nhân xuyên qua tiến trình luân hồi của người ấy. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng “Gieo gì gặt nấy” để tự mình không đổ thừa cho bất cứ một ai về những gì đã xảy ra cho mình. Hơn thế nữa, người Phật tử thuần thành không bao giờ tự trách mình mà phải tự biết rằng đây là kết quả của những gì mà mình đã từng làm. Câu trả lời cho việc này rất đơn giản: Hiện tại mình đang gặt lấy cái quả báo chín muồi của cái nghiệp xấu nào đó trong quá khứ, hoặc là trong kiếp này hay trong nhiều kiếp về trước. Biết điều này để mình cố gắng tu tập tinh chuyên hơn nhằm chuyển hóa những nghiệp xấu.

Who Creates Karma?

What Is Karma?: From morning till night, we create karma with our body, with our mouth, and with our mind. In our thoughts, we always think that people are bad. In our mouth, we always talk about other people's rights and wrongs, tell lies, say indecent things, scold people, backbite, and so on. Karma is one of the fundamental doctrines of Buddhism. Everything that we encounter in this life, good or bad, sweet or bitter, is a result of what we did in the past or from what we have done recently in this life. Good karma produces happiness; bad karma produces pain and suffering. So, what is karma? Karma is a Sanskrit word, literally means a deed or an action and a reaction, the continuing process of cause and effect. Moral or any good or bad action (however, the word 'karma' is usually used in the sense of evil bent or mind resulting from past wrongful actions) taken while living which causes corresponding future retribution, either good or evil transmigration (action and reaction, the continuing process of cause and effect). Karma is neither fatalism nor a doctrine of predetermination. Our present life is formed and created through our actions and thoughts in our previous lives. Our present life and circumstances are the product of our past thoughts and actions, and in the same way our deeds in this life will fashion our future mode of existence. According to the definition of the karma, the past influences the present but does not dominate it, for karma is past as well as present. However, both past and present influence the future. The past is a background against which life goes on from moment to moment. The future is yet to be. Only the present moment exists and the responsibility of using the present moment for good or bad lies with each individual. A karma can be created by body, speech, or mind. There are good karma, evil karma, and indifferent karma. All kinds of karma are accumulated by the Alayavijnana and Manas. Karma can be cultivated through religious practice (good), and uncultivated. For sentient being has lived through innumerable reincarnations, each has boundless karma. Whatever kind of karma is, a result would be followed accordingly, sooner or later. No one can escape the result of his own karma. In the Anguttara Nikaya Sutra, the Buddha taught: "Oh Bhikkhus! Mental

volition is what I call action or karma. Having volition one acts by body, speech and thought.”

“Karma” also means “Action, good or bad,” including attachments, aversions, defilements, anger, jealousy, etc. Karma is created (formed) by that being’s conceptions (samskara). This potential directs one behavior and steers the motives for all present and future deeds. In Buddhism, karma arises from three factors: body, speech and mind. For instance, when you are speaking, you create a verbal act. When you do something, you create a physical act. And when you are thinking, you may create some mental actions. Mental actions are actions that have no physical or verbal manifestations. Buddhist ethical theory is primarily with volitional actions, that is, those actions that result from deliberate choice for such actions set in motion a series of events that inevitably produce concordant results. These results may be either pleasant or unpleasant, depending on the original votion. In some cases the results of actions are experienced immediately, and in others they are only manifested at a later time. Some karmic results do not accrue (dồn lại) until a future life. Karmas are actions that lead to both immediate and long range results. All good and evil actions taken while living. Action and appropriate result of action. Karma is not limited by time or space. An individual is coming into physical life with a karma (character and environment resulting from his action in the past). Briefly, “karma” means “deed.” It is produced by all deeds we do. Any deed is invariably accompanied by a result. All that we are at the present moment is the result of the karma that we have produced in the past. Karma is complex and serious. Our deeds, however trifling, leave traces physically, mentally, and environmentally. The traces left in our minds include memory, knowledge, habit, intelligence, and character. They are produced by the accumulation of our experiences and deeds over a long period of time. The traces that our deeds leave on our body can be seen easily, but only part of traces in our minds remain on the surface of our mind, the rest of them are hidden depths of our minds, or sunk in the subconscious mind. This is the complexity and seriousness of the Karma.

According to Buddhism, a “karma” is not a fate or a destiny; neither is it a simple, unconscious, and involuntary action. On the contrary, it is an intentional, conscious, deliberate, and willful action.

Also according to Buddhism, any actions will lead to similar results without any exception. It is to say, “As one sows, so shall one reap.” According to one’s action, so shall be the fruit. If we do a wholesome action, we will get a wholesome fruit. If we do an unwholesome action, we will get an unwholesome result. Devout Buddhists should try to understand the law of karma. Once we understand that in our own life every action will have a similar and equal reaction, and once we understand that we will experience the effect of that action, we will refrain from committing unwholesome deeds. Karma is a product of body, speech and mind; while recompense is a product or result of karma. Karma is like a seed sown, and recompense is like a tree grown with fruits. When the body does good things, the mouth speaks good words, the mind thinks of good ideas, then the karma is a good seed. In the contrary, the karma is an evil seed. According to the Buddhist doctrines, every action produces an effect and it is a cause first and effect afterwards. We therefore speak of “Karma” as the “Law of Cause and Effect.” There is no end to the result of an action if there is no end to the Karma. Life in nowadays society, it is extremely difficult for us not to create any karma; however, we should be very careful about our actions, so that their effect will be only good. Thus the Buddha taught: “To lead a good life, you Buddhists should make every effort to control the activities of your body, speech, and mind. Do not let these activities hurt you and others.” Recompense corresponds Karma without any exception. Naturally, good seed will produce a healthy tree and delicious fruits, while bad seed gives worse tree and fruits. Therefore, unless we clearly understand and diligently cultivate the laws of cause and effect, or karma and result, we cannot control our lives and experience a life the way we wish to. According to the Buddha-Dharma, no gods, nor heavenly deities, nor demons can assert their powers on us, we are totally free to build our lives the way we wish. According to Buddhist doctrines, karma is always just. It neither loves nor hates, neither rewards nor punishes. Karma and Recompense is simply the Law of Cause and Effect. If we accumulate good karma, the result will surely be happy and joyous. No demons can harm us. In the contrary, if we create evil karma, no matter how much and earnestly we pray for help, the result will surely be bitter and painful, no gods can save us.

According to Buddhist tradition, there are two kinds of karma: intentional karma and unintentional karma. Intentional karma which bears much heavier karma vipaka (phala). Unintentional karma which bears lighter karma vipaka. There are also two other kinds of karma: the wholesome and the unwholesome. Wholesome (good) karma such as giving charity, kind speech, helping others, etc. Unwholesome (bad) karma such as killing, stealing, lying and slandering. According to Prof. Junjiro Takakusu in the *Essentials of Buddhist Philosophy*, there are two kinds of action and action-influence. The first type of karma is the drawing action. Drawing action causes a being to be born as a man, as a deva, or as an animal; no other force can draw a living being into a particular form of life. The second type of karma is the fulfilling action. After the kind of life has been determined, the fulfilling action completes the formal quality of the living being so that it will be a thorough specimen of the kind. There are two kinds of action-influence. The first kind of action-influence is individual action-influence which creates the individual being. Individual action-influence or individual karmas are those actions that sentient beings act individually. The second kind of action-influence is common action-influence creates the universe itself. The common-action-influence karma involved in this world system is not just that of human beings, but of every type of sentient being in the system. Also according to the Buddhist tradition, there are three kinds of karma: action (behavior) of the body, behavior of the speech, and behavior of the mind. There are three other kinds of karma: present life happy karma, present life unhappy karma, and karma of an imperturbable nature. There are still three other kinds of karma: karma of ordinary rebirth, karma of Hinayana Nirvana, and karma of Mahayana Nirvana. There are still three other kinds of karma: good karmas, bad karmas, and neutral karmas. There are still three other kinds of karma, which also called three stages of karma. The first stage of karma is the past karma. Past karma is the cause for some results (effects) reaped in the present life. The second stage of karma is the present karma with present results. Present karma is the cause for some results (effects) reaped in the present life (present deeds and their consequences in this life). The second stage of karma is the present karma with future results. Present karma (deed) is the cause for some or all results reaped in the next or

future lives. Present deeds and their next life consequences (present deeds and consequences after next life).

According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are four kinds of kamma. The first kind of karma is the black kamma, or evil deeds with black results. The second kind of karma is the bright kamma with bright result. The third kind of karma is the black-and-bright kamma with black-and-bright result. The fourth kind of karma is the kamma that is neither black nor bright, with neither black nor bright result, leading to the destruction of kamma. According to Mahayana Buddhism, there are four kinds of karmas. The first kind of karma is the accumulated karma, which results from many former lives. The second kind of karma is the repeated karma, which forms during the present life. The third kind of karma is the most dominant karma which is able to subjugate other karmas. The fourth kind of karma is the Near-Death Karma which is very strong. According to the Abhidharma, there are four types of kamma (karma): good karmas, bad karmas, neutral karmas, and karmas in the state of cessation. Especially, karmas in the state of cessation is the state of the activity's having ceased, and this remains in the mental continuum. This state of cessation is an affirming negative, an absence which includes something positive. It is a potency which is not just the mere cessation of the action, but has the capacity of producing an effect in the future. These states of cessation are capable of regenerating moment by moment until an effect is produced. No matter how much time passes, when it meets with the proper conditions, it fructifies or matures. If one has not engaged in a means to cause the potency to be reduced, such as confession and intention of restraint in committing these bad actions again, then these karmas will just remain. There are still four other kinds of karma: productive kamma, supportive kamma, obstructive kamma, and destructive kamma.

The Theory of Karma Retribution in Buddhism: Karma retributions are Consequences (requitals) of one's previous life. The pain or pleasure resulting in this life from the practices or causes and retributions of a previous life. Therefore, ancient virtues said: "If we wish to know what our lives were like in the past, just look at the retributions we are experiencing currently in this life. If we wish to know what retributions will happen to us in the future, just look and

examine the actions we have created or are creating in this life.” If we understand clearly this theory, then in our daily activities, sincere Buddhists are able to avoid unwholesome deeds and practice wholesome deeds. According to Buddhism, karma is the natural reward or retribution for a deed, brought about by the law of karma mentioned by the Buddha. The fruit of karma, conditions of rebirth depending on previous karmic conduct. Karma as wind blowing a person into good or evil rebirth. If a wholesome wind blows into a good place, beings will have pleasures; while an unwholesome wind blows into an evil place, beings will have miseries. Though karma was simply defined as deeds, in reality karma implies the accumulation of all our experiences and deeds since the birth of mankind, and since even before that time. The karma of previous existence that Buddhism teaches is still more profound, as it includes the karma that our own life has produced through the repetition of birth and death from the infinite past to the present. Layman P'ang-Yun said, "Ordinary people are small in courage and narrow in perspective; they always infer that this practice is easy, and that that one is difficult. They do not know that the discriminating mind which deems things to be easy or difficult, is itself the very mind that drags us down into Samsara in evils paths. If this mind is not uprooted, no liberation is possible."

The Movement of Karma Is Only a Movement That Continues Unbroken: The being who passes away here and takes birth elsewhere is neither the same person nor a totally different one. There is the last moment of consciousness (cuti-citta or vinnana) belonging to the immediately previous life; immediately next, upon the cessation of that consciousness, but conditioned by it, there arises the first moment of consciousness of the present birth which is called a relinking or rebirth-consciousness (patisandhi-vinnana). Similarly, the last thought-moment in this life conditions the first thought-moment in the next. In this way consciousness comes into being and passes away yielding place to new consciousness. Thus, this perpetual stream of consciousness goes on until existence ceases. Existence in a way is consciousness, the will to live, to continue. Practitioners should always remember that karma complete in one thought or at just one thought the work completed. If we have sincere thought or faith in cultivation, we surely reduce a lot the formation of new karmas. Once good or evil deeds committed,

karmas are automatically formed without any exception. However, Most Venerable Thích Thanh Từ, a famous Zen Master in recent Vietnamese Buddhist history confirmed that: “Cultivation means transformation of karma.” Therefore, no matter what kind of karma, from previous or present, can be transformed.

Man Is the Creator of His Own Life and His Own Destiny:

According to Buddhism, man is the creator of his own life and his own destiny. All the good and bad that comes our way in life is the result of our own actions reacting upon us. Our joys and sorrows are the effects of which our actions, both in the distant and the immediate past, are the causes. And what we do in the present will determine what we become in the future. Since man is the creator of his own life, to enjoy a happy and peaceful life he must be a good creator, that is, he must create good karma. Good karma comes ultimately from a good mind, from a pure and calm mind. The law of karma binds together the past, present, and future lives of an individual through the course of his transmigration. To understand how such a connection is possible between the experiences and actions of an individual in successive lives, we must take a brief look at the Buddhist analysis of consciousness. According to the Buddhist philosophy of consciousness, the Vijnanavada school, there are eight kinds of consciousness. The first five are the eye, ear, nose, tongue and body consciousnesses. These make possible the awareness of the five kinds of external sense data through the five sense-organs. The sixth consciousness is the intellectual consciousness, the faculty of judgment which discerns, compares, and distinguishes the sense-data and ideas. The seventh consciousness, called the manas, is the ego-consciousness, the inward awareness of oneself as an ego and the clinging to discrimination between oneself and others. Even when the first six kinds of consciousness are not functioning, for example, in deep sleep, the seventh consciousness is still present, and if threatened, this consciousness, through the impulse of self-protection, will cause us to awaken. The eighth consciousness is called Alaya-vijnana, the storehouse-consciousness. Because this consciousness is so deep, it is very difficult to understand. The alaya-vijnana is a repository which stores all the impressions of our deeds and experiences. Everything we see, hear, smell, taste, touch, and do deposits, so to speak, a seed is a

nucleus of karmic energy. Since the alaya hoards all the seeds of our past actions, it is the architect of our destiny. Our life and character reflect the seeds in our store-consciousness. If we deposit bad seeds, i.e., perform more evil actions, we will become bad persons. Since Buddhism places ultimate responsibility for our life in our own hands, if we want our hands to mold our life in a better way, we must launch our minds in a better direction, for it is the mind which controls the hands which mold our life. However, sometimes we know someone who is virtuous, gentle, kind, loving and wise, and yet his life is filled with troubles from morning to night. Why is this? What happens to our theory that good acts lead to happiness and bad acts to suffering? To understand this, we must realize that the fruits of karma do not necessarily mature in the same lifetime in which the karma is originally accumulated. Karma may bring about its consequences in the next life or in succeeding lives. If a person was good in a previous life, he may enjoy happiness and prosperity in this life even though his conduct now is bad. And a person who is very virtuous now may still meet a lot of trouble because of bad karma from a past life. It is like planting different kinds of seeds; some will come to flower very fast, others will take a long time, maybe years. The law of cause and effect does not come about at different times, in different forms and at different locations. While some of our experiences are due to karma in the present life, others may be due to karma from previous lives. In the present life, we receive the results of our actions done in past lives as well as in the present. And what we reap in the future will be the result of what we do in the present. The doctrine of karma is not merely a doctrine of cause and effect, but of action and reaction. The doctrine holds that every action willfully performed by an agent, be it of thought, word, or deed, tends to react upon that agent. The law of karma is a natural law, and its operation cannot be suspended by any power of a deity. Our action brings about their natural results. Recognizing this, Buddhists do not pray to a god for mercy but rather regulate their actions to bring them into harmony with the universal law. If they do evil, they try to discover their mistakes and rectify their ways; and if they do good, they try to maintain and develop that good. Buddhists should not worry about the past, but rather be concerned about what we are doing in the present. Instead of running around

seeking salvation, we should try to sow good seeds in the present and leave the results to the law of karma. The theory of karma in Buddhism makes man and no one else the architect of his own destiny. From moment to moment we are producing and creating our own destiny through our thought, our speech and our deeds. Thus the ancient said: “Sow a thought and reap an act; sow an act and reap a habit; sow a habit and reap a character; sow a character and reap a destiny.”

The Buddha’s Teachings on Karma and Retribution: Retribution means the pain or pleasure resulting in this life from the practices or causes and retributions of a previous life. Therefore, ancient virtues said: “If we wish to know what our lives were like in the past, just look at the retributions we are experiencing currently in this life. If we wish to know what retributions will happen to us in the future, just look and examine the actions we have created or are creating in this life.” If we understand clearly this theory, then in our daily activities, sincere Buddhists are able to avoid unwholesome deeds and practice wholesome deeds. As above mentioned, karma-reward means the retribution of karma correspond to good or evil. However, according to the Hua-Yen sect, the body of karmaic retribution, especially that assumed by a bodhisattva to accord with the conditions of those he seeks to save.

After he had attained enlightenment, the Buddha remained for seven weeks at the site of the Bodhi Tree and enjoyed great bliss. During this period he realized that what he had come to understand was a profound and difficult truth, which other people relished worldly attachment, would find hard to grasp. He concluded that it would be pointless to try to teach others about his enlightenment, but the great god Brahma Sahampati intervened and implored the Buddha to share his discoveries with humankind. The great god Brahma Sahampati intervened and implored the Buddha to share his discoveries with humankind. Impelled by his great compassion, the Buddha decided to survey the world. He saw that beings are of different kinds: like lotuses in a pond, some are immersed underwater, other grow and rest on the surface, and other again come right out of the water and stand clear, He understood that just as some people have good qualities and others bad, some would be easy to teach and others would be difficult. Because of this diversity and out of his great compassion for all beings, the Buddha

changed his mind and resolved to teach. Among these teachings, the teachings on karmas and retributions in his scriptures are all-time precious to all of us.

The Buddha Taught One of His Disciples on “Karma”: When a disciple came to the Buddha penitent over past misdeeds, the Buddha did not promise any forgiveness, for He knew that each must reap the results of the seeds that he had sown. Instead He explained: “If you know that what you have done is wrong and harmful, from now on do not do it again. If you know that what you have done is right and profitable, continue to do it. Destroy bad karma and cultivate good karma. You should realize that what you are in the present is a shadow of what you were in the past, and what you will be in the future is a shadow of what you are now in the present. You should always apply your mind to the present so that you may advance on the way.”

The Buddha’s Teachings on “Karma” in the Dhammapada: The deed is not well done of which a man must repent, and the reward of which he receives, weeping, with tearful face; one reaps the fruit thereof (67). The deed is well done when, after having done it, one repents not, and when, with joy and pleasure, one reaps the fruit thereof (68). As long as the evil deed done does not bear fruit, the fool thinks it is as sweet as honey; but when it ripens, then he comes to grief (69). Those Arhats whose mind is calm, whose speech and deed are calm. They have also obtained right knowing, they have thus become quiet men (96). Let’s hasten up to do good. Let’s restrain our minds from evil thoughts, for the minds of those who are slow in doing good actions delight in evil (116). If a person commits evil, let him not do it again and again; he should not rejoice therein, sorrow is the outcome of evil (117). If a person does a meritorious deed, he should do it habitually, he should find pleasures therein, happiness is the outcome of merit (118). Even an evil-doer sees good as long as evil deed has not yet ripened; but when his evil deed has ripened, then he sees the evil results (119). Even a good person sees evil as long as his good deed has not yet ripened; but when his good deed has ripened, then he sees the good results (120). Do not disregard (underestimate) small evil, saying, “it will not matter to me.” By the falling of drop by drop, a water-jar is filled; likewise, the fool becomes full of evil, even if he gathers it little by little (121). Do not disregard small good, saying,

“it will not matter to me.” Even by the falling of drop by drop, a water-jar is filled; likewise, the wise man, gathers his merit little by little (122). An evil deed is better not done, a misdeed will bring future suffering. A good deed is better done now, for after doing it one does not grieve (314).

The Buddha’s teachings on “karma” and “Compensation” in the Earth-Store Bodhisattva Sutra: The Earth-Store Bodhisattva advises sentient beings based on their circumstances. If Earth Store Bodhisattva meets those who take life, he speaks of a retribution of a short lifespan. If he meets robbers and petty thieves, he speaks of a retribution of poverty and acute suffering. If he meets those who commit sexual misconduct, he speaks of the retribution of being born as pigeons and as mandarin ducks and drakes. If he meets those of harsh speech, he speaks of the retribution of a quarreling family. If he meets slanderers, he speaks of the retribution of a tongueless and cankerous mouth. If he meets those with anger and hatred, he speaks of being ugly and crippled. If he meets those who are stingy, he speaks of frustrated desires. If he meets gluttons, he speaks of the retribution of hunger, thirst and sicknesses (illnesses) of the throat. If he meets those who enjoy hunting, he speaks of a frightening insanity and disastrous fate. If he meets those who rebel against their parents, he speaks of the retribution of being killed in natural disasters. If he meets those who set fire to mountains or forests, he speaks of the retribution of seeking to commit suicide in the confusion of insanity. If he meets malicious parents or step-parents, he speaks of the retribution of being flogged in future lives. If he meets those who net and trap young animals, he speaks of the retribution of being separated from their own children. If he meets those who slander the Triple Jewel, he speaks of the retribution of being blind, deaf or mute. If he meets those who slight the Dharma and regard the teachings with arrogance, he speaks of the retribution of dwelling in the evil paths forever. If he meets those who destroy or misuse possessions of the permanently dwelling, he speaks of the retribution of revolving in the hells for millions of kalpas. If he meets those who defile the pure conduct of others and falsely accuse the Sangha, he speaks of the retribution of an eternity in the animal realm. If he meets those who scald, burn, behead, chop up or otherwise harm living beings, he speaks of the retribution of repayment in kind. If he

meets those who violate precepts and the regulations of pure eating, he speaks of the retribution of being born as birds and beasts suffering from hunger and thirst. If he meets those who are arrogant and haughty, he speaks of the retribution of being servile and of low classes. If he meets those whose double-tongued behavior causes dissension and discord, he speaks of retribution of tonguelessness (being mute) and speech impediments. If he meets those of deviant view, he speaks of the retribution of rebirth in the frontier regions.

Practitioners should always remember that although the supreme goal of Buddhism is the supreme Enlightenment and liberation, the Buddha also taught that Buddhist practice is the source of happiness. It can lead to the end of human suffering and miseries. The Buddha was also a man like all other men, but why could he become a Great Enlightened One? The Buddha never declared that He was a Deity. He only said that all living beings have a Buddha-Nature that is the seed of Enlightenment. He attained it by renouncing his princely position, wealth, prestige and power for the search of Truth that no one had found before. As Buddhist followers, we practice Buddhist tenets, not for entreating favors but for following the Buddha's example by changing bad karmas to good ones or no karma at all. Since people are different from one another, some are rich and intelligent, some are poor and stupid. It can be said that this is due to their individual karma, each person has his own circumstances. Buddhists believe that we reap what we have sown. This is called the law of causality or karma, which is a process, action, energy or force. Karmas of deeds, words and thoughts all produce an effect, either happiness or miseries, wealth or poverty. Karma does not mean "determinism," because if everything is predetermined, then there would be no free will and no moral or spiritual advancement. Karma is not fixed, but can be changed. It cannot shut us in its surroundings indefinitely. On the contrary, we all have the ability and energy to change it. Our fate depends entirely on our deeds; in other words, we are the architects of our karma. Cultivating in accordance with the Buddha's Teachings means we change the karma of ourselves; changing our karmas by not only giving up our bad actions or misdeeds, but also forgiving offences directed against us by others. We cannot blame anyone else for our miseries and misfortunes. We have to face life as it is and not run away

from it, because there is no place on earth to hide from karma. Performing good deeds is indispensable for our own happiness; there is no need of imploring favors from deities or simply showing repentance. Changing karma also means remembrance of karma and using wisdom to distinguish virtue from evil and freedom from constraint so that we are able to avoid evil deeds, to do meritorious deeds, or not to create any deeds at all. Changing karma also means to purify our minds rather than praying, performing rites, or torturing our bodies. Changing karma also means to change your narrow-minded heart into a heart full of love and compassion and accomplish the four boundless hearts, especially the hearts of loving-kindness and compassion. True Buddhists should always remember that sooner or later everyone has to die once. After death, what can we bring with us? We cannot bring with us any worldly possessions; only our bad or good karma will follow us like a shadow of our own.

We Reap What We Sow: Some people believe in some other religions that man's destiny is basically determined for him by God. God determines if a man deserves heaven or hell; he may even decide each man's earthly destiny. Some other people believe in fatalism that each of us has a fate which we cannot change and about which we can do nothing. They believe that 'Whatever will be will be.' In this philosophy the agent that determines destiny is not a God, but rather a mysterious impersonal power called 'Fate' which transcend our understanding. Still some other people believe the exact opposite, they believe in indeterminism: everything happens by accident. They believe that if man is lucky, he will achieve happiness or success; if he is unlucky, he will suffer or fail, but whatever he receives, he receives not through any process of determination but by accident, by sheer coincidence. As in Christianity, the Christian worships God and prays to Him in order to obtain forgiveness from the results his evil actions hold out for him. Buddhism differs from Christianity in that it sees the root cause of all evil in "ignorance" and not in "sin", in an act of intellectual misapprehension and not in an act of volition and rebellion. As a practical definition of ignorance, we are offered the four perverted views which make us seek for permanence in what is inherently impermanent, ease in what is inseparable from suffering, selfhood in what is not linked to any self, and delight in what is essentially

repulsive and disgusting. According to the Karma Law in Buddhism, the present is a shadow of the past, the future a shadow of the present. Hence our action in the present is most important, for what we do in the present determines the course of our future development. For this reason, Buddhist practitioners should always apply their minds to the present so that they may advance on the way. According to the Buddhist doctrine of rebirth, the causal relation between action and its results holds not only with regard to the present life but also with regard to past and future lives. This universal law of cause and effect is non-negotiable. Just as we cannot run away from our own shadows, so we cannot run away from the results of our actions. They will pursue us no matter where we hide. Besides, the Buddha also taught that negative or unwholesome mind creates negative or unwholesome thoughts (anger, hatred, harmful thoughts, wrong views, etc), speech (lying, harsh speech, double-tongued, etc), as well as deeds which are the causes of our sufferings, confusion and misery. Unwholesome or negative mind will destroy our inner peace and tranquility.

Catholicism contradicts itself with the words in the Bible: “Ye shall reap what ye shall sow” and the theory of forgiveness through the grace of Christ or God. The sentence “Reap what you sow” is precisely in accordance with the natural law of karma, while the grace of forgiveness completely denies this law. But in Buddhism, no one can forgive a person for his transgression. If he commits an evil deed, he has to reap the bad consequences, for all is governed by universal law and not by any arbitrary creator. According to Buddhism, the pain or pleasure resulting in this life from the practices or causes and retributions of a previous life. Therefore, ancient virtues said: “If we wish to know what our lives were like in the past, just look at the retributions we are experiencing currently in this life. If we wish to know what retributions will happen to us in the future, just look and examine the actions we have created or are creating in this life.” If we understand clearly this theory, then in our daily activities, sincere Buddhists are able to avoid unwholesome deeds and practice wholesome deeds. Every action which is a cause will have a result or an effect. Likewise, every resultant action has its cause. The law of cause and effect is a fundamental concept within Buddhism governing all situation. Buddhists believe in a just rational of karma that operates

automatically and speak in terms of cause and effect instead of rewards and punishments. Every action which is a cause will have a result or an effect. Likewise every resultant action has its cause. The law of cause and effect is a fundamental concept within Buddhism governing all situations. Buddhists believe in a just rational of karma that operates automatically and speak in terms of cause and effect instead of rewards and punishments. It's a fundamental principle for all living beings and all things that if one sows good deeds, he will surely reap a good harvest; if he sows bad deeds, he must inevitably reap a bad harvest. Though the results may appear quickly or slowly, everyone will be sure to receive the results that accord with their actions. Anyone who has deeply understood this principle will never do evil.

According to Buddhism, every action which is a cause will have a result or an effect. Likewise every resultant action or effect has its cause. The law of cause and effect is a fundamental concept within Buddhism governing all situations. The Moral Causation in Buddhism means that a deed, good or bad, or indifferent, brings its own result on the doer. Good people are happy and bad ones unhappy. But in most cases "happiness" is understood not in its moral or spiritual sense but in the sense of material prosperity, social position, or political influence. For instance, kingship is considered the reward of one's having faithfully practiced the ten deeds of goodness. If one meets a tragic death, he is thought to have committed something bad in his past lives even when he might have spent a blameless life in the present one. Causality is a natural law, mentioning the relationship between cause and effect. All things come into being not without cause, since if there is no cause, there is no effect and vice-versa. As so sow, so shall you reap. Cause and effect never conflict with each other. In other words, cause and effect are always consistent with each other. If we want to have beans, we must sow bean seeds. If we want to have oranges, we must sow orange seeds. If wild weeds are planted, then it's unreasonable for one to hope to harvest edible fruits. One cause cannot have any effect. To produce an effect, it is necessary to have some specific conditions. For instance, a grain of rice cannot produce a rice plant without the presence of sunlight, soil, water, and care. In the cause there is the effect; in the effect there is the cause. From the current cause, we can see the future effect and from the present effect

we discerned the past cause. The development process from cause to effect is sometimes quick, sometimes slow. Sometimes cause and effect are simultaneous like that of beating a drum and hearing its sound. Sometimes cause and effect are three or four months away like that of the grain of rice. It takes about three to four, or five to six months from a rice seed to a young rice plant, then to a rice plant that can produce rice. Sometimes it takes about ten years for a cause to turn into an effect. For instance, from the time the schoolboy enters the elementary school to the time he graduates a four-year college, it takes him at least 10 years. Other causes may involve more time to produce effects, may be the whole life or two lives.

Yes, indeed, it is a matter of time, sooner or later, you will reap what you sow for karma will never disappear by itself. According to the Abhidharma, there are four kinds of karma by time of ripening. *The first kind of karma is the Immediately Effective Karma:* Immediately effective karma is a karma in which, if it is to ripen, must yield its results in the same existence in which it is performed; otherwise, if it does not meet the opportunity to ripen in the same existence, it becomes defunct. First, the result of a good karma reaped in this life. In the Buddhist Legends, there is a story about the result of a good karma reaped in this life. At the time of the Buddha, a couple of husband and wife who possessed only one upper garment to wear when they went outdoor. One day the husband heard the Dharma from the Buddha and was so pleased with the doctrine that he wished to offer his only upper garment to the Buddha, but his innate greed would not permit him to do so. He combatted with his mind and, eventually overcoming his greed, offered the garment to the Buddha and exclaimed, "I have won, I have won." Upon learning this story, the king was so delighted and in appreciation of his generosity, the king presented him with 32 robes. The devout husband kept one for himself, and another for his wife, and offered the rest to the Buddha and the Order. Second, the result of a bad karma reaped in this life. In the Buddhist Legends, there is a story about the result of a bad karma reaped in this life. At the time of the Buddha, there was a hunter who went hunting to the forest, followed by his dogs, met by the wayside a monk who was proceeding on his almsround. As the hunter could not procure any game he thought it was due to the unfortunate meeting of the monk. While returning home he

met the same monk and was deeply engraved at this second encounter. In spite of the entreaties of the innocent monk, the hunter set the dogs on him. Finding escape therefrom, the monk climbed a tree. The wicked hunter ran up the tree, and pierced the soles of the monk's feet with the point of an arrow. The pain was so excruciating that the robe the monk was wearing fell upon the hunter completely covering him. The dogs, thinking that the monk had fallen from the tree, devoured their own master. *The second kind of karma is the Subsequently Effective Karma:* Subsequently effective karma is a karma in which, if it is to ripen, must yield its results in the existence immediately following that in which it is performed; otherwise, it becomes defunct. An example of Upapajjedaniya, a millionaire's servant returned home in the evening after his laborious work in the field, to see that all were observing the eight precepts as it was the full-moon day. Learning that he also could observe them even for half a day, he took the precepts and fasted at night. Unfortunately he died on the following morning and as a result of his good action was born as a Deva. Another good example of subsequently effective karma, Ajatasatru, son of King Bimbisara, was born, immediately after his death, in a state of misery as the result of killing his father. *The third kind of karma is the Indefinitely Effective Karma:* Indefinitely effective karma is a karma which can ripen at any time from the second future existence onwards, whenever it gains an opportunity to produce results. It never becomes defunct so long as the round of rebirth continues. No one, not even a Buddha or an Arahant, is exempt from experiencing the results of indefinitely effective karma. No one is exempt from this class of karma. Even the Buddhas and Arahants may reap the effects of their past karma. Arahant Moggallana in the remote past, instigated by his wicked wife, attempted to kill his mother and father. As a result of this he suffered long in a woeful state, and in his last birth was clubbed to death by bandits. To the Buddha was imputed the murder of a female devotee of the naked ascetics. This was the result of his having insulted a Pacceka Buddha in one of his previous kalpa. The Buddha's foot was slightly injured when Devattava made a futile attempt to kill him. This was due to his killing a step-brother of his previous birth with the object of appropriating his property. *The fourth kind of karma is the Defunct Karma:* Defunct karma is a karma that does not have enough

conditions that are conducive to its maturation. The term “ahosi” in Pali does not designate a special class of karma, but applies to karma that was due to ripen in either the present existence or the next existence but did not meet conditions conducive to its maturation. In the case of Arahants, all their accumulated karma from the past which was due to ripen in future lives becomes defunct with their final passing away with their achievement of “non-birth” fruit.

In short, according to Buddhist teachings, you reap what you sow without any exception. According to the Earth-Store Bodhisattva Sutra, the Earth-Store Bodhisattva advises sentient beings based on their circumstances: “If Earth Store Bodhisattva meets those who take life, he speaks of a retribution of a short lifespan. If he meets robbers and petty thieves, he speaks of a retribution of poverty and acute suffering. If he meets those who commit sexual misconduct, he speaks of the retribution of being born as pigeons and as mandarin ducks and drakes. If he meets those of harsh speech, he speaks of the retribution of a quarreling family. If he meets slanderers, he speaks of the retribution of a tongueless and cankerous mouth. If he meets those with anger and hatred, he speaks of being ugly and crippled. If he meets those who are stingy, he speaks of frustrated desires. If he meets gluttons, he speaks of the retribution of hunger, thirst and sicknesses (illnesses) of the throat. If he meets those who enjoy hunting, he speaks of a frightening insanity and disastrous fate. If he meets those who rebel against their parents, he speaks of the retribution of being killed in natural disasters. If he meets those who set fire to mountains or forests, he speaks of the retribution of seeking to commit suicide in the confusion of insanity. If he meets malicious parents or step-parents, he speaks of the retribution of being flogged in future lives. If he meets those who net and trap young animals, he speaks of the retribution of being separated from their own children. If he meets those who slander the Triple Jewel, he speaks of the retribution of being blind, deaf or mute. If he meets those who slight the Dharma and regard the teachings with arrogance, he speaks of the retribution of dwelling in the evil paths forever. If he meets those who destroy or misuse possessions of the permanently dwelling, he speaks of the retribution of revolving in the hells for millions of kalpas. If he meets those who defile the pure conduct of others and falsely accuse the Sangha, he speaks of the retribution of an

eternity in the animal realm. If he meets those who scald, burn, behead, chop up or otherwise harm living beings, he speaks of the retribution of repayment in kind. If he meets those who violate precepts and the regulations of pure eating, he speaks of the retribution of being born as birds and beasts suffering from hunger and thirst. If he meets those who are arrogant and haughty, he speaks of the retribution of being servile and of low classes. If he meets those whose double-tongued behavior causes dissension and discord, he speaks of retribution of tonguelessness (being mute) and speech impediments. If he meets those of deviant view, he speaks of the retribution of rebirth in the frontier regions.

Karma Never Gets Lost: Body, speech, and mind all make karma when we cling. We create habits that can make us suffer in the future. This is the fruit of our attachment, of our past defilement. Remember, not only body but also speech and mental action can make conditions for future results. If we did some act of kindness in the past and remember it today, we will be happy, and this happy state of mind is the result of past karma. In other words, all things conditioned by cause, both long-term and moment-to-moment. If we act positively, the happy result will eventually occur. When we do negative actions, the imprints aren't lost even though they may not bring their results immediately. When we act, either good or bad, we see our own actions, like an outsider who witnesses. The pictures of these actions will automatically imprint in our Alaya-vijnana (subconscious mind); the seed of these actions are sown there, and await for enough conditions to spring up its tree and fruits. Similarly, the effect in the alaya-vijnana (subconscious mind) of the one who has received our actions. The seed of either love or hate has been sown there, waiting for enough conditions to spring up its tree and fruits.

According to the Buddhist theory, karma, wholesome or unwholesome, never disappears until its result ripens; however, the purification of accumulated negative karma is possible by declaring, confessing and stopping committing of non-virtuous actions. Though karma was simply defined as deeds, in reality karma implies the accumulation of all our experiences and deeds since the birth of mankind, and since even before that time. The karma of previous existence that Buddhism teaches is still more profound, as it includes

the karma that our own life has produced through the repetition of birth and death from the infinite past to the present. While the spiritual power is the power which comes from enlightenment or the right doctrine. This proves that karma, once created, never disappears until its result ripens. Once deeds have been committed during the course of life, when they meet with conditions, these karmas will surely produce their due results. Karma never gets lost; it is the energy that out of a present life conditions a future life in unending sequence. In this process there is nothing that loses and there is nothing that passes or transmigrates from one life to another; it is only a movement that continues unbroken. The being who passes away here and takes birth elsewhere is neither the same person nor a totally different one. There is the last moment of consciousness (cuti-citta or vinnana) belonging to the immediately previous life; immediately next, upon the cessation of that consciousness, but conditioned by it, there arises the first moment of consciousness of the present birth which is called a relinking or rebirth-consciousness (patisandhi-vinnana). Similarly, the last thought-moment in this life conditions the first thought-moment in the next. In this way consciousness comes into being and passes away yielding place to new consciousness. Thus, this perpetual stream of consciousness goes on until existence ceases. Existence in a way is consciousness, the will to live, to continue. Devout Buddhists should always remember that, “the ocean’s water may dry up, mountain may waste away, the actions done in former lives are never lost; on the contrary, they come to fruit though aeons after aeons pass, until at last the debt is paid.” When we plant a black-pepper seed, black-pepper plant grows and we will reap black-pepper, not oranges. Similarly, when we act positively, happiness follows, not suffering. When we act destructively, misery comes, not happiness. Just as small seed can grow into a huge tree with much fruit, small actions can bring large results. Therefore, we should try to avoid even small negative actions and to create small negative ones.

Who is Responsible for Our Karma?: Some people say “I am not responsible for what I am because everything, including my brain, nature, and physical constitution, partake of the nature of my parents.” It’s no doubt that our parents and ancestors must be responsible for some of the nature of their descendants, but the majority of other

characteristics is the responsibility of the descendants themselves because beings coming into existence with their own karma that they have produced in their past lives. Moreover, the self that exists after one's childhood is the effect of the karma that one has produced oneself in this world. So the responsibility of one's parents is very limited. The idea of karma teaches us clearly that one will reap the fruits of what he has sown. Supposed that we are unhappy at present; we are apt to lose our temper and express discontent if we attribute our unhappiness to others. But if we consider our present unhappiness to be the effect of our own deeds in the past, we can accept it and take responsibility for it. Besides such acceptance, hope for the future wells up strongly in our hearts: "The more good karma I accumulate, the happier I will become and the better recompense I will receive. All right, I will accumulate much more good karma in the future." We should not limit this idea only to the problems of human life in this world. We can also feel hope concerning the traces of our lives after death. For those who do not know the teachings of the Buddha, nothing is so terrible as death. Everyone fears it. But if we truly realize the meaning of karma-result, we can keep our composure in the face of death because we can have hope for our next life. When we do not think only of ourselves but realize that the karma produced by our own deeds exerts an influence upon our descendants, we will naturally come to feel responsible for our deeds. We will also realize that we, as parents, must maintain a good attitude in our daily lives in order to have a favorable influence or recompense upon our children. We will feel strongly that we must always speak to our children correctly and bring them up properly and with affection.

Even though we know that killing, stealing, committing sexual misconduct, lying, and taking intoxicants are improper ways to behave that causes bad karmas that we should not have done them, but we still have done these ourselves, and then told others to do them. These offenses are divided into four aspects: causes, conditions, dharmas, and karma. For example, with killing, there are the causes of killing, the conditions of killing, the dharmas of killing, and the karma of killing. In any of these aspects, one either personally commits the offenses, or tells someone else to do it. Doing things ourselves means that we personally engage in the improper deeds. While telling others to do

things means encouraging and inciting others to do improper things. This way of indirectly committing an offense is more serious than directly committing it, because the offense of fraud is adding to the original offense. Thus, if we do it ourselves, it's already an offense, but if we tell others to do it, the offense is even greater. We create Karma by "Rejoicing at seeing and hearing it done". "Rejoicing at seeing and hearing it done" means we know someone else is committing an offense, and we help that person to do it. Doing things ourselves means that we personally engage in the improper deeds. While Rejoicing at seeing and hearing it done means seeing and hearing it done, then encouraging and inciting others to do improper things. Similarly, this way of indirectly committing an offense is more serious than directly committing it, because the offense of fraud is adding to the original offense. Thus, if we do it ourselves, it's already an offense, but if we tell others to do it, the offense is even greater. Devout Buddhists should always remember that the Buddha, parents, monks and nuns, sutras, and dharma friends, etc... are all that we need on our way to liberation because we have to learn a lot, have to keep precepts strictly, and have to find an appropriate environment for practicing meditation. But only ourselves can watch our mind, and only ourselves can wipe out the three poisons of desire, hatred and ignorance that have been binding us in the cycle of rebirth since the beginningless time. The Buddha pointed out the Way, but we have to do the walking on the path of our liberation!

According to Buddhism, man is the creator of his own life and his own destiny. The Buddha taught: Man makes his own destiny, so he should not blame anyone for his own difficulties and troubles. No one else but he is responsible for his own life and all that happened. All the good and bad that comes our way in life is the result of our own actions reacting upon us. Our joys and sorrows are the effects of which our actions, both in the distant and the immediate past, are the causes. And what we do in the present will determine what we become in the future. Since man is the creator of his own life, to enjoy a happy and peaceful life he must be a good creator, that is, he must create good karma. Good karma comes ultimately from a good mind, from a pure and calm mind. The law of karma binds together the past, present, and future lives of an individual through the course of his transmigration.

Devout Buddhists should always remember that “You reap what you sow” so that we would not blame others for whatever happened to us. Furthermore, devout Buddhists should never blame ourselves, but we must know that these are results of some deeds we used to do in the past. The answer to this matter is a simple one: We are now reap a ripening result for something bad that we did in the past, even during this life or in the past lives. Knowing this so that we will try cultivate harder to transform our bad karmas.

Tuyển Luận Thứ Mười Lăm
The Fifteenth Selective Essay

Sáu Nẻo Luân Hồi

Tổng Quan Về Sáu Nẻo Luân Hồi: Từ Bắc Phạn “Samsara” dùng để chỉ “Vòng luân hồi sanh tử.” Đây là cái vòng từ vô thủ của sanh, tử, tái sanh, rồi lại tử nữa nữa và nữa mà không có sự chấm dứt, trong đó chúng sanh bị trói buộc mãi. Chu kỳ sanh tử, chu kỳ tồn tại. Chuỗi (biển) tái sanh, bánh xe ái thủ của thế giới hiện tượng bên trong những điều kiện khác nhau, mà một cá nhân chưa giải thoát không thể nào thoát được. Sự ràng buộc vào luân hồi là hậu quả của tam độc tham, sân, si. Chỉ có chúng sanh con người mới có khả năng vượt thoát khỏi luân hồi vì họ có khả năng nhận biết và tận diệt tam độc tham sân si. Theo Phật giáo, thì vũ trụ không cùng không tận, và những chúng sanh trú ngụ trong vòng sanh tử tùy theo nghiệp lực mà lăn lên lộn xuống từ đời này qua đời khác. Do bởi vô minh mê mờ về chân tánh của vạn hữu mà họ thường tạo tác những hành động và thái độ đưa đến hậu quả tiêu cực. Tiến trình này là hậu quả không tránh được trong vô vàn khổ đau, bất toại, và chết chóc, và vì vậy mà mục đích chánh của đạo Phật là tự giải thoát lấy mình, chỉ có thể đạt được qua tu tập nhằm giúp con người có khả năng chuyển hóa những tâm thái và xu hướng xấu ác và phát triển sự hiểu biết bằng trực giác bản chất của thực tánh. Sự tu tập này cũng giúp hành giả phá vỡ vòng sanh tử và đi đến sự giải thoát toàn diện của Niết Bàn.

Sáu nẻo luân hồi hay sáu đường sanh tử luân hồi của chúng sanh trong cõi Ta Bà⁽¹⁾. Chúng sanh tạo các nghiệp khác nhau rồi bị nghiệp lực thúc đẩy, dẫn dắt đến sáu loại đầu thai, qua lại trong sáu nẻo, sanh rồi tử, tử rồi sanh, như bánh xe xoay vần, không bao giờ dừng nghỉ, hoặc vào địa ngục, hoặc làm quỷ đói, hoặc làm súc sanh, hoặc A Tu La, hoặc làm người, hoặc làm trời, Đức Phật gọi đó là luân chuyển trong lục đạo. Sáu nẻo luân hồi gồm hai phần: Hạ Tam Đồ hay ba đường dữ và Thượng Tam Đồ hay ba đường lành.

Phần thứ nhất là Hạ Tam Đồ hay ba đường dữ: *Thứ nhất là Địa Ngục Đạo:* Tiếng Phạn là Naraka, nghĩa là lãnh đủ mọi sự khổ não, không an vui. Đây là cảnh giới địa ngục. Đây là điều kiện sống thấp

nhất và khổ nhất. Chúng sanh (A-Lại-Da thức) bị đọa vào địa ngục vì những hành vi độc ác làm nhiều điều tội lỗi hại người hại vật (loại này ở chỗ tối tăm, bị tra tấn thường xuyên do tội hành nghiệp chiêu cảm). Trong cõi địa ngục thì sự khổ không có bút mực nào mà tả cho xiết. *Thứ nhì là Ngạ Quỷ Đạo*: Tiếng Phạn là Preta. Đây là cảnh giới ngạ quỷ, nơi tái sanh của những kẻ tham lam, ích kỷ và dối gạt (trong các loài quỷ thì quỷ đói chiếm đa số. Các loài quỷ chịu quả báo không đồng, kẻ nào có chút ít phước báo thì được sanh nơi rừng núi, gò miếu; loài không có phước báo thì thác sanh vào những chỗ bất tịnh, ăn uống thất thường, bị nhiều nỗi khổ sở. Chúng sanh độc ác bị tái sanh vào ngạ quỷ, thấy suối nước như thấy máu mủ, cổ nhỏ như cây kim, bụng ồng như cái trống châu, có khi đồ ăn vừa vào đến miệng, đã trở thành than hồng, không thể nào nuốt được, chịu đại khổ não suốt đời cùng kiếp). Ở cõi ngạ quỷ chúng sanh thân thể xấu xa hôi hám, bụng lớn như cái trống, cổ nhỏ như cây kim, miệng phục ra lửa mỗi khi nước thức ăn, và chịu cảnh đói khát trong muôn ngàn kiếp. *Thứ ba là Súc Sanh Đạo*: Tiếng Phạn là Tiragyoni, nghĩa là loài chúng sanh sanh ra để bị người đời hành hạ và ăn thịt. Đây là cảnh giới súc sanh, nơi tái sanh của những kẻ si mê, sa đọa, tửu sắc, bài bạc, dối trá và tà dâm (trên từ rồng, thú, cầm, súc; dưới đến thủy tộc và loài côn trùng, không bao giờ đi thẳng được như con người hay chư Thiên. Loài này thường giết hại và ăn thịt lẫn nhau, đồng loại thì ỷ mạnh hiếp yếu. Ngoài ra, chúng còn bị con người sai sử chuyên chở và đánh đập). Cõi bàng sanh như loài trâu, bò, lừa, ngựa bị sự khổ chở kéo nặng nề. Loài dê, heo, vịt, gà, thì bị sự khổ về banh da xẻ thịt làm thức ăn cho loài người. Các loài khác thì chịu sự khổ về ngu tối, như nhớp, giết hại và ăn uống lẫn nhau. Thượng Tam Đồ gồm ba đường lành. Trong ba đường lành này thì hai đường người trời rất khó được sanh vào, trong khi bị đọa vào a-tu-la và hạ tam đồ thì lại dễ dàng và thông thường.

Phần thứ hai là Thượng Tam Đồ hay ba đường lành: *Thứ tư là A-Tu-La Đạo*: Tiếng Phạn gọi là Asura, nghĩa là tánh tình xấu xa, cũng có nghĩa là phước báo không bằng chúng sanh ở hai cõi người và trời. Đây là cảnh giới của những chúng sanh xấu ác, hay giận dữ, tánh tình nóng nảy, thích bạo động hay gây gỗ, và si mê theo tà giáo (chúng sanh trong cảnh giới này cũng có phước báo, nhưng lại bị tham vọng, dối trá, kiêu mạn, là quả của những tiền nghiệp lấn lướt, nên tâm thường hay chứa đầy tức giận và chấp trước). *Thứ năm là Nhân Đạo*:

Cảnh giới của con người, hay thế giới của chúng ta, nơi mà những chúng sanh nào thọ trì ngũ giới sẽ được tái sanh vào (cõi này chúng sanh khổ vui lẫn lộn, tuy nhiên, thường bị cảnh khổ sở thiếu thốn, đói khát, lạnh nóng, sợ sệt, vân vân. Bên cạnh đó lại phải bị những lo âu sợ sệt về sanh, lão, bệnh, tử, chia ly, thương ghét. Khổ thì có tam khổ như khổ khổ, hoại khổ, hành khổ; hoặc ngũ khổ như sanh khổ, già khổ, bệnh khổ, chết khổ, khổ vì phạm các tội mà bị trói buộc; hoặc bát khổ như sanh, già, bệnh, chết, ái biệt ly, oán tắng hội, cầu bất đắc, ngũ ấm thanh suy. Tuy cũng có những niềm vui, nhưng đây chỉ là niềm vui tạm bợ, vui để chờ buồn chờ khổ. Chúng sanh sanh vào cõi người, mà lại gặp được Phật pháp thì theo lời Phật dạy là một đại hạnh, vì đây là cơ hội ngàn năm một thuở cho cuộc tu giải thoát). *Thứ sáu là Thiên Đạo*: Tiếng Phạn gọi là “Deva,” có nghĩa là sáng suốt, thanh tịnh, tự tại hay tối thắng. Thiên đạo hay cảnh giới chư thiên là nơi tái sanh của những chúng sanh nào giữ tròn năm giới, thực hành thập thiện nghiệp, và tránh thập ác (người sanh lên cõi trời thân được sáng suốt, vui nhiều hơn khổ, sự ăn mặc, cung điện, nhà cửa đều được sung sướng tốt đẹp, không thiếu thốn về vật chất). Cõi trời tuy vui vẻ hơn nhân gian, nhưng cũng còn tương ngũ suy và những điều bất như ý.

Chúng ta đang sống trong cõi dục, nghĩa là thế giới của những ham muốn. Từ khi thức dậy cho đến lúc đi ngủ, và cả trong những giấc mơ, chúng ta đều bị dục vọng lôi kéo. Mỗi giác quan của chúng ta khao khát món ăn riêng của nó. Mắt chúng ta ham nhìn những dáng vẻ và màu hấp dẫn; tai chúng ta ham nghe những âm thanh dễ chịu; mũi chúng ta hăng hái đánh hơi những mùi thơm và ghét những mùi hôi; lưỡi chúng ta tìm kiếm những vị ngon mới lạ; và xúc giác chúng ta luôn ưa thích những xúc chạm êm ả. Trong khi đó thì tâm chúng ta chạy theo tư tưởng một cách sốt sắng không khác gì mắt, tai, mũi, lưỡi và thân. Rồi không được thỏa mãn bởi những ham muốn trên chúng ta đâm ra khổ. Ngoài ra, còn có nhiều nỗi khổ khác như sanh khổ, già khổ, bệnh khổ, chết khổ, thương yêu xa lìa khổ, oán tắng hội khổ, ngũ ấm thanh suy khổ. Dù chúng ta luôn ao ước hạnh phúc, nhưng cuộc đời lại đầy dẫy khổ đau và bất mãn. Chúng ta mơ ước có một việc để làm, nhưng chính cái việc ấy nó chiếm mất hết thời giờ và năng lực của mình. Chúng ta ao ước có một đời sống cao thượng, nhưng danh tiếng chúng ta bị trôi nhẹ, vân vân và vân vân. Dường như khi chúng ta càng cố bám víu lấy hạnh phúc bao nhiêu, chúng ta càng đâm ra khổ đau phiền

não bấy nhiêu. Những nỗ lực của ta để tìm hạnh phúc chỉ đưa chúng ta đi lòng vòng để rồi cuối cùng chúng ta phải kiệt sức và tuyệt vọng. Đức Phật gọi tình trạng bất mãn triền miên này là “Luân hồi sanh tử.” Rồi Ngài đưa ra nhiều phương pháp giải thoát cho chúng ta. Ngài nói: “Si mê là nguồn cội chính gây ra những rắc rối và thất vọng ở trên đời. Phương cách hay nhất để tự giải thoát chúng ta là chúng ta phải tu tập nhằm xóa bỏ si mê và nhổ tận gốc rễ tất cả những ham muốn như vậy từ trong lòng mình.”

Chúng Sanh Trong Sáu Nẻo: Chúng sanh⁽²⁾ trong sáu nẻo từ địa ngục đến cõi trời bao gồm chúng hữu tình và chúng vô tình. Chúng hữu tình là những chúng sanh có tình cảm và lý trí; trong khi chúng vô tình là những chúng sanh không có tình cảm và lý trí. Như vậy, hữu tình chúng sanh là những chúng sanh có tâm thức; trong khi vô tình chúng sanh tự sinh tồn bằng chính cơ thể của mình và những gì lấy được từ ánh nắng mặt trời, đất và không khí. Thực vật không được xem là loài hữu tình vì chúng không có tâm thức. Chúng sanh nói chung, bao gồm cả vương quốc thảo mộc, những chúng sanh vô tình; tuy nhiên, từ “sattva” giới hạn nghĩa trong những chúng sanh có lý lẽ, tâm thức, cảm thọ⁽³⁾; hay những chúng sanh có tri giác, nhạy cảm, sức sống, và lý trí. Theo Phật giáo, bất cứ sinh vật có thần thức⁽⁴⁾ và sống trong lục đạo (trời, người, a-tu-la, súc sanh, ngạ quỷ, và địa ngục). Có thể nói rằng tất cả chúng sanh đều có tánh giác hay Phật Tánh. Từ “Chúng sanh” nói đến tất cả những vật có đời sống. Mỗi sinh vật đến với cõi đời này là kết quả của nhiều nguyên nhân và điều kiện khác nhau. Những sinh vật nhỏ nhất như con kiến hay con muỗi, hay ngay cả những ký sinh trùng thật nhỏ, đều là những chúng sanh. Tuy nhiên, theo nghĩa thông thường, đa phần chúng sanh là những phạm nhân ngu dốt tối tăm, luôn xét mình là một kẻ phạm phụ đầy tham sân si, cùng với vô số tội lỗi chất chồng trong quá khứ, hiện tại và vị lai, từ đó sanh lòng tầm quý, rồi phát nguyện tu tâm sửa tánh, sám hối, ăn năn, y theo lời Phật Tổ đã dạy mà hành trì, tu tập, như là tụng kinh, niệm Phật, ngồi thiền, vân vân, cầu cho nghiệp chướng chóng được tiêu trừ, mau bước lên bờ giác trong một tương lai rất gần.

Trong triết lý Phật giáo, chúng sanh là một sinh vật có lý trí, nghĩa là sinh vật ấy biết được những gì đang xảy ra quanh mình và có khả năng suy tưởng. Trong văn học tâm lý của Phật giáo, để làm một chúng hữu tình phải có đủ năm thứ: 1) cảm thọ, 2) suy tưởng phân biệt,

3) hành uẩn, 4) tác ý, 5) cảm xúc. Chúng sanh có nhiều loại dị biệt, nhưng nói chung chỉ có hai loại là thiện và ác, và mỗi thứ đều khác nhau. Mỗi thứ tạo những nghiệp riêng, rồi thọ những quả báo riêng. Nói chung, tất cả chúng sanh đều ở trong pháp Ngũ Uẩn. Mỗi chúng sanh là sự kết hợp của những thành tố, có thể phân biệt thành năm phần: sắc, thọ, tưởng, hành, thức. Do đó, chúng sanh này không khác với chúng sanh khác, và con người bình thường không khác với các bậc Thánh nhân. Nhưng do bản chất và hình thể của năm yếu tố tồn tại trong từng cá thể được thành lập, nên chúng sanh này có khác với chúng sanh khác, con người bình thường có khác với các bậc Thánh. Sự kết hợp năm uẩn này là kết quả của nghiệp và thay đổi từng sát na, nghĩa là chuyển hóa, thành tố mới thay cho thành tố cũ đã tan rã hoặc biến mất. Năm uẩn được kết hợp sẽ thành một hữu tình từ vô thủy, hữu tình ấy đã tạo nghiệp với sự chấp thủ định kiến của cái ngã và ngã sở. Sự hiểu biết của vị ấy bị bóp méo hoặc che mờ bởi vô minh, nên không thấy được chân lý của từng sát na kết hợp và tan rã của từng thành phần trong năm uẩn. Mặt khác, vị ấy bị chi phối bởi bản chất vô thường của chúng. Một người thức tỉnh với sự hiểu biết với phương pháp tu tập của Đức Phật sẽ giác ngộ được bản chất của chư pháp, nghĩa là một hữu tình chỉ do năm uẩn kết hợp lại và không có một thực thể thường hằng hoặc bất biến nào gọi là linh hồn cả.

Theo Phật giáo, trên phương diện thể chất, có bốn loại chúng sanh, bao gồm cả loài hữu tình và vô tình: *loài bay, loài bơi, loài đi bằng chân và thảo mộc*. Tất cả những loài có máu và thở bằng phổi đều gọi là “thú”, trong khi đó thảo mộc bao gồm, cỏ cây, và các loài cây trở bông. Bốn loại chúng sanh này từ đâu tới? Nguyên thủy của chúng là ở đâu? Theo Phật giáo, nguyên thủy của nhất thiết chúng sanh đều là Phật tánh. Nếu không có Phật tánh, mọi thứ đều triệt tiêu. Phật tánh là thứ duy nhất đã lưu truyền qua hàng ngàn thế hệ mà không bị tiêu diệt. Từ Phật tánh phát khởi các chúng sanh Bồ Tát, Thanh Văn, chư Thiên, A Tu La, con người, thú vật, ngạ quỷ và địa ngục. Đây là những chúng sanh trong mười pháp giới, và mười pháp giới chưa từng tách rời ra khỏi tâm này. Nhất niệm duy tâm cũng là hạt giống của Phật tánh. Nhất chân niệm là một tên gọi khác của Phật tánh. Bốn loại chúng sanh này bao gồm *loài thai sanh*, tức loài sanh bằng thai; *loài noãn sanh*, tức loài sanh bằng trứng; *loài thấp sanh*, tức loài sanh từ nơi ẩm thấp; và *loài hóa sanh*, tức loài từ biến hóa mà sanh ra.

Theo Kinh Lăng Già, về quan điểm tôn giáo, có năm đẳng cấp chúng sanh. *Thứ nhất* là các chúng sanh thuộc hàng Thanh Văn được chứng ngộ khi nghe được những học thuyết về các Uẩn, Giới, Xứ, nhưng lại không đặc biệt lưu tâm đến lý nhân quả; các ngài đã giải thoát được sự trói buộc của các phiền não nhưng vẫn chưa đoạn diệt được tập khí của mình. Họ đạt được sự thể chứng Niết Bàn, và an trú trong trạng thái ấy, họ tuyên bố rằng họ đã chấm dứt sự hiện hữu, đạt được đời sống phạm hạnh, tất cả những gì cần phải làm đã được làm, họ sẽ không còn tái sinh nữa. Những vị này đã đạt được tuệ kiến về sự phi hiện hữu của “ngã thể” trong một con người, nhưng vẫn chưa thấy được sự phi hiện hữu trong các sự vật. Những nhà lãnh đạo triết học nào tin vào một đấng sáng tạo hay tin vào “linh hồn” cũng có thể được xếp vào đẳng cấp này. *Thứ nhì* là những chúng sanh thuộc hàng Bích Chi Phật bao gồm những vị hết sức lưu tâm đến những gì dẫn họ đến sự thể chứng quả vị Bích Chi Phật. Họ lui vào sống độc cư và không dính dáng gì đến các sự việc trên đời này. Khi họ nghe nói rằng Đức Phật hiện thân ra thành nhiều hình tướng khác nhau, khi thì nhiều thân, khi thì một thân, thì triển thân thông thì họ nghĩ rằng đấy là dành cho đẳng cấp của chính họ nên họ vô cùng ưa thích những thứ ấy mà đi theo và chấp nhận chúng. *Thứ ba* là những chúng sanh thuộc hàng Như Lai, tức những vị có thể nghe thuyết giảng về những chủ đề như những biểu hiện của tâm hay cảnh giới siêu việt của A Lại Da mà từ đấy khởi sinh thế giới của những đặc thù này, nhưng chư vị lại có thể không cảm thấy chút nào ngạc nhiên hay sợ hãi. Những chúng sanh trong đẳng cấp Như Lai có thể được chia làm ba loại: những vị đã đạt được tuệ kiến thấu suốt chân lý rằng không có một thực thể đặc thù nào đằng sau những gì mà người ta nhận thức; những vị biết rằng có một nhận thức tức thời về chân lý trong tâm thức sâu kín nhất của con người; những vị nhận thức rằng ngoài thế giới này còn có vô số Phật độ rộng lớn bao la. *Thứ tư* là những chúng sanh không thuộc đẳng cấp rõ ràng nào, tức những chúng sanh có bản chất bất định, vì những chúng sanh nào thuộc đẳng cấp này có thể nhập vào một trong ba đẳng cấp vừa kể trên tùy theo hoàn cảnh của mình. *Thứ năm* là những chúng sanh vượt ra ngoài các đẳng cấp trên. Hãy còn một đẳng cấp khác nữa của những chúng sanh không thể được bao gồm trong bất cứ đẳng cấp nào trong bốn đẳng cấp vừa kể trên; vì họ không hề mong muốn cái gì để giải thoát, và vì không có mong muốn ấy nên không có giáo lý nào

có thể nhập vào lòng họ được. Tuy nhiên, có hai nhóm phụ thuộc nhóm này và cả hai nhóm này đều được gọi là Nhất Xiển Đề. Xiển đề là tiếng Phạn có nghĩa là “tín bất cụ” (hay không đủ niềm tin) và “thiếu thiện căn.” Theo từ Bắc Phạn có nghĩa là “Niềm tin không trọn vẹn,” hay “thiếu thiện căn.” Một loại chúng sanh đã cắt đứt tất cả thiện căn và không còn hy vọng đạt thành Phật quả nữa. Tình trạng “xiển đề” đã từng là một chủ đề bàn luận trong Phật giáo vùng Đông Á, vài nhóm cho rằng xiển đề không thể nào thành Phật, nhóm khác xác nhận rằng tất cả chúng sanh, bao gồm xiển đề, đều có Phật tánh và vì thế có thể tái lập thiện căn. Xiển đề cũng có thể là một vị Tỳ Kheo không chịu vào Niết Bàn mà ở lại trần thế để tế độ chúng sanh. Xiển Đề còn có nghĩa là đoạn thiện căn giả, tức là người không có ý hướng giác ngộ Phật, kẻ thù của thiện pháp. Người cắt đứt mọi thiện căn. Nhất Xiển Đề là hạng người cùng hung cực ác, mất hết tất cả các căn lành, không thể nào giáo hóa khiến cho họ tu hành chi được hết. Tuy nhiên, Nhất Xiển Đề cũng áp dụng cho Bồ Tát nguyện không thành Phật cho đến khi nào tất cả chúng sanh đều được cứu độ. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật nhắc Mahamati: “Này Mahamati, vị Bồ Tát nhất xiển đề biết rằng tất cả sự vật đều ở trong Niết Bàn từ lúc khởi thủy, nên vẫn giữ mãi không nhập Niết Bàn.” Như vậy, xiển đề có thể là những người đã từ bỏ tất cả các thiện căn, hay những người phỉ báng các học thuyết dành cho chư Bồ Tát mà bảo rằng các học thuyết ấy không phù hợp với kinh luật cũng như học thuyết giải thoát. Vì sự phỉ báng này, họ tự cắt đứt mọi thiện căn và không thể nào vào được Niết Bàn. Xiển Đề cũng có thể là những người lúc đã nguyện độ tận chúng sanh ngay từ lúc mới khởi đầu cuộc tu hành của họ. Họ gồm những vị Bồ Tát mong muốn đưa tất cả chúng sanh đến Niết Bàn mà tự mình thì từ chối cái hạnh phúc ấy. Từ lúc khởi sự đạo nghiệp của mình, các ngài đã nguyện rằng cho đến khi mọi chúng sanh của họ được đưa đến an hưởng hạnh phúc vĩnh cửu của Niết Bàn, họ sẽ không rời cuộc đời khổ đau này, mà phải hành động một cách kiên trì với mọi phương tiện có thể được để hoàn tất sứ mạng của mình. Nhưng vì vũ trụ còn tiếp tục hiện hữu thì sẽ không có sự chấm dứt cuộc sống, cho nên các vị này có thể không bao giờ có cơ hội để hoàn tất công việc mà tịnh trú trong Niết Bàn tĩnh lặng. Cơ may cũng đến cho cả những người phỉ báng Bồ tát thừa khi nhờ lực trì gia hộ của chư Phật, mà cuối cùng họ theo Đại thừa và do tích tập thiện nghiệp mà nhập Niết Bàn, vì chư

Phật luôn luôn hành động vì lợi ích của tất cả mọi chúng sanh dù chúng sanh có thể nào đi nữa. Nhưng đối với các vị Bồ Tát, không bao giờ nhập Niết Bàn vì các ngài có tuệ giác sâu xa, nhìn suốt bản chất của các sự vật là những thứ dù đang như thế, vốn vẫn ở ngay trong Niết Bàn. Như vậy chúng ta biết đâu là vị trí của chư vị Bồ tát trong công việc vô tận của các ngài là dẫn dắt hết thảy chúng sanh đến trú xứ tối hậu.

Theo Kinh Đại Duyên và Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có bảy loại chúng sanh: 1) Có loại chúng sanh hữu tình, thân sai biệt và tướng sai biệt, như loài người, một số chư Thiên và một số thuộc đọa xứ. 2) Có loại chúng sanh hữu tình thân sai biệt nhưng tướng đồng loại, như Phạm Thiên chúng vừa mới sanh lần đầu tiên (hay do tu sơ thiên). 3) Có loại chúng sanh hữu tình thân đồng loại, nhưng tướng sai biệt, như chư Quang Âm Thiên. 4) Có loại chúng sanh hữu tình thân đồng loại và tướng đồng loại, như chư Thiên cõi trời Biến Tịnh. 5) Có loại chúng sanh hữu tình vượt khỏi mọi tướng về sắc, điều phục mọi tướng về sắc, không tác ý đến các tướng sai biệt, chứng Không Vô Biên Xứ. 6) Có loại chúng sanh hữu tình vượt khỏi hoàn toàn Không Vô Biên Xứ, nghĩ rằng: “Thức là vô biên,” và chứng Thức Vô Biên Xứ. 7) Có loại chúng sanh hữu tình vượt khỏi hoàn toàn Thức Vô Biên Xứ, nghĩ rằng: “Không có vật gì cả,” và chứng Vô Sở Hữu Xứ. Còn có bảy loại hiện hữu trong thế giới loài người hay trong bất cứ dục giới nào. Đó là địa ngục hữu tình, súc sanh hữu tình, ngạ quỷ hữu tình, thiên hữu tình, nơn hữu tình, nghiệp hữu tình, và thân trung ấm hữu tình. Ngoài ra, còn có bảy loại chúng sanh khác nữa: địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, a-tu-la, nơn, phi nơn, và thiên. Theo kinh Diệu Pháp Liên Hoa, lại có tám loại chúng sanh: thiên, long, dạ xoa, a tu la, ca lâu la, khẩn na la, càn thất bà, và ma hầu la già.

Theo truyền thống Phật giáo, sanh hữu gồm chín loại. *Thứ nhất* là dục hữu tình, tức là loại chúng sanh có dục vọng; *thứ nhì* là sắc hữu tình, tức là loại chúng sanh có sắc; *thứ ba* là vô sắc hữu tình, tức loại chúng sanh vô sắc; *thứ tư* là tướng hữu tình, tức loại chúng sanh có tướng; *thứ năm* là vô tướng hữu tình, tức loại chúng sanh không có tướng; *thứ sáu* là phi tướng phi phi tướng hữu tình, tức loại chúng sanh không có tướng mà cũng không có không tướng; *thứ bảy* là hữu nhất uẩn tình, tức loại chúng sanh có một uẩn; *thứ tám* là hữu tứ uẩn tình, tức loại chúng sanh có bốn uẩn; và *thứ chín* là hữu tình ngũ uẩn, tức

loại chúng sanh có năm uẩn. Cũng theo kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có chín chỗ an trú cho loài hữu tình hay chín loại chúng sanh: 1) Loài hữu tình có thân sai biệt, tướng sai biệt như loài người và một số chư Thiên. 2) Loài hữu tình có thân sai biệt, tướng đồng nhất như Phạm chúng Thiên khi mới tái sanh. 3) Loài hữu tình có thân đồng nhất, tướng sai biệt như Quang Âm Thiên. 4) Loài hữu tình có thân đồng nhất, tướng đồng nhất như Tịnh Cư Thiên. 5) Loài hữu tình không có tướng, không có thọ như chư Vô Tướng Thiên. 6) Loài hữu tình đã chứng được (ở cõi) Không Vô Biên Xứ. 7) Loài hữu tình đã chứng được (ở cõi) Thúc Vô Biên Xứ. 8) Loài hữu tình đã chứng (ở cõi) Vô Sở Hữu Xứ. 9) Loài hữu tình đã chứng (ở cõi) Phi Tướng Phi Phi Tướng Xứ.

Trong Kinh Thủ Lăng Nghiêm, quyển Bảy, Đức Phật đã nhắc ngài A Nan về mười hai loại chúng sanh: 1) Loài noãn sanh, tức loài sanh ra bằng trứng. Bởi nhân thế giới hư vọng luân hồi, động điền đảo, hòa hợp với khí thành tám vạn bốn nghìn loài bay, bơi loạn tướng. Như vậy nên có loài từ trứng sinh, lưu chuyển trong các quốc độ, như loài cá, chim, rùa, rắn, đầy dẫy trong thế giới. 2) Loài thai sinh, tức loài sanh ra bằng thảo. Bởi nhân thế giới tạp nhiễm luân hồi, đục điền đảo, hòa hợp thành tám vạn bốn nghìn loài hoành thụ, loạn tướng. Như vậy nên có loài từ thai sinh, như người, vật, tiên, rồng, đầy dẫy khắp thế giới. 3) Loài thấp sinh, tức loài sanh ra từ nơi ẩm thấp. Bởi nhân thế giới chấp trước luân hồi, thù điền đảo, hòa hợp khí nóng thành tám vạn bốn nghìn loài phiền phúc loạn tướng. Như vậy nên có loài từ chỗ ẩm thấp sinh, như các loài trùng, sâu bọ, vùn vùn, lưu chuyển đầy dẫy quốc độ. 4) Loài hóa sinh, tức loài được biến hóa từ loài này sang loài khác. Bởi nhân thế giới biến dịch luân hồi, giả điền đảo, hòa hợp xúc thành tám vạn bốn nghìn loạn tướng tân cổ. Như vậy có loài tự biến hóa sinh, như loài thay vỏ, thoát xác bay đi, lưu chuyển đầy dẫy quốc độ. 5) Loài sắc tướng sanh, tức loài sanh ra từ sắc tướng. Bởi nhân thế giới lưu ngại luân hồi, chướng điền đảo, hòa hợp chấp trước thành tám vạn bốn nghìn tình diệu loạn tướng, như vậy nên có loài sắc tướng sanh, như loài tinh minh, xấu tốt, lưu chuyển đầy dẫy trong quốc độ. 6) Loài vô sắc tướng sanh, tức loài được sanh ra từ vô sắc tướng. Bởi nhân thế giới tiêu tán luân hồi, hoặc điền đảo, hòa hợp u ám thành tám vạn bốn nghìn âm ẩn loạn tướng. Như vậy nên có loài vô sắc sinh, như loài không tán tiêu trầm lưu chuyển đầy dẫy trong quốc độ. 7) Loài tướng

tướng sanh, tức chúng sanh được sanh ra từ tướng tướng. Bởi nhân thế giới vọng tướng luân hồi, ảnh điên đảo, hòa hợp với ‘nhớ’ thành tám vạn bốn nghìn tiềm kiết loạn tướng. Như vậy nên có loài tướng tướng sanh, như là quỷ thần, tinh linh, lưu chuyển đầy đầy trong quốc độ. 8) Loài vô tướng sanh, hay chúng sanh được sanh ra từ vô tướng. Bởi nhân thế giới ngu độn luân hồi, si điên đảo, hòa hợp ngu ngoan, thành tám vạn bốn nghìn khô khan loạn tướng. Như vậy nên có loài vô tướng sinh, như loài tinh thân hóa ra thảo mộc kim thạch, lưu chuyển đầy đầy quốc độ. 9) Loài chẳng phải có sắc tướng sinh, hay loại chúng sanh chẳng phải có sắc tướng mà được sanh ra. Bởi nhân thế giới tương đãi luân hồi, ngụy điên đảo, hòa hợp nhiễm thành tám vạn bốn nghìn nhân y loạn tướng. Như vậy nên có các loài chẳng phải có sắc tướng sinh, như loài thủy mẫu, lưu chuyển đầy đầy quốc độ. 10) Loài chúng sanh chẳng phải vô sắc sinh mà được sanh ra. Bởi nhân thế giới tương dẫn luân hồi, tính điên đảo, hòa hợp với phù chú mà thành tám vạn bốn nghìn hô triệu loạn tướng. Như vậy nên có loài chẳng phải không sắc sinh, như loài yểm chú, lưu chuyển đầy đầy quốc độ. 11) Loài chẳng phải có tướng sinh, hay loại chúng sanh chẳng phải vì có tướng mà được sanh ra. Bởi nhân thế giới hợp vọng luân hồi, vọng điên đảo, hòa hợp với các chất khác thành tám vạn bốn nghìn hồi hồi loạn tướng. Như vậy nên có các loài chẳng phải có tướng sinh, như loài bồ lao, lưu chuyển đầy đầy quốc độ. 12) Loài chẳng phải không tướng sinh, hay loại chúng sanh chẳng phải vì không có tướng mà được sanh ra. Bởi nhân thế giới oán hại luân hồi, sát điên đảo, hòa hợp quái thành tám vạn bốn nghìn loài tướng ăn thịt cha mẹ. Như vậy nên có các loài chẳng phải không tướng, mà vô tướng, như loài thổ cừu và chim phá cảnh, lưu chuyển đầy đầy quốc độ.

Trầm Luân Lục Đạo Hay Sanh Tử Luân Hồi Trong Sáu Nẻo?:

Trầm Luân Lục Đạo: Như trên đã nói, lục đạo là sáu đường luân hồi của chúng sanh (chúng sanh tạo các nghiệp khác nhau rồi bị nghiệp lực thúc đẩy, dẫn dắt đến sáu loại đầu thai, qua lại trong sáu nẻo, sanh rồi tử, tử rồi sanh, như bánh xe xoay vần, không bao giờ dừng nghỉ, hoặc vào địa ngục, hoặc làm quỷ đói, hoặc làm súc sanh, hoặc A Tu La, hoặc làm người, hoặc làm trời, Đức Phật gọi đó là luân chuyển trong lục đạo). Trầm luân lục đạo có nghĩa là luân luân hồi hồi trong sáu nẻo đường trần. Trong vũ trụ quan Phật giáo, sáu cõi luân hồi của chúng sanh (chúng sanh tạo các nghiệp khác nhau rồi bị nghiệp lực

thức đẩy, dẫn dắt đến sáu loại đầu thai, qua lại trong sáu nẻo, sanh rồi tử, tử rồi sanh, như bánh xe xoay vần, không bao giờ dừng nghỉ, hoặc vào địa ngục, hoặc làm quỷ đói, hoặc làm súc sanh, hoặc A Tu La, hoặc làm người, hoặc làm trời, Đức Phật gọi đó là luân chuyển trong lục đạo). Với một số người, đó có thể là những thế giới khách quan, những địa điểm mà chúng sanh có thể trú ngụ. Số khác lại cho rằng đó là các cảnh giới chủ quan, xuất phát từ kinh nghiệm thức ngộ của con người. Tuy nhiên, cũng có thể sáu cõi ấy không phải là những thế giới cụ thể hay cảnh giới tâm linh nào cả, cũng có thể chúng thuộc về những vùng không gian và thời gian khác, không hẳn là khách quan hay chủ quan đối với tâm trí của chúng ta. Hành giả tu Phật nên luôn nhớ rằng chúng sanh cứ luân hồi không dứt do bởi trong kiếp luân hồi sanh tử trong kiếp luân hồi sanh tử, ác nghiệp dễ nhiễm, duyên lành khó tạo. Trong kiếp luân hồi sanh tử trong vô lượng kiếp, do bởi vô minh mà chúng ta đã chịu quá nhiều khổ đau phiền não. Trong kiếp luân hồi sanh tử, duyên lành khó gieo, việc ác dễ trồng. Một lần nữa, hành giả tu Phật nên luôn nhớ rằng một khi chúng ta chưa nhận thức và vận dụng kho tàng giác ngộ của mình, không có cảnh giới nào tồn tại ngoài sự vô minh và đau khổ cả. *Sanh Tử Luân Hồi Trong Sáu Nẻo*: Theo niềm tin Phật giáo, sanh tử chỉ là hai điểm trong vòng tròn luân hồi mà thôi. Thân này chết, thân kia sanh. Chúng sanh sanh tử vì nghiệp lực. Không có sự đầu thai của một linh hồn hay một chất nào từ một thân xác này đến một thân xác khác. Cái thực sự xảy ra tiến trình tư tưởng chủ động của người sắp chết (Javana) phóng ra một số lực thay đổi tùy theo sự thanh tịnh của những chấp tư tưởng trong loạt này. Những lực này gọi là “năng lượng nghiệp” (Karma vega) tự nó lôi cuốn vào lớp vật chất tạo ra bởi cha mẹ trong dạ con người mẹ. Uẩn vật chất trong hợp chất phôi thai phải có những đặc tính khả dĩ có thể tiếp nhận loại năng lượng nghiệp đặc biệt này. Sự lôi cuốn theo cách thức này của những loại uẩn vật chất khác nhau tạo ra bởi cha mẹ xuất hiện do hoạt động của cái chết và đem lại sự tái sinh thuận lợi cho người sắp chết. Một tư tưởng bất thiện sẽ đưa đến một sự tái sanh không thuận lợi. Khi đầu thai, mỗi mỗi chúng sanh đều có hình dáng xấu đẹp, sang hèn khác nhau, đó đều là do các nghiệp nhân đã tạo ra khi còn mang thân tiền hữu cảm thành. Thân này chết để tái sanh vào thân khác. Nơi chúng sanh đầu thai (tái sanh) tùy thuộc vào nghiệp tốt hay xấu của từng chúng sanh. Niềm tin chúng sanh, kể cả con người có

một chuỗi dài nhiều đời sống, và chỉ dừng lại khi nào không còn sự chấp thủ vào bất cứ thứ gì trên đời này. Điều này chỉ xảy ra khi đã tìm thấy Phật tánh. Đây là niềm tin rất phổ biến trong các tín đồ Phật giáo.

Sanh và Tử là do hậu quả của nghiệp. Học thuyết tái sinh được mọi trường phái Phật giáo tán đồng (ủng hộ). Theo học thuyết này, tất cả chúng sanh đều mắc kẹt trong vòng luân hồi sanh, tử, tái sanh, và hiện trạng của họ là do những hành động trong quá khứ hay nghiệp mà có. Theo niềm tin Phật giáo, không có sự đầu thai của một linh hồn hay một chất nào từ một thân xác này đến một thân xác khác. Cái thực sự xảy ra tiến trình tư tưởng chủ động của người sắp chết (Javana) phóng ra một số lực thay đổi tùy theo sự thanh tịnh của năm chấp tư tưởng trong loạt này. Những lực này gọi là “năng lượng nghiệp” (Karma vega) tự nó lôi cuốn vào lớp vật chất tạo ra bởi cha mẹ trong dạ con người mẹ. Uẩn vật chất trong hợp chất phôi thai phải có những đặc tính khả dĩ có thể tiếp nhận loại năng lượng nghiệp đặc biệt này. Sự lôi cuốn theo cách thức này của những loại uẩn vật chất khác nhau tạo ra bởi cha mẹ xuất hiện do hoạt động của cái chết và đem lại sự tái sinh thuận lợi cho người sắp chết. Một tư tưởng bất thiện sẽ đưa đến một sự tái sinh không thuận lợi. Khi đầu thai, mỗi mỗi chúng sanh đều có hình dáng xấu đẹp, sang hèn khác nhau, đó đều là do các nghiệp nhân đã tạo ra khi còn mang thân tiền hữu cảm thành. Vì vòng sanh tử này không tránh được quan hệ với khổ đau và chết chóc, Phật giáo cho rằng thoát khỏi luân hồi là mục tiêu mà ai cũng mong muốn. Điều này được thực hiện qua việc tu tập, quan trọng nhất là thiền định về thực chất của vạn hữu. Học thuyết tái sinh trở nên trở ngại cho Phật tử hiện thời, nhất là những người cải đạo từ những quốc gia Tây phương, nơi mà nền văn hóa không chấp nhận ý niệm tái sinh. Tuy nhiên, học thuyết này lại vô cùng quan trọng trong quan điểm Phật giáo, vì tất cả những thái độ thành khẩn tu tập đều phát xuất từ việc thông hiểu học thuyết tái sinh.

Sanh tử còn có nghĩa là “Luân Hồi”. Luân là bánh xe hay cái vòng, hồi là trở lại; luân hồi là cái vòng quanh quẩn cứ xoay vần. Luân hồi sanh tử trong đó chúng sanh cứ lập đi lập lại sanh tử tử sanh tùy theo nghiệp lực của mình. Điều gì xảy ra cho chúng ta sau khi chết? Phật giáo dạy rằng sau khi chết thì trong một khoảng thời gian nào đó chúng ta vẫn ở trạng thái hiện hữu trung gian (thân trung ấm) trong cõi đời này, và khi hết thời gian này, tùy theo nghiệp mà chúng ta đã từng kết

tập trong đời trước, chúng ta sẽ tái sinh vào một cõi thích ứng. Phật giáo cũng chia các cõi khác này thành những cảnh giới sau đây: địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, a tu la, nhân, thiên, thanh văn, duyên giác, bồ tát, và Phật. Nếu chúng ta chết trong một trạng thái chưa giác ngộ thì tâm thức chúng ta sẽ trở lại trạng thái vô minh, sẽ tái sinh trong lục đạo của ảo tưởng và khổ đau, và cuối cùng sẽ đi đến già chết qua mười giai đoạn nói trên. Và chúng ta sẽ lặp đi lặp lại cái vòng này cho đến tận cùng của thời gian. Sự lặp đi lặp lại này của sanh tử được gọi là “Luân Hồi.” Nhưng nếu chúng ta làm thanh tịnh tâm thức bằng cách nghe Phật pháp và tu Bồ Tát đạo thì trạng thái vô minh sẽ bị triệt tiêu và tâm thức chúng ta sẽ có thể tái sinh vào một cõi tốt đẹp hơn. Vì vậy, thế giới này là Ta bà hay Niết bàn là hoàn toàn tùy thuộc vào trạng thái tâm. Nếu tâm giác ngộ thì thế giới này là Niết bàn. Nếu tâm mê mờ thì lập tức thế giới này biến thành Ta Bà. Vì vậy Đức Phật dạy: “Với những ai biết tu thì Ta Bà là Niết Bàn, mà Niết Bàn cũng là Ta Bà.”

Tái sinh nơi địa ngục, chúng sanh phải luôn chịu khổ đau. Đây là một trong tám điều kiện hay hoàn cảnh khó gặp Phật pháp, hay tám chỗ chướng nạn, một khi sanh vào thì chẳng có thể tu học cho thành đạo được. Tái sinh làm ngạ quỷ, nơi chúng sanh chẳng bao giờ cảm thấy dễ chịu và luôn ham muốn. Đây là một trong tám điều kiện hay hoàn cảnh khó gặp Phật pháp, hay tám chỗ chướng nạn, một khi sanh vào thì chẳng có thể tu học cho thành đạo được. Tái sinh vào cõi súc sanh, nơi chúng sanh không có khả năng hiểu biết Phật pháp. Tái sinh làm người bao gồm sự tái sinh làm những người đui, điếc, câm, què. Đây cũng là một trong tám điều kiện hay hoàn cảnh khó gặp Phật pháp, hay tám chỗ chướng nạn, một khi sanh vào thì chẳng có thể tu học cho thành đạo được, hoặc tái sinh làm người trong thời không có Như Lai, hay trong buổi chuyển tiếp sau thời Phật nhập diệt và thời Đức Hạ sanh Di Lạc Tôn Phật. Trong thời kỳ này, chúng sanh chỉ biết nhàn đàm hý luận về Phật pháp chứ không chịu tu tập. Đây cũng là một trong những điều kiện hay hoàn cảnh khó gặp Phật pháp, hay tám chỗ chướng nạn, một khi sanh vào thì chẳng có thể tu học cho thành đạo được. Ngoài ra, chúng sanh có thể tái sinh trong cõi người giàu sang phú quý; hoặc tái sinh làm thức giả hay triết giả phàm phu. Tái sinh làm thức giả hay triết giả phàm phu, những chúng sanh tưởng mình là thế trí biện thông, biết hết mọi thứ nên không còn muốn tu tập

theo Phật. Đây cũng là một trong tám điều kiện hay hoàn cảnh khó gặp Phật pháp, hay tám chỗ chướng nạn, một khi sanh vào thì chẳng có thể tu học cho thành đạo được. Chúng sanh có thể tái sanh vào cõi người và xuất gia tu hành đắc đạo. Chúng sanh có thể tái sanh vào Bắc Cu lô châu, nơi chúng sanh luôn vui sướng ngũ dục làm cho chúng sanh không còn thiết gì đến tu hành Phật pháp. Đây cũng là một trong tám điều kiện hay hoàn cảnh khó gặp Phật pháp, hay tám chỗ chướng nạn, một khi sanh vào thì chẳng có thể tu học cho thành đạo được. Chúng sanh cũng có thể tái sanh vào những cõi trời từ Tứ Thiên Thiên đến Tứ Thiên Vương, như các cõi trời Dạ ma, trời dục giới, trời Đạo lợi, trời Đâu Suất, trời Hóa Lạc, trời Phạm thiên, trời Tha Hóa, trời trường thọ, và Tứ thiên vương.

Theo truyền thống Phật giáo, trong đêm giác ngộ, Đức Phật đã đưa ra lời xác chứng về sanh tử, tử sanh... Ngài đã chứng được tam minh⁽⁵⁾ và cái biết đầu tiên của Ngài là biết về tiền kiếp. Ngài đã nhớ lại Ngài đã sanh ra trong những hoàn cảnh nào ở tiền kiếp. Ngoài Đức Phật ra, các đệ tử nổi trội của Đức Phật cũng có thể nhớ lại được tiền kiếp của họ. Chẳng hạn như ngài A Nan, có khả năng nhớ lại tiền kiếp sau khi thọ giới. Tương tự, qua lịch sử Phật giáo, có nhiều vị thiền sư và Thánh Tăng đã có thể nhớ lại tiền kiếp của mình. Trong Phật giáo, tiến trình “sanh, tử và tái sanh” là một phần của tiến trình của những thay đổi liên tục. Thật vậy, không phải là chết rồi mới tái sanh mà chúng ta sanh, tử, rồi tái sanh trong từng phút từng giây. Cũng giống tiến trình thay đổi trong cơ thể con người, thí dụ như như đa số các tế bào trong thân thể của chúng ta đã được sanh ra, chết đi và được thay thế bằng những tế bào mới rất nhiều lần trong một đời người. Ngay cả những tế bào không được thay thế cũng phải chịu sự thay đổi nội tại liên tục. Đó là một phần của tiến trình “sanh, tử và tái sanh”. Tâm trí của chúng ta cũng vậy, chúng ta thấy trạng thái tinh thần có lúc vui, lúc buồn, thay đổi luôn luôn. Trạng thái này đi qua và được thay thế bằng trạng thái khác. Đức Phật biết được rằng những trạng thái nhiễu loạn và nghiệp lực khiến cho chúng sanh phải bị tái sanh. Trong những phút giây sắp từ bỏ thân này, thường thì phàm phu chúng ta luôn theo bản năng cảm thấy thêm khát, nín giữ xác thân. Chúng ta gần như hoảng loạn khi từ bỏ xác thân và phải vĩnh biệt mọi sự mọi vật quanh mình. Khi thấy mình đang từ bỏ thân xác này và đang kết thúc mạng sống thì chúng ta lại cố gắng nắm chặt vào một thân thể khác. Trạng thái sanh tử trong

vòng luân hồi tùy thuộc nơi nghiệp lực. Theo đạo Phật, chúng sanh được tuyệt đối tự do chọn lựa con đường mình muốn đi. Nếu như người ấy muốn ở Tây phương thì phát nguyện vãng sanh Tịnh Độ, rồi tinh tấn niệm Phật. Còn nếu như muốn bị đọa địa ngục thì chỉ đơn giản làm ác là chắc chắn phải đọa. Tất cả đời sống, tất cả hiện tượng đều phải có tiến trình sanh tử, đều phải bắt đầu và chấm dứt. Trường phái Tam Luận chối bỏ điều này trên phương diện chân đế (sự thật tuyệt đối), nhưng công nhận điều này trên phương diện tục đế (sự thật tương đối). Trung Luận cho rằng sinh diệt khứ lai, chỉ là những từ ngữ tương đối và không thật (kỳ thật chư pháp vốn là Như Lai Tạng bất sanh bất diệt bất khứ bất lai). Tuy nhiên, chư Bồ Tát xem việc sanh tử là viên lâm của các ngài vì không nhằm bỏ. Đây là một trong mười loại viên lâm của chư đại Bồ Tát. Chư Bồ Tát an trụ trong pháp này thời được đại hạnh an lạc là ưu nhã vô thượng của Như Lai. Sanh tử cũng còn là khí giới của chư Bồ Tát, vì chẳng dứt hạnh Bồ Tát và luôn giáo hóa chúng sanh. Chư Bồ Tát an trụ nơi pháp này thời có thể diệt trừ những phiền não, kiết sử đã chứa nhóm từ lâu của tất cả chúng sanh. Hóa thân Bồ Tát, không do sanh tử luân hồi, hay sự sống chết của Thánh nhân không bị dấy lên bởi nghiệp báo hữu vi. Thời gian trôi qua thật nhanh. Năm tháng trôi qua thật nhanh. Đời người cũng vậy, từ lúc sanh ra đến khi già rồi chết, mình cũng chẳng hề hay biết. Sanh, lão, bệnh, tử quay cuồng nhanh chóng, mà con người thì cứ u mê cứ để hết năm này đến năm khác trôi qua. Nếu chúng ta chẳng tỉnh ngộ trong vấn đề sanh tử của chính mình thì mình vốn dĩ đã sanh ra trong u mê, rồi cũng sẽ chết đi một cách u mê theo nghiệp lực. Quả là một cuộc sống vô vị!

Six Paths of the Samsara

An Overview of Six Paths of the Samsara: “Samsara” is a Sanskrit term for “Cyclic existence.” This is the beginningless cycle of birth, death, rebirth and death again and again without ending, in which ordinary beings (prthag-jana) are trapped. The cycle of births and deaths, the cycle of existence. The ocean of births and deaths, the wheel of becoming in the phenomenal universe. Imprisonment in samsara is conditioned by the three “unwholesome roots” of greed,

hatred and ignorance. Only human beings have the ability to depart from samsara and enter into nirvana because they can recognize and eliminate the three poisons of greed, hatred and ignorance. According to Buddhism, the universe is beginningless and endless, and the beings who dwell within it transmigrate going up and down from life to life in dependence upon their volitional actions (karma). Due to ignorance (avidya) of the true nature of reality, they are generally predisposed toward actions and attitudes that lead to negative consequences. This process inevitably results in repeated suffering (duhkha), disappointment, and death, and so the main goal of Buddhism is to extricate oneself (tự giải thoát) from the cycle of existence, which can only be done through cultivation (religious practice) that enables one to transform one's negative attitudes and proclivities (xu hướng) and develop direct intuitive understanding of the nature of reality. This serves to break the cycle and leads to full liberation (Nirvana).

The six ways or conditions of sentient existence in the Saha World⁽¹⁾, or six miserable states sentient beings revolve in the cycle of Birth and Death, along the six paths, life after life. These are paths of hell-dwellers, hungry ghosts, animals, titanic demons or asuras, human beings and celestials. Six paths of sentient existence comprise of two parts: the first part is the three lower gatis, or three evil paths (tri-akusala (skt)).

The three lower gatis, or three evil paths: *The first path is the Path of Hells:* The state of being in Hell. This is the lowest and most miserable condition of existence. Sentient being (alaya-consciousness) is condemned to stay in Hell due to his worse karma. In the hellish path, the sufferings there are so great that no words can describe them. *The second path is the State of Hungry Ghosts:* Starved ghosts realm where greedy, selfish and deceitful souls are reborn. In the path of hungry ghosts, beings have ugly, smelly bodies, with bellies as big as drums and throats as small as needles, while flames shoot out of their mouths. They are subject to hunger and thirst for incalculable eons. *The third path is the State of Animals:* Animals' realm reserved for those souls who are dull-witted, depraved, or have committed fornication. The path of animals, such as buffaloes, cattle, donkeys and horses, is subject to heavy toil. Other domestic animals, such as goats, pigs, chicken and ducks, are subject to be killed to make food for human

beings. Still other animals suffer from stupidity, living in filth, and killing one another for food. The three upper gatis comprise of three good paths. Among the three upper gatis, rebirth in the celestial or human paths is difficult, while descend into Asura path and other three lower gatis is easy and common.

The three upper gatis, or three good paths: *The fourth path is the State of Angry Demons:* Asuras' realm where those who are wicked, hot-tempered, violent or are initiated into paganism (the path of asuras is filled with quarrelling and acrimonious competition). *The fifth path is the State of Human-Beings:* Our earth, place where those who keep the basic five precepts are reborn. *The sixth path is the State of Gods:* Gods' realm is reserved to those who observe the five basic commandments and have practiced the Ten Meritorious Action and abstained to do the Ten Evil Deeds. Although the celestial path is blessed with more happiness than our world, it is still marked by the five signs of decay and the things that go against our wishes.

We are living in a realm of desire. From the time we wake up until the time we go to sleep at night, and even throughout our dreams, we are driven by desire. Each of our senses is hungry for its own particular food. Our eyes craves to see interesting shapes and colors; our ears want to hear pleasing sounds; our nose actively sniffs out agreeable odors and dislikes smells that offend it; our tongue seeks exciting new tastes; and our sense of touch is craving smooth contact. Meanwhile, our mind itself runs after ideas as greedily as our eyes, ears, nose, tongue and body. Then, we cannot obtain what we wish which causes suffering (due to unfulfilled wishes). In addition, there are other sufferings such as the sufferings of birth, of aging, of illnesses, of death, the suffering of being separated from the loved ones, or facing with what we hate, or the suffering caused by the ills of the five aggregates. Although we wish to have nothing but happiness, our life is full of pain and dissatisfaction. We wish to have a job to work but that very job occupies all our time and energy. We wish to live a noble life but our reputation is smeared, etc. It seems that the more we try to cling to happiness, the more miserable we become. Our efforts to find happiness lead us around in circles until we end up frustrated and exhausted. The Buddha referred to this condition of repeated dissatisfaction as "Samsara". Then, He prescribed many different

methods for liberating ourselves from it. He said: “Ignorance is the main source that causes all of our problems and disappointments. The best way to liberate ourselves is to eliminate ignorance and to uproot all such craving desire from our heart.

Sentient Beings in the Six Paths: Sentient beings⁽²⁾ in the six paths from hells to celestials include all the living beings and things. The living beings or the sentient are those with emotions and wisdom; while things, or insentient things are those without emotions nor wisdom. Therefore, sentient beings or those with emotions (the living) or those who possess consciousness; while insentient things or those without emotions. Insentient things survive through the means of their own beings, from sunlight, earth and air. Plants are not considered sentient beings because they do not possess consciousness. Conscious beings or sentient beings which possess magical and spiritual powers. All the living, which includes the vegetable kingdom; however, the term “sattva” limits the meaning to those endowed with reason, consciousness, and feeling⁽³⁾; or those who are sentient, sensible, animate, and rational. According to Buddhism, any living being who has a consciousness⁽⁴⁾, including those of the six realms (heaven, human, asura, animal, hungry ghost, and hell). All sentient beings can be said to have inherent enlightenment or Buddha-nature. The term “Living beings” refer to all creatures that possess life-force. Each individual living being comes into being as the result of a variety of different causes and conditions. The smallest living beings as ants, mosquitoes, or even the tiniest parasites are living beings. However, according to the popular meaning, the majority of conscious beings are ordinary people who always examine themselves and realize they are just unenlightened mortal filled with greed, hatred and ignorance, as well as an accumulation of infinite other transgressions in the past, present and future. From realizing this, they develop a sense of shame and then vow to change their way, be remorseful, repent, and give their best to cultivate with vigor such as chanting sutra, reciting the Buddha’s name, or sitting meditation, seeking to quickly end karmic obstructions and to attain enlightenment in a very near future.

In Buddhist philosophy, a sentient being is one who has a mind, that is, something that is aware of its surroundings and is capable of volitional activity. In Buddhist psychological literature, the minimum

necessary requirements for something to be a sentient being are the five “omni-present mental factors” (sarvatraga): 1) feeling (vedana); 2) discrimination (samjna); 3) intention (cetana); 4) mental activity (manasikara); 5) contact (sparsa). Beings are different in various ways, including the good and bad seeds they possess. Each being creates karma and undergoes its individual retribution. This process evolves from distinctions that occur in the five skandhas. Every being is a combination of five elements: rupa, vedana, sanna, sankhara, and vinnana. Hence, one being is not essentially different from another, an ordinary man is not different from a perfect saint. But is the nature and proportion of each of the five constituents existing in an individual be taken into account, then one being is different from another, an ordinary man is different from a perfect saint. The combination of elements is the outcome of Karma and is happening every moment, implying that the disintegration of elements always precedes it. The elements in a combined state pass as an individual, and from time immemorial he works under misconception of a self and of things relating to a self. His vision being distorted or obscured by ignorance of the truth he can not perceive the momentary combination and disintegration of elements. On the other hand, he is subject to an inclination for them. A perfect man with his vision cleared by the Buddhist practices and culture realizes the real state of empirical things that an individual consists of the five elements and does not possess a permanent and unchanging entity called soul.

According to Buddhism, physically speaking, there are four kinds of beings, including living and non-living beings: *flying, swimming, walking, and plants*. Those with blood and breath are called animals, and plants refer to all kinds of grasses, trees, and flower-plants. Where do all those four kinds of beings come from? What is their origin? According to Buddhism, their origin is the Buddha-nature. If there was no Buddha-nature, everything would be annihilated. The Buddha-nature is the only thing that passes through ten thousand generations and all time without being destroyed. From the Buddha-nature come Bodhisattvas, Hearers (Enlightened to Conditions), gods, asuras, people, animals, ghosts, and hell-beings. Those are beings of the ten dharma realms, and the ten dharma realms are not apart from a single thought of the mind. This single thought of the mind is just the seed of

the Buddha-nature. One true-thought is just another name for the Buddha-nature. Those living beings include beings which are born through the womb; those born through eggs; those born through moisture; and those born through transformation or metamorphoses such as a worm transforming to become a butterfly.

According to The Lankavatara Sutra, from the religious point of view, there are five orders of beings. *First of all*, those who belong to the Sravaka order are delighted at listening to such doctrines as concern the Skandhas, Dhatus, or Ayatanas, but take no special interest in the theory of causation, who have cut themselves loose from the bondage of evil passions but have not yet destroyed their habit-energy. They have attained the realization of Nirvana, abiding in which state they would declare that they have put an end to existence, their life of morality is now attained, all that is to be done is done, they would not be reborn. These have gained an insight into the non-existence of an ego-substance in a person but not yet into that in objects. These philosophical leaders who believe in a creator or in the ego-soul may also be classified under this order. *Second*, the Pratyekabuddha order comprises those who are intensely interested in anything that leads them to the realization of Pratyekabuddhahood. They would retire into solitude and have no attachment to worldly things. When they hear that the Buddha manifests himself in a variety of forms, sometimes in group, sometimes singly, exhibiting miraculous powers, they think these are meant for their own order, and immensely delighted in them they would follow and accept them. *Third*, those of the Tathagata order, or those who may listen to discourse on such subjects as manifestations of mind, or transcendental realm of the Alaya, from which starts this world of particulars, and yet they may not at all feel astonished or frightened. The Tathagata order may be again divided into three: those who gain an insight into the truth that there is no individual reality behind one perceives; those who know that there is an immediate perception of the truth in one's inmost consciousness; those who perceive that besides this world there are a great number of Buddha-lands wide and far-extending. *Fourth*, those who belong to no definite order, or those who are of the indeterminate nature. For those who belong to it may take to either one of the above three orders according to their opportunities. *Fifth*, those who are altogether outside

these orders. There is still another class of beings which cannot be comprised under any of the four already mentioned; for they have no desire whatever for emancipation, and without this desire no religious teaching can enter into any heart. They belong to the Icchantika order. Icchantika is a Sanskrit word which means “incomplete faith” and “lacking good roots.” A class of beings who have cut off all their virtuous roots (kusala mula) and so have no hope of attaining Buddhahood. The status of icchantikas was once an important topic of debate in East Asian Buddhism, with some groups claiming that they are unable to attain liberation, while others asserted that all beings, including icchantikas, have the buddha-nature, and so the virtuous roots may be re-established. Bhiksus who refuse to enter upon their Buddhahood in order to save all beings. Icchantika is one who cuts off his roots of goodness. The Atyantika are people who are extremely evil and wicked, having lost all senses of goodness. It is impossible to change, transform, or influence them to take a cultivated path. However, this also applied to a Bodhisattva who has made his vow not to become a Buddha until all beings are saved. In the Lankavatara Sutra, the Buddha reminded Mahamati: “Oh Mahamati, the Bodhisattva-icchantika knowing that all things are in Nirvana from the beginning refrains forever from entering into Nirvana. Two subclasses, however, may be distinguished here. Those who have forsaken all roots of merit, or those who vilify the doctrines meant for the Bodhisattvas, saying that they are not in accordance with the sacred texts, rules of morality, and the doctrine of emancipation. Because of this vilification they forsake all the roots of merit and do not enter into Nirvana. Those who have vowed at the beginning to save all beings. They are Bodhisattvas who wish to lead all beings to Nirvana. Deny themselves of this bliss. They vowed in the beginning of their religious career that until everyone of their fellow-beings is led to enjoy the eternal happiness of Nirvana, they themselves would not leave this world of pain and suffering, but must strenuously and with every possible means work toward the completion of their mission. But as there will be no termination of life as long as the universe continues to exist, Bodhisattvas may have no chance for ever to rest themselves quietly with their work finished in the serenity of Nirvana. The time will come even to those who speak evil of the Bodhisattvayana when

through the power of the Buddhas they finally embrace the Mahayana and by amassing stock of merit enter into Nirvana, for the Buddhas are always working for the benefit of all beings no matter what they are. But as for Bodhisattvas they never enter into Nirvana as they have a deep insight into the nature of things which are already in Nirvana even as they are. Thus, we know where Bodhisattvas stand in their never-ending task of leading all beings into the final abode of rest.

According to the Mahanidana sutta and the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are seven stations of consciousness: 1) There are beings different in body and different in perception, such as human beings, some devas and some states of woe. 2) There are beings different in body and alike in perception, such as the devas of Brahma's retinue, born there (on account of having attained) the first jhana. 3) There are beings alike in body and different in perception, such as the Abhassara Devas. 4) There are beings alike in body and alike in perception, such as the Subhakinna devas. 5) There are beings who have completely transcended all perception of matter, by the vanishing of the perception of sense-reactions and by non-attention to the perception of variety; thinking: "Space is infinite," they have attained to the Sphere of Infinite Space. 6) There are beings who, by transcending the Sphere of Infinite Space, thinking: "Consciousness is infinite," have attained to the Sphere of Infinite Consciousness. 7) There are beings who, having transcended the Sphere of Infinite Consciousness, thinking: "There is nothing," have attained to the Sphere of No-Thingness. There are seven stages of existence in a human world or in any desire world. They are being in the hells, animals, the hungry ghosts, the deva, the human beings, beings of karma, and beings in the intermediate stage. Besides, there are still seven other kinds of sentient beings: hells, hungry ghosts, animals, demons of higher order, humans, non-humans, and gods (a genius or higher spiritual being). According to the Lotus Sutra, there are still eight other beings: deva, naga, yaksa, asura, gadura, kinnara, gandharva, and mahogara.

According to Buddhist tradition, there are nine kinds of beings. *First*, sense-desire becoming, the kind of becoming possessed of sense-desires; *second*, fine-material becoming, the kind of becoming possessed of fine material; *third*, immaterial becoming, the kind of

becoming possessed of immaterial; *fourth*, percipient becoming, the kind of becoming possessed of perception; *fifth*, non-percipient becoming, the kind of becoming possessed of non-perception; *sixth*, neither-percipient-nor-non-percipient becoming, the kind of becoming possessed of neither perception nor non-perception; *seventh*, one-constituent becoming, the kind of becoming possessed of one constituent; *eighth*, four-constituent becoming, the kind of becoming possessed of four constituents; *ninth*, five-constituent becoming, the kind of becoming possessed of five constituents. Also according to the Sangiti Sutta, there are nine more kinds of sentient beings: 1) Beings different in body and different in perception such as human beings, some devas and hells. 2) Beings different in body and alike in perception such as new-rebirth Brahma. 3) Beings are alike in body and different in perception such as Light-sound heavens (Abhasvara). 4) Beings alike in body and alike in perception such as Heavens of pure dwelling. 5) Beings in the realm of unconscious beings such as heavens of no-thought. 6) Beings who have attained the Sphere of Infinite Space. 7) Beings who have attained to the Sphere of Infinite Consciousness. 8) Beings who have attained to the Sphere of No-Thingness. 9) Beings who have attained to the Sphere of Neither-Perception-Nor-Non-Perception.

In the Surangama Sutra, book Seven, the Buddha reminded Ananda about the twelve categories of living beings: 1) Egg-born beings or beings born through egg. Through a continuous process of falseness, the upside-down state of movement occurs in this world. It unites with energy to become eighty-four thousand kinds of random thoughts that either fly or sink. From this there come into being the egg kalalas which multiply throughout the lands in the form of fish, birds, amphibians, and reptiles, so that their kinds abound. 2) Womb-born beings or beings born through womb. Through a continuous process of defilement, the upside-down state of desire occurs in this world. It unites with stimulation to become eighty-four thousand kinds of random thoughts that are either upright or perverse. From this there come into being the womb arbudas, which multiply throughout the world in the form of humans, animals, dragons, and immortals until their kinds abound. 3) Moisture-born beings or beings born through moisture. Through a continuous process of attachment, the upside-

down state of inclination occurs in this world. It unites with warmth to become eighty-four thousand kinds of random thoughts that are vacillating and inverted. From this there come into being through moisture the appearance of peshis, which multiply throughout the lands in the form of insects and crawling invertebrates, until their kinds abound. 4) Transformation-born beings or beings born through transformation. Through a continuous process of change, the upside-down state of borrowing occurs in this world. It unites with contact to become eighty-four thousand kinds of random thoughts of new and old. From this there come into being through transformation the appearance of ghana, which multiply throughout the lands in the form of metamorphic flying and crawling creatures, until their kinds abound. 5) Form-born beings or beings born through form. Through a continuous process of restraint, the upside-down state of obstruction occurs in this world. It unites with attachment to become eighty-four thousand kinds of random thoughts of refinement and brilliance. From this there come into being the ghana of appearance that possess form, which multiply throughout the lands in the form of auspicious and inauspicious essences, until their kinds abound. 6) Formless-born beings or beings born through formlessness. Through a continuous process of annihilation and dispersion, the upside-down state of delusion occurs in this world. It unites with darkness to become eighty-four thousand kinds of random thoughts of obscurity and hiding. From this there come into being the ghana of formless beings, which multiply throughout the lands as those that are empty, dispersed, annihilated, and submerged until their kinds abound. 7) With thought-born beings or beings born with thoughts. Through a continuous process of illusory imaginings, the upside-down state of shadows occurs in this world. It unites with memory to become eighty-four thousand kinds of random thoughts that are hidden and bound up. From this there come into being the ghana of those with thought, which multiply throughout the lands in the form of spirits, ghosts, and weird essences, until their kinds abound. 8) Without thought-born beings or beings born without thought. Through a continuous process of dullness and slowness, the upside-down state of stupidity occurs in this world. It unites with obstinancy to become eighty-four thousand kinds of random thoughts that are dry and attenuated. From this there come into being the ghanas of those without

thought, which multiply throughout the lands as their essence and spirit change into earth, wood, metal, or stone, until their kinds abound. 9) Not endowed with form-born beings or beings born not endowed with form. Through a continuous process of parasitic interaction, the upside-down state of simulation occurs in this world. It unites with defilement to become eighty-four thousand kinds of random thoughts of according and relying. From this there come into being those not totally endowed with form, who become ghana of form which multiply throughout the lands until their kinds abound, in such ways as jellyfish that use shrimp for eyes. 10) Not lacking form-born beings or beings born not toally lacking form. Through a continuous process of mutual enticement, an upside-down state of the nature occurs in this world. It unites with mantras to become eighty-four thousand kinds of random thoughts of beckoning and summoning. From this there come into being those not totally lacking form, who take ghana which are formless and multiply throughout the lands, until their kinds abound, as the hiden beings of mantras and incantations. 11) Not totally endowed with thought-born beings or beings born not totally endowed with thought. Through a continuous process of false unity, the upside-down state transgression occurs in this world. It unites with unlike formations to become eighty-four thousand kinds of random thoughts of reciprocal interchange. From this come into being those not totally endowed with thought, which become ghana possessing thought and which multiply throughout the lands until their kinds abound in such forms as the varata, which turns a different creature into its own species. 12) Not totally lacking thought-born beings or beings born through not totally lacking thought. Through a continuous proces of empty and harm, the upside-down state of killing occurs in this world. It unites with monstrosities to become eighty-four thousand kinds of random thoughts of devouring one's father and mother. From this there come into being those not totally lacking thought, who take ghanas with no thought and multiply throughout the lands, until their kinds abound in such forms as the dirt owl, which hatches its young from clods and dirt, and which incubates a poisonous fruit to create its young. In each case, the young thereupon eat the parents.

Circling In the Six World or Birth and Death in the Six Paths?:
Circling In the Six Worlds: As mentioned above, six paths means six

miserable states (sentient beings revolve in the cycle of Birth and Death, along the six paths, life after life. These are paths of hell-dwellers, hungry ghosts, animals, titanic demons or asuras, human beings and celestials). Circling in the six paths means circling in the six ways or conditions of sentient existence. In the traditional cosmology of Buddhism, the six miserable states (sentient beings revolve in the cycle of Birth and Death, along the six paths, life after life. These are paths of hell-dwellers, hungry ghosts, animals, titanic demons or asuras, human beings and celestials). Some say these are objective, geographic realms, places to which we can go. Others say they are subjective states that come about through psychological experience. But it may be that they are neither places nor psychological states; perhaps they belong to a kind of intermediate zone which is neither subjective nor objective. Buddhist practitioners should always remember that sentient beings keep circling in the cycle of births and deaths, because in the cycle of births and deaths, evil deeds (transgressions) are easy to commit, wholesome deeds are difficult to perform. In the cycle of births and deaths in immeasurable eons, owing to the ignorance, we truly undergo immense pain and sufferings and afflictions. In the cycle of births and deaths, good deeds are difficult to perform (sow), while bad deeds are easy to commit. Once again, Buddhist practitioners should always remember that as long as our inherent birthright remains unrealized, no realm of existence grants immunity from ignorance or suffering. *Birth and Death in the Six Paths:* In Buddhist belief, birth and death are only two points in the cycle of "Birth and Death". The passing away from one body to be reborn in another body. Where the being will be reborn depends on his accumulated good or bad karma. There is no transmigration of soul or any substance from one body to another. What really happens is that the last active thought (Javana) process of dying man releases certain forces which vary in accordance with the purity of the thought moments in that series. These forces are called karma vega or karmic energy which attracts itself to a material layer produced by parents in the mother's womb. The material aggregates in this germinal compound must possess such characteristics as are suitable for the reception of that particular type of karmic energy. Attraction in this manner of various types of physical aggregates produced by parents occurs

through the operation of death and gives a favourable rebirth to the dying man. An unwholesome thought gives an unfavourable rebirth. Each and every type of sentient being will have different appearance whether it be beautiful or ugly, superior or inferior. This is determined and is manifested based solely on the various karma sentient beings created while alive with their antecedent bodies. The original word for reincarnation is translated as transmigration. The passing away from one body to be reborn in another body. Where the being will be reborn depends on his accumulated good or bad karma. The belief that living beings, including man, have a series of bodily lives, only ceasing when they no longer base their happiness on any of the objects of the world. This come about when the Buddha-nature is found. This belief is very common to all Buddhists.

Birth and Death or Rebirth is the result of karma. The doctrine of rebirth is upheld by all traditional schools of Buddhism. According to this doctrine, sentient beings (sattva) are caught up in a continuous round of birth, death, and rebirth, and their present state of existence is conditioned by their past volitional actions or karma. In Buddhist belief, there is no transmigration of soul or any substance from one body to another. What really happens is that the last active thought (Javana) process of dying man releases certain forces which vary in accordance with the purity of the five thought moments in that series. These forces are called karma vega or karmic energy which attracts itself to a material layer produced by parents in the mother's womb. The material aggregates in this germinal compound must possess such characteristics as are suitable for the reception of that particular type of karmic energy. Attraction in this manner of various types of physical aggregates produced by parents occurs through the operation of death and gives a favourable rebirth to the dying man. An unwholesome thought gives an unfavourable rebirth. Each and every type of sentient being will have different appearance whether it be beautiful or ugly, superior or inferior. This is determined and is manifested based solely on the various karma sentient beings created while alive with their antecedent bodies. Since the cycle inevitably involves suffering and death, Buddhism assumes that escape from it is a desirable goal. This is achieved by engaging in cultivating oneself, and the most important of which is meditation. The doctrine of rebirth has become problematic

for many contemporary Buddhists, particularly for converts to Buddhism in Western countries whose culture does not accept the notion of rebirth. However, this doctrine is extremely important in Buddhism, for all sincere attitudes of cultivation originated from the thorough understanding of this doctrine.

Birth and Death also mean “Reincarnation”, which means going around as the wheel turns around. The state of transmigration or samsara, where beings repeat cycles of birth and death according to the law of karma. What happens to us after death? Buddhism teaches that we remain for some time in the state of intermediate existence in this world after death, and when this time is over, in accordance with the karma that we have accumulated in our previous life, we are reborn in another appropriate world. Buddhism also divides this other world into the following realms: hell, hungry ghosts, animals, demons, human beings, heavens, sravakas, pratyeka-buddhas, bodhisattvas, and Buddhas. If we die in an unenlightened state, our minds (consciousnesses) will return to the former state of ignorance, and we will be reborn in the six worlds of illusion and suffering, and will again reach old age and death through the stages mentioned above. And we will repeat this round over and over to an indefinite time. This perpetual repetition of birth and death is called “Transmigration.” But if we purify our minds by hearing the Buddha’s teachings and practicing the Bodhisattva-way, the state of ignorance is annihilated and our minds can be reborn in a better world. So, whether the world is Samsara or Nirvana depends entirely on our state of mind. If our mind is enlightened, then this world is Nirvana; if our mind is unenlightened, then this world is Samsara. Thus the Buddha taught: “For those who strive to cultivate, Samsara is Nirvana, Nirvana is Samsara.”

Rebirth in hells where beings undergo sufferings at all times. This is one of the eight conditions or circumstances in which it is difficult to see a Buddha or hear his dharma; or eight special types of adversities that prevent the practice of the Dharma. Rebirth as a hungry ghost, or the ghost-world, where beings never feel comfortable with non-stop greed. This is one of the eight conditions or circumstances in which it is difficult to see a Buddha or hear his dharma; or eight special types of adversities that prevent the practice of the Dharma. Rebirth in an animal realm where beings has no ability and knowledge to practice

dharma. Rebirth in the men realm includes rebirth with impaired, or deficient faculties such as the blind, the deaf, the dumb and the cripple. This is also one of the eight conditions or circumstances in which it is difficult to see a Buddha or hear his dharma; or eight special types of adversities that prevent the practice of the Dharma, or rebirth as a man in the intermediate period between Sakyamuni Buddha and his successor, or life in a realm wherein there is no Tathagata, or in the intermediate period between a Buddha and his successor. During this period of time, people spent all the time to gossip or to argue for or their own views on what they heard about Buddha dharma, but not practicing. This is also one of the conditions or circumstances in which it is difficult to see a Buddha or hear his dharma; or eight special types of adversities that prevent the practice of the Dharma. Besides, sentient beings can be reborn among rich and honorable men; or be reborn as worldly philosophers (intelligent and well educated in mundane sense) who think that they know everything and don't want to study or practise anymore, especially practicing dharmas. This is also one of the eight conditions or circumstances in which it is difficult to see a Buddha or hear his dharma; or eight special types of adversities that prevent the practice of the Dharma. Sentient beings can be reborn among men, become monks, and obtain the truth. Sentient beings can be reborn in Uttarakuru (Northern continent) where life is always pleasant and desires that beings have no motivation to practice the dharma. This is also one of the eight conditions or circumstances in which it is difficult to see a Buddha or hear his dharma; or eight special types of adversities that prevent the practice of the Dharma. Sentient beings can be reborn in the heavens from the Four Dhyana Heavens to the Four Heavenly Kings, such as the Suyama-heavens, the Indra heavens, the Tusita Heaven, the nirmanarati heaven, the Brahma-heavens, the paranirmita-vasavartin, any long-life gods or heavens, or the heavens of the four deva kings.

According to the Buddhist tradition, on the night of His enlightenment, the Buddha provided us with testimony on the matter of birth, death and rebirth. He acquired three varieties of knowledge⁽⁵⁾ and the first of these was the detailed knowledge of His past lives. He was able to recollect the conditions in which He had been born in His past lives. Besides the Buddha's testimony, His eminent disciples were

also able to recollect their past lives. Ananda, for example, acquired the ability to recollect his past life soon after his ordination. Similarly, throughout the history of Buddhism, so many Zen masters and Saints have been able to recollect their past lives. In Buddhism, the process of “birth, death, and rebirth” is part of the continuous process of change. In fact, we are not only reborn at the time of death, we are born, died, and reborn at every moment. This process is no difference from the process of change in our body, for example, the majority of the cells in the human body die and are replaced many times during the course of one’s life. The Buddha observed that disturbing attitudes and karma cause our minds to take one rebirth after another. At the time of death, we ordinary people usually crave for our bodies. We are afraid to lose our bodies and to be separated from everything around us. When it becomes obvious that we are departing from this body and life, we try to grasp for another body. The state of transmigration or samsara, where beings repeat cycles of birth and death according to the law of karma. Living beings are absolutely free to choose their own future. If they wish to be reborn in the Western Pureland, they can make a vow to that effect, then, vigorously recite the name of the Buddhas. If they prefer the hells, they simply do evil deeds and they will fall into the hells for sure. All life, all phenomena have birth and death, beginning and end. The Madhyamika School deny this in the absolute, but recognize it in the relative. The Madhyamika-Sastra believed that all things coming into existence and ceasing to exist, past and future, are merely relative terms and not true in reality. Birth and death is a grove for Enlightening Beings because they do not reject it. This is one of the ten kinds of grove of Great Enlightening Beings. Enlightening Beings who abide by these can achieve the Buddhas’ unexcelled peaceful, happy action, free from sorrow and affliction. Birth-and-death is a weapon of enlightening beings because they continue enlightening practices and teach sentient beings. Enlightening Beings who abide by these can annihilate the afflictions, bondage, and compulsion accumulated by all sentient beings in the long night of ignorance. The birth and death of saints, i.e. without action and transformation, or effortless mortality, or transformation such as that of Bodhisattva. Time flies really fast. The years and months have gone by really fast too. In the same way, people progress from birth to old age and death without being aware of it. Birth, old age, sickness, and death come in quick succession as we pass the years in muddled confusion. If we do not wake up to our own birth and death, then, having been born muddled, we will also die muddled according to the law of karma. What a meaningless life!

Notes:

- (1) Ta Bà có nghĩa là khổ não, lại cũng có nghĩa là phiền lụy hay trói buộc, chẳng được ung dung tự tại. Thế giới Ta Bà, nơi đầy dẫy những mâu thuẫn, hận thù và bạo động. Chúng sanh trong cõi Ta Bà phần nhiều tham đắm nơi phi pháp, tà pháp, chớ chẳng chịu tin chánh pháp, thọ số của họ ngắn ngủi, nhiều kẻ gian trá. Nói về vua quan, dầu có nước để cai trị, họ chẳng hề biết đủ, mà ngược lại sanh lòng tham lam, kéo binh đánh chiếm nước khác, khiến cho nhiều người vô tội chết oan; lại thêm nhiều thiên tai như hạn hán, bão lụt, mất mùa, đói khát, vân vân nên chúng sanh trong cõi này phải chịu vô lượng khổ sở. Nơi cõi Ta Bà này, sự thuận duyên cùng an vui tu tập thì ít, mà nghịch duyên phiền não thì nhiều. Hầu hết người tu hành đều dễ bị thối thất tâm Bồ Đề đã phát lúc ban đầu. Theo Đức Phật, quả đất mà chúng ta đang ở đây có tên là Nam Thiệm Bộ Châu, nằm về hướng nam của núi Tu Di, vốn là một phần nhỏ nhất trong hệ thống Đại Thiên Thế Giới do Đức Phật Thích Ca Mâu Ni làm giáo chủ—Saha means sufferings and afflictions; it also means worries, binding, unable to be free and liberated. The worldly world is full of storm, conflict, hatred and violence. The people in the Saha World like wicked doctrines and false dharma; and do not have faith in the proper dharma. Their lives are short and many are fraudulent. Kings and mandarins, although already have had lands to govern and rule, are not satisfied; as they become greedy, they bring forces to conquer other countries causing innocent people to die in vain. In addition, there are other infinite calamities such as droughts, floods, loss of harvest, thirst, famine, epidemics, etc. As for this Saha World, the favorable circumstances to cultivate in peace and contentment are few, but the unfavorable conditions of afflictions destroying path that are rather losing Bodhi Mind they developed in the beginning. Moreover, it is very difficult to encounter a highly virtuous and knowledgeable advisor. According to the Buddha, the planet in which we are currently living is called Virtuous Southern Continent. It is situated to the south of Mount Sumeru and is just a tiniest part of the Great World System of the Saha World in which Sakyamuni Buddha is the ruler.
- (2) Từ “Chúng sanh” nói đến tất cả những vật có đời sống. Mỗi sinh vật đến với cõi đời này là kết quả của nhiều nguyên nhân và điều kiện khác nhau. Những sinh vật nhỏ nhất như con kiến hay con muỗi, hay ngay cả những ký sinh trùng thật nhỏ, đều là những chúng sanh. Mỗi chúng sanh là sự kết hợp của những thành tố, có thể phân biệt thành năm phần: sắc, thọ, tưởng, hành, thức. Do đó, chúng sanh này không khác với chúng sanh khác, và con người bình thường không khác với các bậc Thánh nhân. Nhưng do bản chất và hình thể của năm yếu tố tồn tại trong từng cá thể được thành lập, nên chúng sanh này có khác với chúng sanh khác, con người bình thường có khác với các bậc Thánh. Sự kết hợp năm uẩn này là kết quả của nghiệp và thay đổi từng sát na, nghĩa là chuyển hóa, thành tố mới thay cho thành tố cũ đã tan rã hoặc biến mất. Năm uẩn được kết hợp sẽ thành một hữu tình từ vô thủy, hữu tình ấy đã tạo nghiệp với sự chấp thủ định kiến của cái ngã và ngã sở. Sự hiểu biết của vị ấy bị bóp méo hoặc che mờ bởi vô minh, nên không thấy được chân lý của từng sát na kết hợp và tan rã của từng thành phần trong năm uẩn. Mặt khác, vị ấy bị chi phối bởi bản chất vô thường của chúng. Một người thức tỉnh với sự hiểu biết với phương pháp tu tập của Đức Phật sẽ giác ngộ được bản chất của chư pháp, nghĩa là một hữu tình chỉ do năm uẩn kết hợp lại và không có một thực thể thường hằng hoặc bất biến nào gọi là linh hồn cả—The term “Living beings” refer to all creatures that possess life-force. Each individual living being comes into being as the result of a variety of different causes and conditions. The smallest living beings as ants, mosquitoes, or even the most tiniest parasites are living beings. Every being is a combination of five elements: rupa, vedana, sanna, sankhara, and vinnana. Hence, one being is not essentially different from another, an ordinary man is not different from a perfect saint. But is the nature and proportion of each of the five constituents existing in an individual be taken into account, then one being is different from another, an ordinary man is different from a perfect saint. The combination of elements is the outcome of Karma and is happening every moment, implying that the disintegration of elements always precedes it.

The elements in a combined state pass as an individual, and from time immemorial he works under misconception of a self and of things relating to a self. His vision being distorted or obscured by ignorance of the truth he can not perceive the momentary combination and disintegration of elements. On the other hand, he is subject to an inclination for them. A perfect man with his vision cleared by the Buddhist practices and culture realizes the real state of empirical things that an individual consists of the five elements and does not possess a permanent and unchanging entity called soul.

- (3) Thọ là pháp tâm sở nhận lãnh dung nạp cái cảnh mà mình tiếp xúc. Thọ cũng là cái tâm nắm qua những vui, khổ hay đứng dưng (vừa ý, không vừa ý, không vừa ý mà cũng không không vừa ý). Khi chúng ta gặp những đối tượng hấp dẫn, chúng ta liền phát khởi những cảm giác vui sướng và luyện ái. Khi gặp phải những đối tượng không hấp dẫn, thì chúng ta sinh ra cảm giác khó chịu; nếu đối tượng không đẹp không xấu thì chúng ta cảm thấy đứng dưng. Tất cả mọi tạo tác của chúng ta từ thân, khẩu và ý cũng đều được kinh qua nhờ cảm giác, Phật giáo gọi đó là “thọ” và Phật khẳng định trong Thập Nhị Nhân Duyên rằng “thọ” tạo nghiệp luân hồi sanh tử—Feeling is knowledge obtained by the senses, feeling sensation. It is defined as mental reaction to the object, but in general it means receptivity, or sensation. Feeling is also a mind which experiences either pleasure, unpleasure or indifference (pleasant, unpleasant, neither pleasant nor unpleasant). When we meet attractive objects, we develop pleasurable feelings and attachment which create karma for us to be reborn in samsara. In the contrary, when we meet undesirable objects, we develop painful or unpleasurable feelings which also create karma for us to be reborn in samsara. When we meet objects that are neither attractive nor unattractive, we develop indifferent feelings which develop ignorant self-grasping, also create karma for us to be reborn in samsara. All actions performed by our body, speech and mind are felt and experienced, Buddhism calls this “Feeling” and the Buddha confirmed in the Twelve Nidanas that “Feeling” creates karma, either positive or negative, which causes rebirths in samsara.
- (4) Về những vấn đề tâm lý học, Phật giáo không chấp nhận sự hiện hữu của một linh hồn được cho là chân thật và bất tử, mà chỉ có thân thức hay tâm thức. Vô ngã áp dụng cho tất cả vạn hữu (sarva dharma), hữu cơ hay vô cơ. Theo Nhân Sinh, cũng không có linh hồn, không có cái ngã chơn thật nào là bất tử. Còn trong trường hợp chỉ chung cho vạn hữu, cũng không có bản thể, không có bản chất nào mà không biến dịch. Bởi vì không có một cái ngã chân thực theo không gian, nghĩa là không có thực thể, nên không bao giờ có thường hằng—With regard to the psychological question, Buddhism does not admit the existence of a soul that is real and immortal, but a consciousness. Anatma or non-self refers to all things (sarva-dharma), organic and inorganic. In the case of human beings, there will accordingly to be no soul, no real self that is immortal. While in the case of things in general, there will be no noumenon, no essence which is unchangeable. Because there is no real self spatially, i.e., no substance, there will be no permanent, i.e., no duration. Therefore, no bliss, is to be found in the world.
- (5) Tam Minh là ba loại sáng suốt có thể đạt được bằng trì giới (theo Thanh Tịnh Đạo của Ngài Bhadantacariya Buddhaghosa): Thứ nhất là túc mạng minh hay biết được các đời trước. Thứ nhì là thiên nhãn minh hay biết sự chết và tái sanh của các loài hữu tình. Thứ ba là Lộ tận minh hay đoạn trừ tất cả các lậu hoặc (những dục vọng và quyến rũ)—Three kinds of knowledge which can be obtained by observing precepts (according to The Path of Purification by Bhadantacariya Buddhaghosa): First, insight into the mortal conditions of self and others in previous life. Knowledge of former lives of oneself and others. Second, ability to know future destiny of oneself and others. Supernatural insight into future mortal conditions (deaths and rebirths). Third, Nirvana insight. Ability to know all about the miseries of the present life and to remove their root-cause. Insight into present mortal sufferings so as to overcome all passions or temptations.

Tuyển Luận Thứ Mười Sáu
The Sixteenth Selective Essay

Ngũ Uẩn

Sơ Lược Về Ngũ Uẩn: Ngũ Uẩn được dịch từ thuật ngữ Bắc Phạn “Skandha” có nghĩa là “nhóm, cụm hay đồng.” Theo đạo Phật, “Skandha” có nghĩa là thân cây hay thân người. Nó cũng có nghĩa là năm nhóm, năm hiện tượng hay năm yếu tố kết thành sự tồn tại của chúng sanh. Theo triết học Phật giáo, mỗi hiện hữu cá nhân gồm năm thành tố hay uẩn, đó là sắc, thọ, tưởng, hành, thức, và vì chúng luôn thay đổi nên những ai cố gắng luyến chấp vào chúng sẽ phải chịu khổ đau phiền não. Tuy những yếu tố này thường được coi như là “sự luyến ái của các uẩn” vì, dù chúng là vô thường và luôn thay đổi, phàm phu luôn luôn phát triển những ham muốn về chúng. Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có năm nhóm cấu thành một con người (ngũ uẩn). Ngũ uẩn là năm thứ làm thành con người. Ngũ uẩn là căn đế của mọi si mê làm cho chúng sanh xa rời Phật Tánh hằng hữu của mình. Ngũ uẩn được coi như là những ma quân chống lại với Phật tính nơi mỗi con người. Sắc cùng bốn yếu tố tinh thần cùng nhau kết hợp thành đời sống. Bản chất thực sự của năm uẩn này được giải thích trong giáo lý của nhà Phật như sau: “Sắc tương đồng với một đồng bọt biển, thọ như bọt nước, tưởng mô tả như ảo ảnh, hành như cây chuối và thức như một ảo tưởng.

Chi Tiết Về Ngũ Uẩn: Như trên đã nói, uẩn có nghĩa là che lấp hay che khuất, ý nói các pháp sắc tâm che lấp chân lý. Uẩn cũng có nghĩa là tích tập hay chứa nhóm (ý nói các sắc pháp tâm lớn nhỏ trước sau tích tập mà tạo ra tính và sắc). Uẩn chỉ là những hiện tượng hữu vi chứ không phải vô vi. Sau đây là chi tiết về năm uẩn theo quan điểm Phật giáo. **Thứ nhất là Sắc Uẩn:** Sắc uẩn là tính vật thể gồm bốn yếu tố, rắn, lỏng, nhiệt và di động; các giác quan và đối tượng của chúng. Sắc uẩn là hình tướng của vật chất. Có nhiều loại sắc: vật chất, hình thể, hay hình dáng vật thể. Sắc là hình thể, nhưng thường dùng theo nghĩa thể chất, có một vị trí trong không gian, và ngăn ngại với những hình thể khác. Vậy, sắc có thể tích, do đó có hạn cuộc, bị tùy thuộc. Sắc phát hiện khi hội đủ những nhân duyên nào đó, và tùy những nhân duyên ấy mà trụ một thời gian, rồi tiêu diệt mất. Sắc vốn vô thường, lệ

thuộc, hư giả, tương đối, nghịch đảo và sai biệt. Có hình tướng thì gọi là sắc. Sắc cũng có nghĩa là đủ thứ sắc đẹp, hay loại nhan sắc khiến cho chúng ta mê mị. Thói thường mà nói, mắt thấy sắc thường bị sắc trần mê hoặc, tai nghe âm thanh thì bị thanh trần mê hoặc, mũi ngửi mùi thì bị hương trần mê hoặc, lưỡi nếm vị thì bị vị trần mê hoặc, thân xúc chạm thì bị xúc trần mê hoặc. Trong Đạo Đức Kinh có dạy: “Ngũ sắc linh nhân mục manh; ngũ âm linh nhân nhĩ lung; ngũ vị linh nhân khẩu sảng”, có nghĩa là năm sắc khiến mắt người ta mù, năm âm khiến tai người ta điếc, và năm vị khiến lưỡi người ta đờ. Những thứ này đều do bởi sắc uẩn mê hoặc. Có hai Loại Sắc: Nội sắc (những căn của giác quan như nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân). Ngoại sắc (những trần cảnh bên ngoài như màu sắc, âm thanh, mùi thơm, hương vị, sự xúc chạm). Lại có ba loại sắc: Khả kiến hữu đối sắc (các sắc trần, trắng, xanh, vàng, đỏ, v.v.). Bất khả kiến hữu đối sắc (thanh, hương, vị, xúc). Bất khả kiến vô đối sắc (những vật thể trừu tượng). Lại có mười loại sắc (Thập Sắc): Nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, sắc, thanh, hương, vị, và xúc. Trong Bát Nhã Tâm Kinh, Đức Phật cũng dạy: “Sắc Tức Thị Không, Không Tức Thị Sắc. Thế giới hiện tượng hay sắc tướng này là không, và không quả thực là thế giới hiện tượng. Không không khác với thế giới hiện tượng hay Sắc, thế giới hiện tượng hay Sắc không khác với Không. Cái gì là thế giới hiện tượng thì cái đó là Không, cái gì Không thì cái đó là thế giới hiện tượng”. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng bản chất của sắc hay vật chất là che đậy và làm cho chúng sanh mê muội (Sắc Cái). Cái giả luôn luôn che đậy cái thật (Sắc Cái). Tất cả các cảnh giới đều có hình sắc (các pháp xanh, vàng, đỏ, trắng đều là cảnh giới đối với nhãn căn). Bên cạnh đó, Sắc Tướng (Rupalakshana--skt) hay tướng mạo sắc thân bên ngoài, có thể nhìn thấy được hay các đặc trưng của cơ thể và Sắc Vị là hương vị của sự hấp dẫn dục tình. *Thứ nhì là Thọ Uẩn*: Thọ uẩn là pháp tâm sở nhận lãnh dung nạp cái cảnh mà mình tiếp xúc. Thọ cũng là cái tâm nếm qua những vui, khổ hay đứng đứng (vừa ý, không vừa ý, không vừa ý mà cũng không không vừa ý). Thọ là lãnh thọ, phát sanh cảm giác. Khi cảnh giới đến, chẳng cần suy nghĩ, liền tiếp thọ, phát ra cảm giác. Như ăn món gì thấy ngon, là thọ. Mặc áo đẹp thấy thích, là thọ. Ở nhà tốt, cảm thấy thích, là thọ. Đi xe tốt, có cảm giác êm ái, là thọ. Khi thân xúc chạm bất cứ thứ gì với cảm giác ra sao, cũng là thọ. Khi chúng ta gặp những đối tượng hấp dẫn, chúng ta liền phát khởi những cảm giác vui sướng và luyến ái. Khi gặp

phải những đối tượng không hấp dẫn, thì chúng ta sinh ra cảm giác khó chịu; nếu đối tượng không đẹp không xấu thì chúng ta cảm thấy đứng đưng. Tất cả mọi tạo tác của chúng ta từ thân, khẩu và ý cũng đều được kinh qua nhờ cảm giác, Phật giáo gọi đó là “thọ” và Phật khẳng định trong Thập Nhị nhân duyên rằng “thọ” tạo nghiệp luân hồi sanh tử. Hành giả tu Phật nên xem “Thọ” như những đối tượng của thiền tập. Quán chiếu những loại cảm thọ như lạc thọ, khổ thọ và trung tính thọ. Thấu hiểu những thọ này đến đi thế nào. Quán chiếu thọ chỉ nảy sanh khi nào có sự tiếp xúc giữa những giác quan mà thôi (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý). Quán chiếu những điều trên để thấy rõ rằng dù thọ vui, thọ khổ hay thọ trung tính, hậu quả của chúng đều là “khổ”. Thân Thọ là những thứ lãnh nạp nơi thân hay tam thọ (khổ, lạc, phi khổ phi lạc). Tâm Thọ là những thứ lãnh nạp nơi tâm như ưu và hỷ. Tính tri giác gồm tất cả các loại cảm giác sung sướng, khó chịu hay đứng đưng. Có năm thọ uẩn: Thuộc về tinh thần có ưu thọ hay sầu bi, và hỷ thọ có nghĩa là vui mừng do có sự phân biệt. Thuộc về cảm giác bao gồm khổ thọ hay đau khổ và lạc thọ hay sung sướng không có sự phân biệt. Thuộc về cả tinh thần lẫn cảm giác bao gồm xả Thọ hay trung tính, không khổ không lạc. Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có sáu thọ nơi thân: Thứ nhất là Nhãn xúc sở sanh thọ. Thứ nhì là Nhĩ xúc sở sanh thọ. Thứ ba là Tỷ xúc sở sanh thọ. Thứ tư là Thiệt xúc sở sanh thọ. Thứ năm là Thân xúc sở sanh thọ. Thứ sáu là Ý xúc sở sanh thọ. Hành Giả tu Phật nên suy gẫm cẩn thận lời dạy của Đức Phật về ‘Ba Loại Cảm Thọ’. Theo Tiểu Kinh Phương Quảng, Trung Bộ Kinh, số 44, để trả lời cư sĩ Visakha về sự tu hành của hành giả tu thiền và ‘Ba Loại Cảm Thọ’, Tỳ Kheo Ni Dhammadinna đã giải thích: “Có ba loại cảm thọ: lạc thọ, khổ thọ và bất khổ bất lạc thọ. Thế nào lạc thọ? Thế nào là khổ thọ? Thế nào là bất lạc bất khổ thọ? Hiền giả Visakha, cái gì được cảm thọ bởi thân hay tâm một cách khoái lạc khoái cảm là lạc thọ. Cái gì được cảm thọ bởi thân hay tâm một cách đau khổ không khoái cảm là khổ thọ. Cái gì được cảm thọ bởi thân hay tâm không khoái cảm cũng không đau khổ là bất lạc bất khổ thọ. Đối với lạc thọ, cái gì trú là lạc, cái gì biến hoại là khổ; đối với khổ thọ, cái gì trú là khổ, cái gì biến hoại là lạc. Đối với bất lạc bất khổ thọ, có trí là lạc, vô trí là khổ. Trong lạc thọ, tham tùy miên tồn tại; trong khổ thọ, sân tùy miên tồn tại; trong bất lạc bất khổ thọ, vô minh tùy miên tồn tại. Tuy nhiên, không phải trong tất cả lạc thọ, tham tùy miên tồn tại; không

phải trong tất cả khổ thọ, sân tùy miên tồn tại; không phải trong tất cả bất lạc bất khổ thọ, vô minh tùy miên tồn tại. Muốn được như vậy, trong lạc thọ, tham tùy miên phải được từ bỏ; trong khổ thọ, sân tùy miên phải được từ bỏ; và trong bất lạc bất khổ thọ, vô minh tùy miên phải được từ bỏ. Khi hành giả ly dục, ly bất thiện pháp, chứng và an trú Thiền thứ nhất, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, có tầm có tứ. Do vậy tham đã được từ bỏ, không còn tham tùy miên ở đây. Hành giả suy nghĩ ‘chắc chắn ta sẽ chứng và an trú trong trú xứ mà các vị Thánh đang an trú.’ Vì muốn phát nguyện hưởng đến các cảnh giới vô thượng, do ước nguyện ấy, khởi lên ưu tư. Do vậy, sân được từ bỏ, không còn sân tùy miên tồn tại ở đây. Khi hành giả xả lạc và xả khổ, diệt hỷ ưu đã cảm thọ trước đây, thì sẽ chứng và an trú Thiền thứ tư, không khổ, không lạc, xả niệm thanh tịnh. Do vậy vô minh đã được từ bỏ, không còn vô minh tùy miên tồn tại nơi đây.” Hành giả tu thiền nên nhớ, tham dục nằm ngay trong lạc thọ và lạc thọ nằm ngay phía bên kia của khổ thọ. Sân hận nằm ngay trong khổ thọ và khổ thọ lại cũng nằm ngay phía bên kia của lạc thọ. Cái gì nằm phía bên kia của bất lạc bất khổ thọ? Vô minh nằm phía bên trong của bất lạc bất khổ thọ. Tuy nhiên, sự sáng suốt và giải thoát nằm ngay phía bên kia bờ của vô minh. *Thứ ba là Tưởng Uẩn:* Tưởng uẩn là ý thức chia các tri giác ra làm sáu loại (sắc, thanh, hương, vị, xúc, và những ấn tượng tinh thần). Tưởng uẩn tức là tư tưởng, ý niệm. Vì nắm căn tiếp xúc, lãnh thọ cảnh giới của năm trần nên phát sanh ra đủ thứ vọng tưởng, đủ thứ ý niệm. Chúng thoát sanh thoát diệt, khởi lên suy nghĩ đến sắc và thọ. Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có bảy loại tưởng: Vô Thường Tưởng, Vô Ngã Tưởng, Bất Tịnh Tưởng, Hoạn Nạn Tưởng, Đoạn Tưởng, Ly Tham Tưởng, và Diệt Tưởng. *Thứ tư là Hành Uẩn:* Hành uẩn là khái niệm hay hành động bao gồm phần lớn những hoạt động tâm thần, ý chí, phán xét, quyết tâm, vân vân. Hành có ý nghĩa dời đổi, lúc đến lúc đi, chẳng khi nào ngừng nghỉ, trôi mãi không ngừng. Động cơ làm thiện làm ác ở trong tâm, nhưng do vọng tưởng, suy tư chi phối và phản ảnh qua những hành vi, cử chỉ của thân, khẩu, ý. Tất cả những hành vi này đều thuộc về hành uẩn. *Thứ năm là Thức Uẩn:* Thức uẩn hay nhận thức bao gồm sáu loại ý thức nảy sinh từ sự tiếp xúc của giác quan tương ứng với một đối tượng tri giác. Thức có nghĩa phân biệt; cảnh giới đến thì sanh tâm phân biệt. Thí dụ như thấy sắc đẹp thì sanh lòng vui thích, nghe lời ác thì sanh lòng ghét bỏ, vân

vân. Tất cả những phân biệt như thế này đều là một phần của thức uẩn. Phạm phu không nhìn ngũ uẩn như là những hiện tượng mà chúng ta lại nhìn chúng như một thực thể do bởi tâm mê mờ lừa dối chúng ta, do ham ham muốn bầm sinh của chúng ta ch những thứ trên là của ta để thỏa mãn cái “Ngã” quan trọng của chúng ta. Đức Phật dạy trong Kinh Sati Patthana: “Nếu chịu nhẫn nại và có ý chí, bạn sẽ thấy được bộ mặt thật của sự vật. Nếu bạn chịu quay vào nội tâm và quán chiếu bề sâu của tâm khảm, chú tâm nhận xét một cách khách quan, không liên tưởng đến bản ngã, và chịu trau dồi như vậy trong một thời gian, bạn sẽ thấy ngũ uẩn không phải là một thực thể mà là một loạt các tiến trình vật chất và tinh thần. Rồi bạn sẽ không còn lầm lẫn cái bề ngoài với cái thực. Bạn sẽ thấy ngũ uẩn phát sinh và biến đi một cách liên tục và nhanh chóng. Chúng luôn luôn biến đổi từng phút từng giây, không bao giờ tĩnh mà luôn động, không bao giờ là thực thể mà luôn biến hiện. Và Đức Phật dạy tiếp trong Kinh Lăng Già: “Như Lai không khác cũng không phải không khác với các uẩn.”

Ngũ Uẩn Thủ: Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có năm uẩn thủ: Sắc Thủ Uẩn hay chấp thủ về sắc; Thọ Thủ Uẩn hay chấp thủ về thọ; Tưởng Thủ Uẩn hay chấp thủ về tưởng; Hành Thủ Uẩn hay chấp thủ hành; Thức Thủ Uẩn hay chấp thủ về thức. Theo Hòa Thượng Piyadassi trong quyển “Con Đường Cổ Xưa,” sắc uẩn thuộc về thân, còn bốn uẩn kia thuộc về tâm. Theo Hòa Thượng Piyadassi trong quyển “Con Đường Cổ Xưa,” sắc uẩn chứa đựng và bao gồm Tứ Đại: đất, nước, lửa, gió. Tuy nhiên, tứ đại không đơn thuần là đất, nước, lửa, và gió như chúng ta thường nghĩ. Trong tư tưởng Phật giáo, nhất là trong Vi Diệu Pháp, tứ đại có ý nghĩa rộng hơn. Mọi cảm thọ của chúng ta đều nằm trong nhóm “Thọ” này. Thọ có ba loại: Lạc thọ, khổ thọ, và phi lạc phi khổ thọ. Thọ phát sanh tùy thuộc nơi xúc. Thấy một sắc, nghe một âm thanh, ngửi một mùi, nếm một vị, xúc chạm một vật gì đó, nhận thức một ý niệm hay một tư tưởng, con người cảm nhận một trong ba loại thọ vừa nói trên. Chẳng hạn, khi mắt, hình sắc, và nhãn thức gặp nhau, chính sự tương hợp của ba yếu tố này được gọi là xúc. Xúc nghĩa là sự kết hợp của căn, trần, và thức. Khi ba yếu tố này cùng có mặt thì không có sức mạnh hay lực nào có thể ngăn được Thọ phát sinh. Tưởng uẩn, một trong năm uẩn. Theo Hòa Thượng Piyadassi trong quyển “Con Đường Cổ Xưa,” nhiệm vụ của tưởng là nhận biết đối tượng, cả vật chất lẫn tinh thần. Cũng

như Thọ, Tưởng có sáu loại: sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp. Tưởng trong đạo Phật không được dùng theo nghĩa mà các triết gia Tây phương đã dùng như Bacon, Descartes, vân vân, mà chỉ đơn thuần như một sự nhận thức về giác quan. Có một sự tương đồng nào đó giữa Thức Tri (Vijanama), hay nhiệm vụ của Thức, và Tưởng Tri (Samjanama), hay nhiệm vụ của Tưởng. Trong khi Thức hay biết một đối tượng, lập tức Tâm Sở Tưởng bắt lấy dấu hiệu đặc biệt nào đó của đối tượng, nhờ vậy phân biệt được nó với các đối tượng khác, dấu hiệu đặc biệt này là công cụ giúp nhận ra đối tượng vào các lần khác. Thật vậy, mỗi lần chúng ta trở nên biết rõ hơn về đối tượng. Như vậy, chính Tưởng làm nảy sinh ký ức. Hành uẩn bao gồm tất cả các tâm sở, ngoại trừ Thọ và Tưởng. Vì Diệu Pháp đề cập đến 52 tâm sở. Thọ và Tưởng là hai trong số đó, nhưng không phải là hoạt động thuộc ý chí. Năm mươi tâm sở còn lại gọi chung là Hành. Tư Tâm Sở (Cetana) đóng một vai trò rất quan trọng trong lãnh vực tinh thần. Theo Phật giáo, không có hành động nào được xem là Nghiệp (kamma), nếu hành động đó không có chủ ý, hay tách động của Tư. Cũng như Thọ và Tưởng, Hành có sáu loại: sắc tư, thanh tư, hương tư, vị tư, xúc tư, và pháp tư. Thức uẩn được coi là quan trọng nhất trong năm uẩn; có thể nói Thức uẩn là kho chứa 52 tâm sở, vì không có Thức thì không Tâm sở nào có được. Thức và các Tâm sở tương quan, tùy thuộc và đồng thời tồn tại với nhau. Thức cũng có 6 loại và nhiệm vụ của nó rất đa dạng, nó có các Căn và Trần của nó. Tất cả mọi cảm nhận của chúng ta đều được cảm nhận qua sự tiếp xúc giữa các căn với thế giới bên ngoài. Mặc dù có sự tương quan giữa các căn và đối tượng của chúng. Chẳng hạn, nhãn căn với các sắc, nhĩ căn với các âm thanh, sự biết vẫn phải qua Thức. Nói cách khác, các đối tượng giác quan không thể được cảm nhận với độ nhạy cảm đặc biệt nếu không có loại Thức thích hợp. Bây giờ, khi con mắt và hình sắc đều có mặt, Thức Thấy sẽ phát sinh tùy thuộc hai yếu tố này. Tương tự, với tai và âm thanh, vân vân, cho tới tâm và các pháp trần. Lại nữa, khi ba yếu tố mặt, sắc và nhãn thức gặp nhau, chính sự trùng hợp này được gọi là xúc. Từ xúc sanh Thọ, vân vân. Như vậy, Thức sanh khởi do một kích thích nào đó xuất hiện ở năm cửa giác quan và ý môn, căn thứ sáu. Vì Thức phát sanh do sự tương tác giữa các Căn và Trần, nên nó cũng do duyên sanh chứ không hiện hữu độc lập. Thức không phải là một linh hồn hay tinh thần đối lại với vật chất. Các tư duy và ý niệm là thức ăn cho căn thứ sáu gọi là “tâm”

này cũng do duyên sanh, chúng tùy thuộc vào thế giới bên ngoài mà nắm căn kia kinh nghiệm. Nắm căn tiếp xúc nắm trần, chỉ trong thời hiện tại, nghĩa là khi trần (đối tượng) tiếp xúc chạm với căn tương ứng của nó. Tuy nhiên, Tâm căn có thể kinh nghiệm trần cảnh, dù đó là sắc, thanh, hương, vị, hay xúc đã được nhận thức bằng các giác quan. Chẳng hạn, một đối tượng của sự thấy, mà với đối tượng này nhãn căn đã tiếp xúc trong quá khứ, có thể được tưởng tượng lại bằng tâm căn ngay lúc này mặc dù đối tượng ấy không có trước mắt. Tương tự như vậy đối với các trần cảnh khác. Đây là chủ thể nhận thức và rất khó kinh nghiệm một số các cảm giác này. Loại hoạt động của Tâm này rất vi tế và đôi khi vượt quá sự hiểu biết thông thường.

Năm Uẩn Theo Kinh Thủ Lăng Nghiêm: Theo kinh Thủ Lăng Nghiêm, quyển Nhì, Đức Phật đã nhắc ngài A Nan về Ngũ Ấm như sau: “Ông A Nan! Ông còn chưa biết hết thấy các tướng huyễn hóa nơi phủ trần đều do nơi vọng niệm phân biệt mà sinh ra, lại cũng do nơi đó mà mất. Huyễn vọng là cái tướng bên ngoài. Tính sâu xa vẫn là diệu giác minh. Như vậy cho đến ngũ ấm, lục nhập, từ thập nhị xứ đến thập bát giới, khi nhân duyên hòa hợp, hư vọng như có sinh. Khi nhân duyên chia rẽ, hư vọng gọi là diệt. Không biết rằng dù sinh diệt, đi lại, đều trong vòng Như Lai tạng trùm khắp mười phương, không lay động, không thêm bớt, sinh diệt. Trong tính chân thường ấy, cầu những sự đi, lại, mê, ngộ, sinh, tử, đều không thể được. Ông A Nan! Vì sao ngũ ấm là Như Lai tạng diệu chân như tính?” Thứ nhất là Sắc Ấm. Đức Phật dạy: “Ông A Nan! Có người mắt lành nhìn lên hư không, lúc đầu không thấy chi. Sau đó mắt mỏi, thấy các hoa đốm nháy rồi rít lẳng xăng ở giữa hư không. Sắc ấm cũng vậy. Ông A Nan! Các hoa đốm đó chẳng phải từ hư không mà đến, cũng chẳng phải từ con mắt mà ra. Thực vậy, ông A Nan, nếu nó từ hư không đến, thì sau nó phải trở lại vào hư không. Nhưng nếu có vật đi ra đi vào, thì không phải là hư không. Nếu hư không không phải là hư không, lại không thể để mặc cho hoa đốm sinh diệt. Cũng như thân thể của ông A Nan không dung nạp được thêm một A Nan nữa. Còn như hoa đốm từ con mắt ra, nếu quả thế, tất nhiên phải trở vào con mắt. Hoa đốm đã từ con mắt ra thì chắc chắn phải có tính thấy. Mà nếu có tính thấy, thì khi đi ra làm hoa đốm giữa hư không, khi quay trở lại phải thấy được con mắt. Còn nếu không có tính thấy, thì khi đi ra đã làm bóng lòa giữa hư không, đến khi trở về sẽ làm bóng lòa ở con mắt. Nếu vậy, khi thấy hoa đốm lẽ ra

con mắt không mỗi. Sao lại chỉ khi thấy hư không rộng suốt mới gọi là mắt lành? Vậy ông nên biết rằng sắc ấm hư vọng, vốn chẳng phải tính nhân duyên hay tính tự nhiên.” Thứ nhì là Thụ Ấm. Đức Phật dạy: “Ông A Nan! Ví như có người tay chân yên ổn, thân thể điều hòa, không có cảm giác gì đặc biệt. Bỗng lấy hai bàn tay xoa vào nhau, hư vọng cảm thấy rít, trơn, nóng, lạnh. Thụ ấm cũng như vậy. A Nan! Những cảm xúc trên, không phải từ hư không đến, cũng không phải từ đôi bàn tay ra. Thật vậy, ông A Nan! Nếu từ hư không đến, thì đã đến làm cảm xúc bàn tay, sao không đến làm cảm xúc nơi thân thể. Chẳng lẽ hư không lại biết lựa chỗ mà đến làm cảm xúc? Nếu từ bàn tay mà ra, thì đáng lẽ không cần phải đợi đến hai tay hợp lại mới ra, mà lúc nào cảm xúc cũng ra. Lại nếu từ bàn tay mà ra, thì khi hợp lại, bàn tay biết có cảm xúc, đến khi rời nhau, cái cảm xúc tắt chạy vào. Xương tủy trong hai cánh tay phải biết cảm xúc đi vào đến chỗ nào. Lại phải có tâm hay biết lúc nào ra, lúc nào vào, rồi lại phải có một vật gọi là cảm xúc đi đi lại lại trong thân thể. Sao lại đợi hai tay hợp lại phát ra tri giác mới gọi là cảm xúc? Vậy nên biết: thụ ấm hư vọng, vốn chẳng phải tính nhân duyên hay tính tự nhiên.” Thứ ba là Tưởng Ấm. Đức Phật dạy: “Ông A Nan! Ví như có người nghe nói quả mơ chua, nước miếng đã chảy trong miệng. Nghĩ đến trèo lên dốc cao, thấy trong lòng bàn chân đau mỗi. Tưởng ấm cũng như vậy. Ông A Nan! Nếu cái tiếng chua đó, không tự quả mơ sinh, không phải tự miệng ông vào. Thật vậy ông A Nan, nếu chua từ quả mơ sinh ra, thì quả mơ cứ tự nói là chua, sao lại phải đợi người ta nói. Nếu do miệng vào, thì miệng phải tự mình nghe tiếng, sao lại cần có lỗ tai? Nếu riêng tai nghe, sao nước miếng không chảy ra ở tai? Tưởng tượng mình leo dốc, cũng tương tự như thế. Vậy nên biết: tưởng ấm hư vọng, vốn chẳng phải tính nhân duyên hay tính tự nhiên.” Thứ tư là Hành Ấm. Đức Phật dạy: “Ông A Nan! Ví như dòng nước chảy mạnh, các sóng nổi nhau, cái trước cái sau chẳng vượt nhau. Hành ấm cũng như vậy. Ông A Nan! Dòng nước như vậy, không phải do hư không sinh, không phải do nước mà có. Không phải là tính của nước, cũng không phải ra ngoài hư không và nước. Thật vậy, ông A Nan, nếu do hư không sinh, thì cả hư không vô tận trong mười phương đều thành dòng nước vô tận, mà thế giới bị chìm đắm. Nếu nhân nước mà có, thì tính của dòng nước chảy mạnh đó, lẽ ra không phải là tính nước; vì có tính riêng của dòng nước, chắc có thể chỉ rõ ràng. Còn nếu ra ngoài hư không và nước, thì không có gì

ở ngoài hư không, mà ngoài nước ra không có dòng nước. Vậy nên biết: hành ấm hư vọng, vốn chẳng phải tính nhân duyên hay tính tự nhiên.” Thứ năm là Thức Ấm. Đức Phật dạy: “Ông A Nan! Ví như người lấy cái bình tần già, bịt cả hai miệng bình, rồi vác đầy một bình hư không, đi xa nghìn dặm, mà tặng nước khác. Thức ấm cũng như vậy. Ông A Nan! Cái hư không đó, không phải từ phương kia mà lại, cũng không phải ở phương này vào. Thật vậy, ông A Nan, nếu từ phương kia lại thì trong bình đó đã đựng hư không mà đi, ở chỗ cũ lẽ ra phải thiếu một phần hư không. Nếu từ phương này mà vào, thì khi mở lỗ trút bình, phải thấy hư không ra. Vậy nên biết: thức ấm hư vọng, vốn chẳng phải tính nhân duyên hay tính tự nhiên.”

Phàm Phu Nhìn Năm Uẩn & Tri Kiến Phật Về Năm Uẩn: *Phàm Phu Nhìn Năm Uẩn:* Phàm phu chúng ta không nhìn ngũ uẩn như là những hiện tượng mà chúng ta lại nhìn chúng như một thực thể do bởi tâm mê mờ lừa dối chúng ta, do ham muốn bảm sinh của chúng ta cho những thứ trên là của ta để thỏa mãn cái “Ngã” quan trọng của chúng ta. *Tri Kiến Phật Về Năm Uẩn:* Đức Phật dạy trong Kinh Sati Patthana: “Nếu chịu nhẫn nại và có ý chí, bạn sẽ thấy được bộ mặt thật của sự vật. Nếu bạn chịu quay vào nội tâm và quán chiếu bề sâu của tâm khảm, chú tâm nhận xét một cách khách quan, không liên tưởng đến bản ngã, và chịu trau dồi như vậy trong một thời gian, bạn sẽ thấy ngũ uẩn không phải là một thực thể mà là một loạt các tiến trình vật chất và tinh thần. Rồi bạn sẽ không còn lầm lẫn cái bề ngoài với cái thực. Bạn sẽ thấy ngũ uẩn phát sinh và biến đi một cách liên tục và nhanh chóng. Chúng luôn luôn biến đổi từng phút từng giây, không bao giờ tĩnh mà luôn động, không bao giờ là thực thể mà luôn biến hiện. Và Đức Phật dạy tiếp trong Kinh Lăng Già: “Như Lai không khác cũng. Theo Kinh Bát Nhã Ba La Mật Đa Tâm Kinh, ngũ uẩn bao gồm sắc, thọ, tưởng, hành, thức. Nói chung, ngũ uẩn có nghĩa là con người và thế giới sự vật hiện tượng. Che lấp hay che khuất, ý nói các pháp sắc tâm che lấp chân lý. Uẩn còn có nghĩa là tích tập hay chứa nhóm (ý nói các sắc pháp tâm lớn nhỏ trước sau tích tập mà tạo ra tính và sắc). Uẩn chỉ là những hiện tượng hữu vi chứ không phải vô vi. Muốn thoát ly khổ ách, Phật tử nên luôn hành thâm bát nhã và chiếu kiến ngũ uẩn giai không. Đức Phật đã nhắc nhở Xá Lợi Phất: “Này Xá Lợi Phất, Sắc chẳng khác Không, Không chẳng khác Sắc. Sắc là Không, Không là Sắc. Thọ, Tưởng, Hành, Thức lại cũng như vậy.” Như vậy, nếu chúng

ta khiến được cho sắc uẩn là không thì bên trong không có tâm, bên ngoài không có hình tướng, xa gần không có vật thể. Nếu chúng ta làm được như lời Phật dạy thì chúng ta không còn gì nữa để mà chấp trước, tức là giải thoát rồi vậy.

Ngũ Uẩn Giai Không: Theo đạo Phật, sự liên kết của năm uẩn chỉ là giả hợp. Thiền sư Thích Nhất Hạnh viết trong quyển "Trái Tim Hiểu Biết": Nếu tôi cầm một ly nước và hỏi bạn: "Có phải cái ly này rỗng hay không?" Bạn sẽ trả lời: "Không, có đầy nước." Nhưng nếu tôi trút hết nước và hỏi lại, bạn sẽ nói: "Đúng, nó rỗng." Nhưng, rỗng cái gì? Cái ly của tôi rỗng nước nhưng không rỗng không khí. Rỗng, chính là rỗng cái gì đó. Đức Quán Thế Âm, vị Bồ Tát hiện thân của đức từ bi, nói trong Tâm Kinh rằng ngũ uẩn giai không (đều trống rỗng). Để giúp đức Quán Thế Âm diễn đạt chính xác hơn, chúng ta có thể hỏi rằng: "Bạch Bồ Tát, rỗng cái gì?" Ngũ uẩn, có thể được dịch sang Anh ngữ là năm đống, là năm yếu tố tạo nên con người. Thật ra, ấy là năm dòng sông cùng chảy trong chúng ta: dòng sông sắc là thân của chúng ta, dòng sông thọ, dòng sông tưởng, dòng sông hành, dòng sông thức. Năm dòng sông đó liên tục chảy qua người chúng ta. Đức Quán Thế Âm chiếu ngũ uẩn và thấy rằng không một uẩn nào có thể tự thân tồn tại một cách độc lập. Thân sắc rỗng cái tự ngã vốn tồn tại riêng biệt, nhưng lại hàm chứa vũ trụ vạn hữu. Điều này cũng đúng với các uẩn kia, thọ, tưởng, hành và thức.

Năm Uẩn Theo Quan Điểm Thiền Tông: Thân là một đối tượng của Thiền: Mục đích đầu tiên của thiền tập là để nhận thức bản chất thật của thân mà không chấp vào nó. Đa phần chúng ta nhận thân là mình hay mình là thân. Tuy nhiên sau một giai đoạn thiền tập, chúng ta sẽ không còn chú ý nghĩ rằng mình là một thân, chúng ta sẽ không còn đồng hóa mình với thân. Lúc đó chúng ta chỉ nhìn thân như một tập hợp của ngũ uẩn, tan hợp vô thường, chứ không phải là nhưt thể bất định; lúc đó chúng ta sẽ không còn lầm lẫn cái giả với cái thật nữa. Tỉnh thức về thân trong những sinh hoạt hằng ngày, như đi, đứng, nằm, ngồi, nhìn ai, nhìn quang cảnh, cúi xuống, duỗi thân, mặc quần áo, tắm rửa, ăn uống, nhai, nói chuyện, vân vân. Mục đích là chú ý vào thái độ của mình chứ không chạy theo những biến chuyển. Hành giả tu Thiền nên luôn nhớ rằng thân này là một khối ung sang bất tịnh, thân này là trung tâm bão của khổ đau phiền não. Thân mình bất tịnh, thân người cũng bất tịnh, chỉ có thân Phật là thanh tịnh. Theo Kinh Duy Ma Cật,

khi Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát vâng mệnh của Đức Phật đi thăm bệnh cư sĩ Duy Ma Cật, nên mới có cuộc đối đáp về “thân” như sau: “Văn Thù hỏi cư sĩ Duy Ma Cật: ‘Phàm Bồ Tát an ủi Bồ Tát có bệnh như thế nào?’ Duy Ma Cật đáp: ‘Nói thân vô thường, nhưng không bao giờ nhầm chán thân này. Nói thân có khổ, nhưng không bao giờ nói về sự vui ở Niết Bàn. Nói thân vô ngã mà khuyên dạy dắt dìu chúng sanh. Nói thân không tịch, chứ không nói là rốt ráo tịch diệt. Nói ăn năn tội trước, chứ không nói vào nơi quá khứ. Lấy bệnh mình mà thương bệnh người. Phải biết cái khổ vô số kiếp trước, phải nghĩ đến sự lợi ích cho tất cả chúng sanh, nhớ đến việc làm phước, tưởng đến sự sống trong sạch, chớ nên sanh tâm buồn rầu, phải thường khởi lòng tinh tấn, nguyện sẽ làm vị y vương điều trị tất cả bệnh của chúng sanh. Bồ Tát phải an ủi Bồ Tát có bệnh như thế để cho được hoan hỷ.’ Ngài Văn Thù Sư Lợi! Bồ Tát có bệnh đấy phải quán sát được các pháp như thế. Lại nữa, quán thân vô thường, khổ, không, vô ngã, đó là huệ. Dù thân có bệnh vẫn ở trong sanh tử làm lợi ích cho chúng sanh không nhầm mỗi, đó là phương tiện. Lại nữa, ngài Văn Thù Sư Lợi! Quán thân, thân không rời bệnh, bệnh chẳng rời thân, bệnh này, thân này, không phải mới, không phải cũ, đó là huệ. Dù thân có bệnh mà không nhầm chán trọn diệt độ, đó là phương tiện.” Thiên tông cũng công nhận chúng sanh hết thấy đều có cái tâm thân do ngũ uẩn hòa hợp giả tạm mà thành và hoại diệt khi những thứ giả hợp này tan biến. Trong Tứ Diệu Đế, Phật dạy rằng chấp ngã là nguyên nhân căn bản của khổ đau; từ chấp trước sanh ra buồn khổ; từ buồn khổ sanh ra sợ sệt. Ai hoàn toàn thoát khỏi chấp trước, kẻ đó không còn buồn khổ và rất ít lo âu. Nếu bạn không còn chấp trước, dĩ nhiên là bạn đã giải thoát. Hành giả phải có sự hiểu biết chơn chánh rằng thân gồm ngũ uẩn chứ không có cái gọi là “bản ngã trường tồn.” Tứ đại chỉ hiện hữu bởi những duyên hợp. Không có vật chất trường tồn bất biến trong thân này. Khi tứ đại hết duyên tan rã thì thân này lập tức biến mất. Vì vật chất do tứ đại cấu thành, trống rỗng, không có thực chất, nên con người do ngũ uẩn kết hợp, cũng không có tự ngã vĩnh cửu. Con người thay đổi từng giây từng phút. Chính vì vậy mà hành giả phải luôn cố gắng tu trì cho đến khi họ thấy rằng không hề có một ‘cái tôi’ nào đang bị trói buộc và tất cả các niệm đều biến mất như hoa rơi vào buổi sáng vậy. Hãy học cách vận hành của tâm qua bài kệ Thiên nổi tiếng của Thiền sư Trần Nhân Tông:

“Thùy phước cánh tương cầu giải thoát
 Bất phàm hà tất mịch thần tiên.
 Viên nhàn mã quyện nhân ưng lão,
 Y cứu vân trang nhất tháp thiền.
 Thị phi niệm trực triều hoa lạc
 Danh lợi tâm tùy dạ vũ hàn
 Hoa tận vũ tình sơn tịch tịch
 Nhất thanh đề điều hựu xuân tàn.”

(Ai trói lại mong cầu giải thoát
 Chẳng phàm nào phải kiếm thần tiên
 Vượn nhàn, ngựa mỏi, người đã lão
 Như cũ vân trang một chõng thiền.
 Phải quấy niệm rơi hoa buổi sớm
 Lợi danh tâm lạnh với mưa đêm
 Mưa tạnh, hoa trơ, non vắng lặng
 Chim kêu một tiếng lại xuân tàn).

Đến năm 1299, ngài rời bỏ cung điện để đi vào ẩn tu như một nhà tu khổ hạnh trong núi Yên Tử. Nơi đây ngài thành lập Tăng đoàn và khuyên họ nên lấy câu dạy của ngài Tuệ Trung Thượng Sĩ mà tu hành. Ngài được tôn làm Sơ Tổ của Thiền Phái Trúc Lâm Yên Tử. Chính vua Trần Nhân Tông đã có khả năng sử dụng được tiềm năng của Phật giáo để phục vụ đất nước và nhân dân của mình. Sự kiện nhà vua xuất gia cũng như những năm hành đạo của Ngài trong dân gian đã khiến cho Thiền phái Trúc Lâm trở thành một thiền phái đủ mạnh yểm trợ cho cả triều đại nhà Trần. Đối với Thiền sư Trần Nhân Tông, bí quyết của đời sống hạnh phúc và thành công là phải làm những gì cần làm ngay từ bây giờ, khi đói thì ăn, khi khát thì uống, mệt thì ngủ, chứ đừng lo lắng về quá khứ cũng như tương lai. Chúng ta không thể trở lại tái tạo được quá khứ và cũng không thể tiên liệu mọi thứ có thể xảy ra cho tương lai. Chỉ có khoảng thời gian mà chúng ta có thể phân nào kiểm soát được, đó là hiện tại. Ngài thường nhắc nhở mọi người bằng bài kệ sau đây:

“Ở trần vui đạo hãy tùy duyên,
 Đói đến thì ăn, mệt ngủ liền.
 Trong nhà có báu thôi tìm kiếm,
 Đối cảnh không tâm chớ hỏi thiền.”

Thật vậy, nếu chúng ta có thể sống trọn vẹn theo lời dạy của thiền sư Trần Nhân Tông, là chúng ta có thể sống với nước chứ không sống với những đợt sóng sanh rồi diệt; sống với tánh sáng của gương chứ không sống với các ảnh đến rồi đi; sống với tự tánh của tâm chứ không sống với các niệm sanh diệt. Như vậy chúng ta có thể gọi cuộc sống của chúng ta là gì nếu không phải là Niết Bàn? Thế giới mà chúng ta đang sống là thế giới Ta Bà, nơi mà chúng ta nhìn thấy sự sanh diệt của mọi hiện tượng thì làm sao chúng ta có thể nói tất cả các pháp không sanh không diệt được? Hành giả nên nhớ rằng một khi đã quyết chí tu trì theo Phật, chúng ta phải lắng nghe lời dạy của Phật và chư Tổ, phải nhìn vào bên trong để thấy được chơn tâm của mình, chừng đó mình mới có khả năng thấy được chư pháp bất sanh bất diệt. Hãy nhìn vào tâm mình và hãy thành thật với chính mình, rồi thì mình sẽ có thể thấy bản chất của mọi vật là trống rỗng và bất sanh bất diệt. Các niệm đến rồi đi, nhưng tánh ‘thấy biết’ của tâm luôn bất động. Hãy lắng nghe một bài kệ nổi tiếng khác của Thiền sư Trần Nhân Tông về chư pháp:

“Nhất thiết pháp bất sanh
 Nhất thiết pháp bất diệt
 Nhược năng như thị giải
 Chư Phật thường hiện tiền.”
 (Tất cả pháp chẳng sanh
 Tất cả pháp chẳng diệt
 Nếu hay hiểu như thế
 Chư Phật thường hiện tiền).

The Five Aggregates

A Summary of the Five Aggregates: Five aggregates are translated from the Sanskrit term “Skandhas” which mean “group or heap.” In Buddhism, Skandha means the trunk of a tree, or a body. Skandha also means the five aggregates or five aggregates of conditioned phenomena (constituents), or the five causally conditioned elements of existence forming a being or entity. According to Buddhist philosophy, each individual existence is composed of the five elements and because they are constantly changing, so those who attempt to cling to the “self” are subject to suffering. Though these factors are often

referred to as the “aggregates of attachment” because they are impermanent and changing, ordinary people always develop desires for them. According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are five aggregates (Five Skandhas). The aggregates which make up a human being. The five skandhas are the roots of all ignorance. They keep sentient beings from realizing their always-existing Buddha-Nature. The five aggregates are considered as maras or demons fighting against the Buddha-nature of men. In accordance with the Dharma, life is comprised of five aggregates (form, feeling, perception, mental formation, consciousness). Matter plus the four mental factors classified below as feeling, perception, mental formation and consciousness combined together form life. The real nature of these five aggregates is explained in the Teaching of the Buddha as follows: “Matter is equated to a heap of foam, feeling is like a bubble, perception is described as a mirage, mental formations are like a banana tree and consciousness is just an illusion.

Details of the Five Aggregates: As mentioned above, skandha means things that cover or conceal, implying that physical and mental forms obstruct realization of the truth. Also an accumulation or heap, implying the five physical and mental constituents, which combine to form the intelligence or nature, and rupa. The skandhas refer only to the phenomenal, not to the non-phenomenal. The followings are details of the five skandhas in Buddhist point of view. *First, Aggregate of Matter:* The Aggregate of Form which comprises of four elements of our own body and other material objects such as solidity, fluidity, heat and motion comprise matter). Material or physical factors. The aggregate of form includes the five physical sense organs and the corresponding physical objects of the sense organs (the eyes and visible objects, the ears and sound, the nose and smell, the tongue and taste, the skin and tangible objects). Matter is form, appearance, object or material shape. There are several different categories of rupa. Form is used more in the sense of “substance,” or “something occupying space which will resist replacement by another form.” So it has extension, it is limited and conditioned. It comes into existence when conditions are matured, as Buddhists would say, and staying as long as they continue, pass away. Form is impermanent, dependent, illusory, relative, antithetical, and distinctive. Things with shape and features

are forms. Forms include all colors which can dim our eyes. Ordinarily speaking, we are confused with forms when we see them, hear sounds and be confused by them, smell scents and be confused by them, taste flavors and be confused by them, or feel sensations and be confused by them. In the Classic of the Way and Its Virtue, it is said: “The five colors blind the eyes; the five musical notes deafen the ears; and the five flavors dull the palate.” There are two kinds of rupa: Inner rupa as the organs of sense (eye, ear, nose, tongue, body). Outer rupa as the objects of sense (colour, sound, smell, taste, touch). There are three kinds of rupa: Visible objects (white, blue, yellow, red, etc.). Invisible objects (sound, smell, taste, touch). Invisible immaterial or abstract objects. There are also ten kinds of rupa: Eye, ear, nose, tongue, body, color, sound, smell, taste, and touch. In the Heart Sutra, the Buddha also taught: “Matter is just the immaterial, the immaterial is just matter (form is emptiness and the very emptiness is form/rupam eva sunyata, sunyataiva rupam). This phenomenal world or form is emptiness, and emptiness is truly the phenomenal world. Emptiness is not different from the phenomenal world, the phenomenal world is not different from emptiness. What is the phenomenal world that is emptiness, what is emptiness that is the phenomenal world.” Devout Buddhists should always remember that the nature of rupa or matter (character of the visible or material) is concealing and misleading sentient beings. The seeming is always concealing the reality. All visible objects are the realm of vision or form. Besides, Material appearance, external manifestation, the visible or corporeal features and the flavour of form means sexual attraction, or love of women. *Second, Aggregate of Feeling:* Aggregate of Feeling is knowledge obtained by the senses, feeling sensation. It is defined as mental reaction to the object, but in general it means receptivity, or sensation. Feeling is also a mind which experiences either pleasure, unpleasure or indifference (pleasant, unpleasant, neither pleasant nor unpleasant). The Aggregate of Feelings refers to the feelings that we experience. For instance, a certain state arises, we accept it without thinking about it, and we feel comfortable or uncomfortable. When we eat some delicious food and its flavor makes us feel quite pleasant, this is what we mean by feelings. If we wear a fine suit and it makes us feel quite attractive, this is also what we mean by feelings. If we live in a nice house that we

feel like it, this is a feeling. If we drive a nice car that we love to have, this also a feeling. All experiences that our body accepts and enjoys are considered to be the Aggregate of Feelings. When we meet attractive objects, we develop pleasurable feelings and attachment which create karma for us to be reborn in samsara. In the contrary, when we meet undesirable objects, we develop painful or unpleasurable feelings which also create karma for us to be reborn in samsara. When we meet objects that are neither attractive nor unattractive, we develop indifferent feelings which develop ignorant self-grasping, also create karma for us to be reborn in samsara. All actions performed by our body, speech and mind are felt and experienced, Buddhism calls this “Feeling” and the Buddha confirmed in the Twelve Nidanas that “Feeling” creates karma, either positive or negative, which causes rebirths in samsara. Buddhist practitioners should consider “Feelings” as objects of meditation practices. To contemplate various kinds of feelings such as pleasant, unpleasant and neutral feelings. To understand thoroughly how these feelings arise, develop after their arising, and pass away. To contemplate that “feelings” only arise when there is contact between the senses. To contemplate all of the above to have a better understanding of “feelings.” No matter what kinds of feelings, pleasant, unpleasant or indifference, they all lead to sufferings. Sensation of physical objects, or three states of sensation (vedana). Karma of pleasure and pain of the physical body. Sensation of mental objects or Karma of the mental or the mind, i.e. anxiety, joy, etc. Aggregate of feeling or sensation of three kinds pleasant, unpleasant and indifferent. When an object is experienced, that experience takes on one of these emotional tones, either of pleasure, of displeasure or of indifference. The five vedanas or sensations: Limited to mental emotion includes sorrow and joy. Limited to the senses includes pain and pleasure. Limited to both mental emotion and the senses includes indifference. According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are six groups of feeling: First, Cakkhu-samphassaja-vedana or the Feeling based on eye-contact. Second, feeling based on ear-contact. Third, feeling based on nose-contact. Fourth, feeling based on tongue-contact. Fifth, feeling based on body-contact. Sixth, feeling based on mind-contact. Buddhist Practitioners should think over carefully the Buddha’s

Teachings on the ‘Three Kinds of Feeling’. In order to provide answers to layperson Visakha on the cultivation of Buddhist practitioners of ‘Body-Mouth-Mind’, Bhikkhuni Dhammadinna explained in the Culavedalla Sutta (the Shorter Set of Questions-and-Answers), in Majjhima Nikaya, book 44: “There are three kinds of feeling: pleasant feeling, painful feeling, and neither-pleasant-nor-painful feeling. What is pleasant feeling? What is painful feeling? What is neither-pleasant-nor-painful feeling? Visakha, whatever is experienced physically or mentally as pleasant and gratifying is pleasant feeling. Whatever is experienced physically or mentally as painful and hurting is painful feeling. Whatever is experienced physically or mentally as neither gratifying nor hurting is neither-pleasant-nor-painful feeling. Pleasant feeling is pleasant in remaining, and painful in changing. Painful feeling is painful in remaining and pleasant in changing. Neither-pleasant-nor-painful feeling is pleasant in occurring together with knowledge, and painful in occurring without knowledge. The latent tendency to passion lies latent in pleasant feeling. The latent tendency to irritation lies latent in painful feeling. The latent tendency to ignorance lies latent in neither-pleasant-nor-painful feeling. However, the latent tendency to passion does not necessary lie latent in all pleasant feeling; the latent tendency to irritation does not necessary lie latent in all painful feeling; and the latent tendency to ignorance does not necessary lie latent in all neither-pleasant-nor-painful feeling. To be able to achieve these, the latent tendency to irritation is to be abandoned in pleasant feeling, the latent tendency to irritation is to be abandoned in painful feeling, and the latent tendency to ignorance is to be abandoned in neither-pleasant-nor-painful feeling. When practitioners quite withdraw from sensuality, and withdraw from unskillful qualities, they enter and remain in the first jhana: rapture and pleasure born from withdrawal, accompanied by directed thought and evaluation. With that they abandons passion. No latent tendency to passion lies latent there. At that time, practitioners will enter and remain in the sphere that those who are noble now enter and remain in. And as they thus nurses this yearning for the unexcelled liberations, there arises within them sorrow based on that yearning. With that he abandons irritation. No latent tendency to irritation lies latent there. There is the case where practitioners, with the abandoning of pleasure

and pain, as with the earlier disappearance of elation and distress, they enter and remain in the fourth jhana: purity of equanimity and mindfulness, neither pleasure nor pain. With that they abandons ignorance. No latent tendency to ignorance lies latent there.” Practitioners should remember, passion lies on the side of pleasant feeling, and pleasant feeling lies on the other side of painful feeling. Irritation lies on the side of painful feeling and painful feeling also lies on the other side of pleasant feeling. What lies on the other side of neither-pleasant-nor-painful feeling? Ignorance lies on the side of neither-pleasant-nor-painful feeling. However, clear knowing and emancipation lie on the other side of ignorance. *Third, Aggregate of Thinking:* The aggregate of perception or activity of recognition or identification or attaching of a name to an object of experience. Perceptions include form, sound, smell, taste, bodily impression or touch, and mental objects. The Aggregate of Thoughts refers to our thinking processes. When our five sense organs perceive the five sense objects, a variety of idle thoughts arise. Many ideas suddenly come to mind and are suddenly gone: ideas of forms, ideas of feelings. According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are seven perceptions: Perception of impermanence, Perception of Not-Self, Perception of foulness (Asubhasanna (p), Perception of danger, Perception of abandonment, Perception of dispassion, and Perception of cessation. *Fourth, Aggregate of Mental Formation:* The Aggregate of Mental Formation is a conditioned response to the object of experience including volition, attention, discrimination, resolve, etc. The Aggregate of Activities refers to a process of shifting and flowing. The Aggregate of Activities leads us to come and go, to go and come without end in a constant, ceaseless, flowing pattern. Our idle thoughts compel us to impulsively do good or do evil, and such thoughts then manifest in our actions and our words. *Fifth, Aggregate of Consciousness:* Aggregate of Consciousness includes the six types of consciousness (seeing, hearing, smelling, tasting, touching and mental consciousness). Awareness or sensitivity to an object, i.e. the consciousness associates with the physical factors when the eye and a visible object come into contact, an awareness of a visible object occurs in our mind. Consciousness or a turning of a mere awareness into personal experience is a combined function of feeling, perception

and mental formation. The Aggregate of Consciousness refers to the process of discrimination. As soon as a situation appears, we begin to discriminate in our thoughts about that situation. For example, when we see something beautiful, we have thoughts of fondness towards it; and when we hear ugly sounds, we have thoughts of dislike for those sounds. All such discriminations are part of this Aggregate. We, ordinary people, do not see the five aggregates as phenomena but as an entity because of our deluded minds, and our innate desire to treat these as a self in order to pander to our self-importance. The Buddha taught in the Sati Patthana Sutra: “If you have patience and the will to see things as they truly are. If you would turn inwards to the recesses of your own minds and note with just bare attention (sati), not objectively without projecting an ego into the process, then cultivate this practice for a sufficient length of time, then you will see these five aggregates not as an entity but as a series of physical and mental processes. Then you will not mistake the superficial for the real. You will then see that these aggregates arise and disappear in rapid succession, never being the same for two consecutive moments, never static but always in a state of flux, never being but always becoming.” And the Buddha continued to teach in the Lankavatara Sutra: “The Tathatagata is neither different nor not-different from the Skandhas.” (Skandhebhyananyo-nanayas-tathagata).

Five Aggregates of Clinging: According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are five aggregates of grasping (Pancupada-nakkhandha (p)): Aggregate of grasping of body (form) or the form aggregate subject to clinging. Aggregate of grasping of feelings or the feeling aggregate subject to clinging. Aggregate of grasping of perceptions or the perception aggregate subject to clinging. Aggregate of grasping of mental formations or the volition aggregate subject to clinging. Aggregate of grasping of consciousness or the consciousness aggregate subject to clinging. According to Most Venerable Piyadassi in “The Buddha’s Ancient Path,” the skandha of form relates to the physical body, while the remaining four concern the mind. The skandha of rupa (or that which has form). According to Most Venerable Piyadassi in “The Buddha’s Ancient Path,” matter contains and comprises the Four Great Primaries which are traditionally known as, solidity, fluidity, heat or temperature, and motion or vibration.

However, they are not simply earth, water, fire and wind, though conventionally they may be so called. In Buddhist thought, especially in the Abhidhamma, the Higher Doctrine, they are more than that. All our feelings are included in the group of "Aggregate of feeling". Feelings are threefold: pleasant, unpleasant, and neutral. They arise dependent on contact. Seeing a form, hearing a sound, smelling an odor, tasting a flavor, touching some tangible thing, cognizing a mental object, either an idea or a thought, man experiences feeling. When, for instance, eye, form and eye-consciousness (*cakkhu-vinnana*) come together, it is their coincidence that is called contact. Contact means the combination of the organ of sense, the object of sense, and sense-consciousness. When these are all present together there is no power or force that can prevent the arising of feeling. According to Most Venerable Piyadassi in "The Buddha's Ancient Path," the function of perception is recognition of objects both physical and mental. Perception, like feeling, also is sixfold: perception of forms, sounds, smells, tastes, bodily contacts, and mental objects. Perception in Buddhism is not used in the sense that some Western philosophers like Bacon, or Descartes, etc. used the term, but as a mere sense perception. There is a certain affinity between awareness (a function of consciousness) and recognition (a function of perception). While consciousness becomes aware of an object, simultaneously the mental factor of perception takes the distinctive mark of the object and thus distinguishes it from other objects. This distinctive mark is instrumental in cognizing the object a second and a third time, and in fact, every time we become aware of the object. Thus, it is perception that brings about memory. Aggregate of volitional formations include all mental factors except feeling and perception. The Abhidhamma speaks of fifty-two mental concomitants or factors (*cetasika*). Feeling and perception are two of them, but they are not volitional activities. The remaining fifty are collectively known as mental or volitional formations. Volition (*cetana*) plays a very important role in the mental realm. In Buddhism, no action is considered as "kamma" if that action is void of volition. And like feeling and perception, it is of six kinds: volition directed to forms, sounds, smells, tastes, bodily contacts and mental objects. Aggregate of consciousness is the most important of the aggregates; for it is the receptacle, so to speak, for all the fifty-two

mental concomitants or factors, since without consciousness no mental factors are available. Consciousness and the factors are interrelated, inter-dependent, and co-existent. Aggregate of consciousness has six types and its function is varied. It has its basis and objects. All our feelings are experienced through the contact of sense faculties with the external world. Although there is this functional relationship between the faculties and their objects, for instance, eye with forms, ear with sounds, and so on, awareness comes through consciousness. In other words, sense objects can not be experienced with the particular sensitivity without the appropriate kind of consciousness. Now when eye and form are both present, visual consciousness arises dependent on them. Similarly with ear and sound, and so on, down to mind and mental objects. Again, when the three things, eye, form, and eye-consciousness come together, it is their coincidence that is called “contact”. From contact comes feeling and so on. Thus, consciousness originates through a stimulus arising in the five sense doors and the mind door, the sixth. As consciousness arises through the interaction of the sense faculties and the sense objects, it also is conditioned and not independent. It is not a spirit or soul opposed to matter. Thoughts and ideas which are food for the sixth faculty called mind are also dependent and conditioned. They depend on the external world which the other five sense faculties experience. The five faculties contact objects, only in the present that is when objects come in direct contact with the particular faculty. The mind faculty, however, can experience the sense object, whether it is form, sound, smell, taste, or thought already cognized by the sense organs. For instance, a visible object, with which the eye came in contact in the past, can be visualized by the mind faculty just at this moment although the object is not before the eye. Similarly with the other sense objects. This is subjective, and it is difficult to experience some of these sensations. This sort of activity of the mind is subtle and sometimes beyond ordinary comprehension.

The Five Skandhas in the Surangama Sutra: According to the Surangama Sutra, book Two, the Buddha reminded Ananda about the five skandhas as follows: “Ananda! You have not yet understood that all the defiling objects that appear, all the illusory, ephemeral characteristics, spring up in the very spot where they also come to an end. They are what is called ‘illusory falseness.’ But their nature is in

truth the bright substance of wonderful enlightenment. Thus it is throughout, up to the five skandhas and the six entrances, to the twelve places and the eighteen realms; the union and mixture of various causes and conditions account for their illusory and false existence, and the separation and dispersion of the causes and conditions result in their illusory and false extinction. Who would have thought that production, extinction, coming, and going are fundamentally the everlasting, wonderful light of the treasury of the Thus Come One, the unmoving, all-pervading perfection, the wonderful nature of true suchness! If within the true and permanent nature one seeks coming and going, confusion and enlightenment, or birth and death, there is nothing that can be obtained. Ananda! Why do I say that the five skandhas are basically the wonderful nature of true suchness, the treasury of the Thus Come One?" First, the form skandha. The Buddha taught: "Ananda! Consider this example: when a person who has pure clear eyes look at clear, bright emptiness, he sees nothing but clear emptiness, and he is quite certain that nothing exists within it. If for no apparent reason, the person does not move his eyes, the staring will cause fatigue, and then of his own accord, he will see strange flowers in space and other unreal appearances that are wild and disordered. You should know that it is the same with the skandha of form. Ananda! The strange flowers come neither from emptiness nor from the eyes. The reason for this, Ananda, is that if the flowers were to come from emptiness, they would return to emptiness. If there is a coming out and going in, the space would not be empty. If emptiness were not empty, then it could not contain the appearance of the arising and extinction of the flowers, just as Ananda's body cannot contain another Ananda. If the flowers were to come from the eyes, they would return to the eyes. If the nature of the flowers were to come from the eyes, it would be endowed with the faculty of seeing. If it could see, then when it left the eyes it would become flowers in space, and when it returned it should see the eyes. If it did not see, then when it left the eyes it would obscure emptiness, and when it returned, it would obscure the eyes. Moreover, when you see the flowers, your eyes should not be obscured. So why it is that the eyes are said to be 'pure and bright' when they see clear emptiness? Therefore, you should know that the skandha of form is empty and false, because it neither depends on

causes and conditions for existence nor is spontaneous in nature.”

Second, the feeling skandha. The Buddha taught: “Ananda! Consider the example of a person whose hands and feet are relaxed and at ease and whose entire body is in balance and harmony. He is unaware of his life-processes, because there is nothing agreeable or disagreeable in his nature. However, for some unknown reason, the person rubs his two hands together in emptiness, and sensations of roughness, smoothness, cold, and warmth seem to arise from nowhere between his palms. You should know that it is the same with the skandha of feeling. Ananda! All this illusory contact does not come from emptiness, nor does it come from the hand. The reason for this, Ananda, is that if it came from emptiness, then since it could make contact with the palms, why wouldn't it make contact with the body? It should not be that emptiness chooses what it comes in contact with. If it came from the palms, it could be readily felt without waiting for the two palms to be joined. What is more, if it were to come from the palms, then the palms would know when they were joined. When they separated, the contact would return into the arms, the wrists, the bones, and the marrow, and you also should be aware of the course of its entry. It should also be perceived by the mind because it would behave like something coming in and going out of the body. In that case, what need would there be to put the two palms together to experience what is called ‘contact?’ Therefore, you should know that the skandha of feeling is empty and false, because it neither depends on causes and conditions for existence nor is spontaneous in nature.”

Third, the skandha of thinking. The Buddha taught: “Ananda! Consider the example of a person whose mouth waters at the mention of sour plums, or the soles of whose feet tingle when he thinks about walking along a precipice. You should know that it is the same with the skandha of thinking. Ananda! You should know that the watering of the mouth caused by the mention of the plums does not come from the plums, nor does it come from the mouth. The reason for this, Ananda, is that if it were produced from the plums, the plums should speak for themselves, why wait for someone to mention them? If it came from the mouth, the mouth itself should hear, and what need would there be to wait for the ear? If the ear alone heard, then why doesn't the water come out of the ear? Thinking about walking along a precipice is explained in the same

way. Therefore, you should know that the skandha of thinking is empty and false, since it neither depends upon causes and conditions for existence, nor is spontaneous in nature. Fourth, the skandha of mental formation. The Buddha taught: “Ananda! Consider, for example, a swift rapids whose waves follow upon one another in orderly succession, the ones behind never overtaking the ones in front. You should know that it is the same with the skandha of mental formation. Ananda! Thus the nature of the flow does not arise because of emptiness, nor does it come into existence because of the water. It is not the nature of water, and yet it is not separate from either emptiness or water. The reason for this, Ananda, is that if it arose because of emptiness, then the inexhaustible emptiness throughout the ten directions would become an inexhaustible flow, and all the worlds would inevitably be drown. If the swift rapids existed because of water, then their nature would differ from that of water and the location and characteristics of its existence would be apparent. If their nature were simply that of water, then when they became still and clear they would no longer be made up of water. Suppose it were to separate from emptiness and water, there isn’t anything outside of emptiness, and outside of water there isn’t any flow. Therefore, you should know that the skandha of mental formation is empty and false, since it neither depends upon causes and conditions for existence nor is spontaneous in nature. Fifth, the skandha of consciousness. The Buddha taught: “Ananda! Consider, for example, a man who picks up a kalavinka pitcher and stops up its two holes. He lift up the pitcher filled with emptiness and, walking some thousand-mile way, presents it to another country. You should know that the skandha of consciousness is the same way. Thus, Ananda, the space does not come from one place, nor does it go to another. The reason for this, Ananda, is that if it were to come from another place, then when the stored-up emptiness in the pitcher went elsewhere, there would be less emptiness in the place where the pitcher was originally. If it were to enter this region, when the holes were unplugged and the pitcher was turned over, one would see emptiness come out. Therefore, you should know that the skandha of consciousness is empty and false, since it neither depends upon causes and conditions for existence nor is spontaneous in nature.”

Ordinary People's Ppoint of View on the Five Aggregates & The Buddha-Wisdom on the Five Aggregates: Ordinary People's Ppoint of View on the Five Aggregates: We, ordinary people, do not see the five aggregates as phenomena but as an entity because of our deluded minds, and our innate desire to treat these as a self in order to pander to our self-importance. *The Buddha-Wisdom on the Five Aggregates:* The Buddha taught in the Sati Patthana Sutra: "If you have patience and the will to see things as they truly are. If you would turn inwards to the recesses of your own minds and note with just bare attention (sati), not objectively without projecting an ego into the process, then cultivate this practice for a sufficient length of time, then you will see these five aggregates not as an entity but as a series of physical and mental processes. Then you wil not mistake the superficial for the real. You will then see that these aggregates arise and disappear in rapid succession, never being the same for two consecutive moments, never static but always in a state of flux, never being but always becoming." And the Buddha continued to teach in the Lankavatara Sutra: "The Tathatagata is neither different nor not-different from the Skandhas." (Skandhebyo-nanyo-nanayas-tathagata). According to The Prajnaparamita Heart Sutra, the five aggregates are composed of form, feelings, perceptions, mental formations, and consciousness. Generally speaking, the five aggregates mean men and the world of phenomena. Things that cover or conceal, implying that physical and mental forms obstruct realization of the truth. An accumulation or heap, implying the five physical and mental constituents, which combine to form the intelligence or nature, and rupa. The skandhas refer only to the phenomenal, not to the non-phenomenal. In order to overcome all sufferings and troubles, Buddhists should engage in the practice of profound Prajnaparamita and perceive that the five aggregates are empty of self-existence. The Buddha reminded Sariputra: "O Sariputra, Form is not different from Emptiness, and Emptiness is not different from Form. Form is Emptiness and Emptiness is Form. The same can be said of feelings, perceptions, actions and consciousnesses." Therefore, if we can empty out the Aggregate of Form, then we can realize a state of there being 'no mind inside, no body outside, and no things beyond. If we can follow what the Buddha taught, we are no longer attached to Forms, we are totally liberated.

The Five Skandhas Are Equally Empty: According to Buddhism, The combination of the five skandhas is only a provisional coalescing of the five aggregates. Zen Master Thich Nhat Hanh wrote in 'The Heart of Understanding': "If I am holding a cup of water and I ask you, 'Is this cup empty?' You will say, 'No, it is full of water.' But if I pour the water and ask you again, you may say, 'Yes, it is empty.' But, empty of what? My cup is empty of water, but it is not empty of air. To be empty is to be empty of something... When Avalokitesvara (Kuan-yin or Kannon, the Bodhisattva who embodies Compassion) says (in the Heart Sutra) that the five skandhas are equally empty, to help him be precise we must ask, 'Mr. Avalokitesvara, empty of what?' The five skandhas, which may be translated into English as five heaps, or five aggregates, are the five elements that comprise a human being... In fact, these are really five rivers flowing together in us: the river of form, which means our body, the river of feeling, the river of perceptions, the river of mental formations, and the river of consciousness. They are always flowing in us... Avalokitesvara looked deeply into the five skandhas..., and he discovered that none of them can be by itself alone... Form is empty of a separate self, but it is full of everything in the cosmos. The same is true with feelings, perceptions, mental formation, and consciousness."

The Five Skandhas in the Zen School's Point of View: The first goal of meditation practices is to realize the true nature of the body and to be non-attached to it. Most people identify themselves with their bodies. However, after a period of time of meditation practices, we will no longer care to think of yourself as a body, we will no longer identify with the body. At that time, we will begin to see the body as it is. It is only a series of physical and mental process, not a unity; and we no longer mistake the superficial for the real. Mindfulness of your body in daily life activities, such as mindfulness of your body while walking, standing, lying, sitting, looking at someone, looking around the environments, bending, stretching, dressing, washing, eating, drinking, chewing, talking, etc. The purpose of mindfulness is to pay attention to your behavior, but not to run after any events. Zen practitioners should always remember that this body is an impure mass of ulcers, this body is the storm center of sufferings and afflictions. Our own bodies being impure and disgust, the bodies of others are likewise, only the Buddha-

body is forever pure. According to the Vimalakirti Sutra, Manjusri Bodhisattva obeyed the Buddha's command to call on Upasaka Vimalakirti to enquire after his health, there was a conversation about the "body" as follows: "Manjusri asked Vimalakirti: 'What should a Bodhisattva say when comforting another Bodhisattva who falls ill?' Vimalakirti replied: 'He should speak of the impermanence of the body but never of the abhorrence and relinquishment of the body. He should speak of the suffering body but never of the joy in nirvana. He should speak of egolessness in the body while teaching and guiding all living beings (in spite of the fact that they are fundamentally non-existent in the absolute state). He should speak of the voidness of the body but should never cling to the ultimate nirvana. He should speak of repentance of past sins but should avoid slipping into the past. Because of his own illness he should take pity on all those who are sick. Knowing that he has suffered during countless past aeons he should think of the welfare of all living beings. He should think of his past practice of good virtues to uphold (his determination for) right livelihood. Instead of worrying about troubles (klesa) he should give rise to zeal and devotion (in his practice of the Dharma). He should act like a king physician to cure others' illnesses. Thus a Bodhisattva should comfort another sick Bodhisattva to make him happy.' Manjusri, a sick Bodhisattva should look into all things in this way. He should further meditate on his body which is impermanent, is subject to suffering and is non-existent and egoless; this is called wisdom. Although his body is sick he remains in (the realm of) birth and death for the benefit of all (living beings) without complaint; this is called expedient method (upaya). Manjusri! He should further meditate on the body which is inseparable from illness and on illness which is inherent in the body because sickness and the body are neither new nor old; this is called wisdom. The body, though ill, is not to be annihilated; this is the expedient method (for remaining in the world to work for salvation)." The Zen Schools also recognize all men are being composed of elements and disintegrated when these are dissolved. In the Four Noble Truth, Sakyamuni Buddha taught that "attachment to self" is the root cause of suffering. From attachment springs grief; from grief springs fear. For him who is wholly free from attachment, there is no grief and much less fear. If you don't have attachments, naturally

you are liberated. Zen practitioners should have a correct understanding of the body, that it consists of the five elements or skandhas, which together represent body and mind, and there is no such so-called “self.” Elements exist only by means of union of conditions. There is no eternal and unchangeable substance in them. When these come apart, so-called “body” immediately disappears. Since the form which is created by the four elements is empty and without self, then the human body, created by the unification of the five skandhas, must also be empty and without self. Human body is in a transforming process from second to second. Therefore, practitioners should always try to practice until they can see there is not an ‘I’ being tied and all the thoughts disappear like the flowers falling off in the morning. Let’s learn the working of the mind through one of Zen master’s famous Zen poems:

“Nobody ties you; why do you ask for liberation?
 If you don’t cling to your ordinary thought,
 Then you don’t need to search for the holy one.
 The monkeys are relaxed; the horses tired; and the men old.
 The Zen stupa is still in the same old cloudy cottage.
 Right and wrong thoughts are falling
 Just like flowers in the early morning.
 Fame and wealth are chilled in a cold night rain.
 After the rains are gone, the flowers are dying
 and the mountain is serene.
 A bird chirps a sound, and the spring is leaving again.”

In 1299 he left the royal palace to go to Yên Tử Mountain, living and practicing as an ascetic monk. Here he organized the Sangha and advised them to follow the advice of Tuệ Trung Thượng Sĩ to lead their life of cultivation. He was honored as the First Patriarch of Trúc Lâm Yên Tử Zen Sect. It was King Tran Nhan Tong who was able to utilize the potential of Buddhism to serve his country and people. The fact of King Tran Nhan Tong’s renunciation and his years of practicing meditation and spreading Buddhism all over the country made the Truc Lam Zen Sect strong enough to support the entire dynasty. For Zen master Trần Nhân Tông, the secret of happy, successful living lies in doing what needs to be done now; when hungry, just eat; when thirsty, just drink; when tired, just sleep; and not worrying about the past and

the future. We cannot go back into the past and reshape it, nor can we anticipate everything that may happen in the future. There is one moment of time over which we have some conscious control and that is the present. He always reminded his disciples with the following verses:

“Living in the world, happy with the Way.
 We should let all things take their course.
 When hungry, just eat; when tired, just sleep.
 The treasure is in our house;
 do not search any more.
 Face the scenes, and have no thoughts,
 Then we do not need to ask for Zen.”

In fact, if we can completely live with the teachings of Zen master Trần Nhân Tông, we are able to live with the water, not with the waves rising and falling; live with the nature of mirror to reflect, not with the images appearing and disappearing; and live with the essence of the mind, not with the thoughts arising and vanishing. Therefore, what can we call our life if not a Nirvana? The world we are living now is the Saha World, where we physically see all phenomena born and passed away, how can we say ‘all phenomena are unborn and undying’? Zen practitioners should always remember once we make up our mind to follow the Buddha’s Path, we should listen to the Buddha’s and Patriarchs’ teachings; we should look inward to see our real mind, then we will have the ability to see that ‘all phenomena are unborn and undying’. Let’s look into our mind and be honest with ourselves, then we can see the real nature of everything: emptiness, unborn and undying. The thoughts coming and going, but the nature of ‘seeing and knowing’ of the mind is unmoved. Let’s listen to another famous verse from Zen master Trần Nhân Tông:

“All phenomena are unborn.
 All phenomena are undying.
 If we see that constantly,
 All Buddhas are before our eyes constantly.”

Tuyển Luận Thứ Mười Bảy
The Seventeenth Selective Essay

Sáu Ba La Mật

Ba La Mật, theo Phạn ngữ, có nghĩa là đáu bỉ ngạn. Sáu Ba La Mật đưa chúng sanh qua biển sanh tử để đi đến Niết Bàn. Sáu giai đoạn hoàn thiện tinh thần của chư Bồ tát trong tiến trình thành Phật. Chẳng những Lục độ Ba La Mật là đặc trưng cho Phật Giáo Đại Thừa trong nhiều phương diện, mà chúng còn gồm những cơ bản đạo đức chung cho tất cả các tôn giáo. Lục độ bao gồm sự thực tập và sự phát triển khả dĩ cao nhất. Vì vậy, thực hành sáu Ba La Mật sẽ giúp hành giả vượt bờ mê qua đến bến giác. Phật tử thuần thành luôn biết Lục Độ Ba La Mật là sáu pháp tu hành căn bản của một người con Phật, nhưng lại không nỗ lực thực hành. Gặp ai và ở đâu mình cũng nói pháp “Lục Độ”, nhưng đến lúc gặp thử thách thì bố thí cũng không, trì giới cũng chẳng có, nhẫn nhục cũng tránh xa, tinh tấn đâu chẳng thấy chỉ thấy giải đãi, thiền định đâu không thấy chỉ thấy tán tâm loạn ý, kết quả là chúng ta không thể xử dụng được chân trí tuệ không trong hành xử hằng ngày. Như vậy thì hình tướng tu hành có lợi ích gì? Có người chẳng những không chịu bố thí, mà còn kêu người khác phải bố thí cho mình càng nhiều càng tốt. Những người này luôn tìm cách đạt được tiện nghi, chứ không chịu thua thiệt. Chúng ta ai cũng biết trì giới là giữ gìn giới luật Phật, nhưng đến lúc gặp thử thách, chẳng những mình không giữ giới mà còn phá giới nữa là khác. Mặc dù ai trong chúng ta cũng đều biết rằng nhẫn nhục có thể giúp đưa chúng ta sang bờ bên kia, nhưng khi gặp chuyện thì chúng ta chẳng bao giờ nhẫn nhục được. Ai cũng muốn tinh tấn, nhưng mà tinh tấn làm việc trần tục, chứ không phải tinh tấn tu hành. Ai cũng biết thực tập thiền định nhằm tập trung tư tưởng để phát sanh trí huệ, nhưng chỉ biết nói mà không chịu làm. Vì những lý do này mà Đức Phật nói pháp Ba La Mật. Bố thí tức là dùng tài sản vật chất hoặc Phật pháp để bố thí cho người khác, trì giới là tuân giữ giới luật Phật và thức liễm thân tâm trong mọi hoàn cảnh, nhẫn nhục là thọ nhẫn những gì không như ý, tinh tấn là tinh tấn tu tập, thiền định là tập trung tư tưởng cho đến khi không còn một vọng tưởng nào, và trí tuệ là trí có khả năng đưa mình đến bờ bên kia và liễu sanh thoát tử.

Thứ nhất là Bồ Thí: Bồ thí theo tiếng Phạn là “Dana”, có nghĩa là “cúng dường.” Nói chung từ “dana” chỉ một thái độ khoan đại. Đền na quan hệ với việc phát triển một thái độ sẵn sàng cho ra những gì mà mình có để làm lợi lạc chúng sanh. Trong Phật giáo Đại thừa, đây là một trong lục Ba La Mật. Hành vi tự phát tặng cho tha nhân một vật, năng lượng hay trí năng của mình. Bồ thí là một trong sáu hạnh Ba La Mật của người tu Phật, là tác động quan trọng nhất làm tăng công đức tu hành mà một vị Bồ Tát tu tập trên đường đi đến Phật quả. Trong Phật giáo Nguyên Thủy, đền na là một trong mười pháp “quán chiếu” và là những tu tập công đức quan trọng nhất. Đền na là một thành phần chủ yếu trên đường tu tập thiền quán, vì chính đền na giúp chúng ta vượt qua tánh ích kỷ, đem lại lợi lạc cho cả đời này lẫn đời sau. Ngày nay, việc Phật tử tại gia cúng dường cho chư Tăng Ni cũng được gọi là “đền na,” và đây là một trong những hoạt động tôn giáo quan trọng nhất cho người tại gia tại các quốc gia Đông Á. Người tại gia tin rằng cúng dường cho chư Tăng Già sẽ mang lại lợi lạc lớn hơn là cho người thường, vì ngoài đức Phật ra thì chư Tăng Ni cũng được xem là “phước điền” trong Phật giáo.

Chúng ta phải bằng mọi cách giúp đỡ lẫn nhau. Khi bồ thí, không nên ấp úng ý tưởng đây là người cho kia là kẻ được cho, cho cái gì và cho bao nhiêu, được như vậy thì kiêu mạn và tự phụ sẽ không sanh khởi trong ta. Đây là cách bồ thí vô điều kiện hay bi tâm dựa trên căn bản bình đẳng. Bồ thí Ba la mật còn là cửa ngõ đi vào hào quang chư pháp, vì nhờ đó mà trong từng giây phút, chúng ta làm cho chúng sanh hoan hỷ cũng như làm trang nghiêm cõi Phật; nhờ Bồ thí Ba la mật mà chúng ta chỉ dạy và hướng dẫn chúng sanh lìa bỏ tánh tham lam bôn xén. Đặc biệt, chư Bồ Tát bồ thí bình đẳng cho tất cả chúng sanh mà không màng chúng sanh có xứng đáng hay không. Trong Kinh Bốn Sanh kể nhiều câu chuyện về Bồ Tát hoàn thành bồ thí Ba La Mật. Như trong một tiền kiếp của Đức Phật, lúc đó Ngài chỉ là một Bồ Tát, dù dưới dạng nhân hay phi nhân để thực hành hạnh bồ thí. Trong Kinh Bốn Sanh Đại Kapi có kể Bồ Tát là chúa của loài khỉ bị quân lính của vua xứ Varanasi tấn công. Để cứu đàn khỉ, chúa khỉ lấy thân mình giăng làm cầu cho đàn khỉ chạy thoát. Trong Kinh Bốn Sanh Sasa, Bồ Tát là một chú thỏ rừng. Để giữ trọn như lời đã hứa, thỏ hiến thân mình chết thay cho một con thỏ khác. Trong truyện hoàng tử Thiện Hữu, để thực hiện lời nguyện bồ thí ba la mật, hoàng tử không chỉ bố

thí lâu dài hay thành quách, mà còn bố thí ngay đến vợ con và cả thân thể tứ chi của Ngài. Theo Thanh Tịnh Đạo, Bồ Tát vì lợi ích số đông, thấy chúng sanh đau khổ, muốn cho họ đạt được trạng thái an lạc mà nguyện tu tập Ba La Mật, khi bố thí Ba La Mật được hoàn thành thì tất cả các Ba La Mật khác đều được hoàn thành. Theo Kinh Thí Dụ, Bồ Tát bố thí cho những ai cần, rồi Bồ Tát tu hành tịnh hạnh và Ba La Mật cho đến viên mãn. Cuối cùng ngài đạt được giác ngộ tối thượng, chánh đẳng chánh giác.

Theo từ Hán Việt, Bố có nghĩa là rộng lớn hay không có giới hạn, Thí có nghĩa là cho. Bố Thí là cho một cách rộng lớn, cho không giới hạn. Bố thí thực phẩm hay pháp giáo, đưa đến lợi lạc cho đời này và đời sau trong kiếp lai sanh, xao lãng hay từ chối không bố thí sẽ có hậu quả ngược lại. Đức Phật dạy: “Tham lam chính là đầu mối của các sự khổ đau trong vòng luân hồi sanh tử. Vì hễ có tham là có chấp giữ; có chấp giữ là còn bị trói buộc; còn bị trói buộc tức là chưa giải thoát; chưa giải thoát tức là còn luân hồi sanh tử; còn luân hồi là còn làm chúng sanh; còn làm chúng sanh là còn tiếp tục chịu các cảnh khổ đau phiền não.” Vì thấy các mối nguy hại của tham lam, nên Đức Phật đã nhấn mạnh với chúng sanh về pháp môn bố thí. Trong phần giảng giải Kinh Bát Đại Nhân Giác, Thiên Sư Thích Nhất Hạnh đã giải thích về “Bố Thí” như sau: Bố Thí là cho ra đồng đều, có nghĩa là làm san bằng sự chênh lệch giàu nghèo. Bất cứ hành động nào khiến cho tha nhân bớt khổ và thực thi công bằng xã hội đều được xem là “Bố Thí.” Bố Thí là hạnh tu đầu của sáu phép Ba La Mật. Ba La Mật có nghĩa là đưa người sang bờ bên kia, tức là bờ giải thoát; giải thoát khỏi bệnh tật, nghèo đói, vô minh, phiền não, sanh tử. Tuy nhiên, Phật pháp nói dễ khó làm. Bố thí tức là dùng tài sản vật chất hoặc Phật pháp bố thí cho người khác. Có người lúc cần bố thí thì không chịu bố thí. Ngược lại, lúc nào cũng muốn người khác cho mình, càng nhiều càng tốt. Người ấy luôn tìm cách chiếm đoạt tiện nghi. Vì vậy nói Phật pháp nói dễ khó làm là ở chỗ này. Người tu theo Phật phải nên biết hai chữ “Bố thí” và “Cúng dường” cũng đồng một nghĩa. Ở nơi chúng sanh thì gọi là “Bố thí.” Ở nơi cha mẹ, cùng các bậc thầy tổ và chư Thánh nhân thì gọi là cúng dường. Theo Thanh Tịnh Đạo, Ngài Phật Âm định nghĩa “Danam vuccati avakkhandham” là “thật lòng bố thí” thì gọi là “Đà na,” mặc dù theo nghĩa đen “đàn na” có bốn nghĩa: 1) bố thí, 2) rộng lượng, 3) của cứu tế, và 4) hào phóng.

Ngoài ra, còn có nhiều loại bố thí khác. Thứ nhất là báo ân thí, có nghĩa là bố thí để trả ân (vì người ấy đã cho tôi nên tôi bố thí lại). Đây là một trong tám loại bố thí theo Câu Xá Luận. Thứ nhì là bố úy thí, có nghĩa là đem cái vô úy bố thí cho người. Vì sợ mà bố thí (Vì sợ tai ách mà bố thí). Đây là một trong tám loại bố thí theo Câu Xá Luận và Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh. Thứ ba là công đức thí, hay bố thí để giúp cho tâm được trang nghiêm, tập hạnh buông xả và dọn đường cho công cuộc tu hành giải thoát. Đây là một trong tám loại bố thí theo Câu Xá Luận. Thứ tư là hồi hướng Bồ Đề bố thí. Hồi hướng Bồ Đề bố thí, vì xa rời hữu vi vô vi. Thứ năm là hỷ thiên thí, có nghĩa là vì mong được sanh lên cõi trời mà bố thí. Thi ân bố thí với hy vọng sanh Thiên hay được hưởng phước (do mong cầu được sanh lên cõi trời mà bố thí). Đây là một trong tám loại bố thí theo Câu Xá Luận. Thứ sáu là pháp thí, hay nói pháp giảng kinh hóa độ quần sanh. Thuyết giảng những lời Phật dạy để độ người. Thứ bảy là tập tục thí, hay bố thí vì thể theo tập tục của tổ tiên cha ông (hay vì nghĩ rằng bố thí là tốt). Đây là một trong tám loại bố thí theo Câu Xá Luận. Thứ tám là trang nghiêm thí, hay bố thí vì muốn trang nghiêm và tư trợ tâm. Đây là một trong tám loại bố thí theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh. Thứ chín là tùy chí thí, hay lúc có người đến mới bố thí hay chỉ bố thí được sự tiện ích ở chỗ gần. Tùy ý bố thí vì thỏa mãn chỗ nguyện cầu. Đây là một trong tám loại bố thí theo Câu Xá Luận và Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh. Thứ mười là tùy nghi bố thí, vì biết thượng, trung, hạ. Thứ mười một là yếu danh thí, hay vì danh tiếng mà bố thí (nghĩ rằng bố thí sẽ có tiếng đồn tốt). Đây là một trong tám loại bố thí theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh. Đây cũng là một trong tám loại bố thí theo Câu Xá Luận.

Có hai loại bố thí: *Thứ nhất* là tài thí hay bố thí bằng của cải. *Thứ nhì* là pháp thí, hay thuyết giảng những lời Phật dạy để độ người. Còn có hai loại bố thí khác: *Thứ nhất là tịnh thí*, hay bố thí thanh tịnh chẳng cần báo đáp. *Thứ nhì là bất tịnh thí*, hay bố thí mà còn mong cầu phước báo. Bố thí lại có ba bậc. Bậc thứ nhất là Hạ phần bố thí (bố thí ở bậc thấp nhất). Do khởi từ tâm mà bố thí tài vật cho dòng họ, vợ con. Đây gọi là bố thí bậc thấp. Bậc thứ nhì là trung phần bố thí (bố thí ở bậc trung). Với từ tâm mà bố thí đầu, mắt hay tứ chi. Đây gọi là bố thí bậc trung. Bậc thứ ba là thượng phần bố thí (bố thí bậc thượng). Với từ tâm mà bố thí sinh mạng. Đây gọi là bố thí bậc thượng. Ngoài ra, có ba loại

bố thí khác: *Loại bố thí thứ nhất là “Tài Thí”*: Bố thí tài sản vật chất, nghĩa là cho người tiền bạc hay vật chất. Trên đời này, không ai là không thể thực hiện một hình thức bố thí nào đó. Dù cho một người bần cùng đến đâu, người ấy cũng có thể bố thí cho những người còn tệ hơn mình hay có thể giúp vào việc công ích bằng sự bố thí dù nhỏ nhặt, nếu người ấy muốn. Ngay cả một người hoàn toàn không thể làm được như thế, người ấy cũng có thể có ích cho người khác và cho xã hội bằng cách phục vụ. Tài thí là thí của cải vật chất như thực phẩm, quà cáp, vân vân. Tài thí bao gồm nội thí và ngoại thí. Ngoại thí là bố thí kinh thành, của báu, vợ con... Bồ Tát là vị không chấp vào ngã, nên có thể cho cả kinh đô, của báu và vợ con... Thái tử Sĩ Đạt Đa là một vị hoàng tử giàu sang phú quý, nhưng Ngài từ bỏ hết ngay cả vợ đẹp, con ngoan và hoàng cung lộng lẫy để trở thành một sa môn không một đồng dính túi. Nội thí là Bồ Tát có thể cho cả thân thể, đầu, mắt, tay chân, da thịt và máu xương của mình cho người xin. *Loại bố thí thứ nhì là “Bố thí Pháp”*: Nếu chúng ta chỉ thỏa mãn với việc bố thí tài vật mà không khiến cho chúng sanh tu hành chuyển hóa những khổ đau phiền não của họ thì theo Đức Phật là chưa đủ. Đức Phật nhắc nhở về cách bố thí cao tuyệt để giúp chúng sanh là giúp họ tu tập thiện nghiệp. Theo kinh Đại Bảo Tích, chương XXIV, Diệu Âm Bồ Tát đã hiện các thứ thân hình tùy theo căn cơ của chúng sanh mà thuyết pháp. Chương XXV, Quán Thế Âm Bồ Tát vì thương tưởng các chúng sanh kêu khổ nên ngài cũng đã biến ra đủ loại thân đồng sự với chúng sanh mà thuyết pháp làm lợi lạc cho họ. Theo Đức Phật, có hai cách bố thí, vật chất và tinh thần. Trong hai cách này thì cách bố thí về tinh thần là thù thắng. Bố thí Pháp, nghĩa là dạy dỗ người khác một cách đúng đắn. Một người có kiến thức hay trí tuệ về một lãnh vực nào đó, hẳn cũng có thể dạy người khác hay dẫn dắt họ ngay cả khi họ không có tiền hay bị trở ngại về thể chất. Dù cho một người có hoàn cảnh hạn hẹp cũng có thể thực hiện bố thí pháp. Nói lên kinh nghiệm của riêng mình làm lợi cho người khác cũng là bố thí pháp. Như vậy, theo đạo Phật, pháp thí là đem pháp thoại đến với chúng sanh, nhằm mang lại lợi ích tinh thần cho họ. *Loại bố thí thứ ba là “Bố thí vô úy”*: Bố thí vô úy có nghĩa là gỡ bỏ những ưu tư hay khổ đau của người khác bằng nỗ lực của chính mình. An ủi ai vượt qua lúc khó khăn cũng được xem như là “vô úy thí.” Khi một người đang lo sợ vì gặp tai họa, mình bèn dùng phương tiện lời nói hay các phương cách khác để giúp người ấy hết lo

âu, khổ sở và phiền não, đó là vô úy thí. Vô úy thí là cách tốt nhất có thể đóng góp sự an lạc và hạnh phúc cho mọi người.

Có bốn loại bố thí: *Thứ nhất là “Bút Thí”*: Bút thí có nghĩa là khi thấy ai phát tâm sao chép kinh điển liền phát tâm Bố Thí viết để giúp duyên cho họ chép kinh. *Thứ nhì là “Mặc Thí”*: Mặc thí là khi thấy người viết kinh liền Bố Thí Mặc để giúp thiện duyên. *Thứ ba là “Kinh Thí”*: Kinh thí có nghĩa là bố thí kinh sách để người có phương tiện đọc tụng. *Thứ tư là “Thuyết Pháp Thí”*: Thuyết pháp thí có nghĩa là bố thí bằng cách thuyết pháp cho người nghe để người tu hành giải thoát. Lại có năm loại bố thí: *Thứ nhất* là thí cho kẻ ở phương xa lại. *Thứ nhì* là thí cho kẻ sắp đi xa. *Thứ ba* là thí cho kẻ bệnh tật ốm đau. *Thứ tư* là thí cho người đói khát. *Thứ năm* là thí trí huệ và đạo đức cho người. Bên cạnh năm loại bố thí trên, có năm hạng người giả danh hảo tâm mà bố thí: *Hạng thứ nhất*, miệng nói tốt, hoặc nói bố thí mà không bao giờ chịu thực hành, chỉ là những lời hứa trống rỗng. *Hạng thứ nhì*, lời nói và hành động đều trái ngược nhau, tức là ngôn hành bất tương ứng. *Hạng thứ ba*, bố thí mà trong tâm luôn mong cầu được bồi hoàn bằng các sự đền ơn đáp nghĩa. *Hạng thứ tư*, bỏ ra có một tấc mà muốn thu vào một thước. *Hạng thứ năm*, gieo trồng ít mà muốn đặng trái nhiều.

Có bảy loại cúng dường: *Loại thứ nhất* là bố thí cho khách lạ hay cho người lặn độn chốn tha hương. *Loại thứ nhì* là bố thí cho người đi đường. *Loại thứ ba* là bố thí cho người ốm đau bệnh hoạn. *Loại thứ tư* là bố thí cho người hầu bệnh (trông nom người bệnh). *Loại thứ năm* là bố thí cho tịnh xá chùa chiền. *Loại thứ sáu* là bố thí (cúng dường) đồ ăn thường ngày cho chư Tăng Ni. *Loại thứ bảy* là tùy thời tùy lúc bố thí (nóng, lạnh, gió bão...). Lại có bố thí thân (dùng thân mình để phục vụ), bố thí tâm, bố thí mắt (một cái nhìn nồng ấm có thể làm cho tha nhân cảm thấy an tịnh), bố thí hòa tu (ban cho người một nụ cười hiền hòa êm dịu), ngôn thí (dùng lời ái ngữ nồng ấm làm cho người yên vui), sàng tọa thí (bố thí chỗ ngồi hay nhường chỗ cho người khác), và phòng xá thí (cho phép ai ngủ qua đêm). Lại có bảy nơi bố thí làm tăng trưởng thiện nghiệp (Thất Hữu Y Phúc Nghiệp): *Thứ nhất* là bố thí cho khách và người lỡ bước. *Thứ nhì* là giúp đỡ người bệnh. *Bố thí* cho người bệnh và giúp đỡ người hầu bệnh. *Thứ ba* là bố thí vườn tược. Trồng cây và làm vườn cho tịnh xá. *Thứ tư* là bố thí đồ ăn thường ngày. Thường xuyên cung cấp thực phẩm cho chư Tăng Ni. *Thứ năm* là thường xuyên cung cấp y áo cho chư Tăng Ni. *Thứ sáu* là thường xuyên

cung cấp thuốc men cho chư Tăng Ni. *Thứ bảy* là tùy lúc bố thí. Theo Trung Bộ, Kinh Phân Biệt Cúng Dường, có bảy loại cúng dường cho Tăng Chúng: *Thứ nhất* là cúng dường cho cả hai Tăng Chúng với Đức Phật là vị cầm đầu khi Ngài còn tại thế. *Thứ nhì* là cúng dường cho cả hai Tăng Chúng sau khi Đức Phật nhập diệt. *Thứ ba* là cúng dường cho Tỳ Kheo Tăng. *Thứ tư* là cúng dường cho Tỳ Kheo Ni. *Thứ năm* là cúng dường và nói rằng: “Mong Tăng chúng chỉ định cho tôi một số Tỳ Kheo và Tỳ Kheo Ni như vậy” để tôi cúng dường các vị ấy. *Thứ sáu* là cúng dường và nói rằng: “Mong Tăng chúng chỉ định một số Tỳ Kheo như vậy” để tôi cúng dường các vị ấy. *Thứ bảy* là cúng dường và nói rằng: “Mong Tăng chúng chỉ định một số Tỳ Kheo Ni như vậy” để tôi cúng dường các vị ấy.

Theo Câu Xá Luận, có tám loại bố thí: *Thứ nhất* là “tùy chí thí”. Có người đến nên bố thí và chỉ bố thí được sự tiện ích ở chỗ gần. *Thứ nhì* là “bố úy thí” vì sợ mà bố thí (Vì sợ tai ách mà bố thí). *Thứ ba* là “báo ân thí”. Bố thí để trả ân (vì người ấy đã cho tôi nên tôi bố thí lại). *Thứ tư* là “cầu báo thí”. Bố thí với ý mong cầu được báo đáp về sau này. *Thứ năm* là “tập tục thí”. Bố thí vì thể theo tập tục của tổ tiên cha ông (hay vì nghĩ rằng bố thí là tốt). *Thứ sáu* là “hỷ thiên thí,” vì mong được sanh lên cõi trời mà bố thí. *Thứ bảy* là “yếu danh thí”, vì danh tiếng mà bố thí (nghĩ rằng bố thí sẽ có tiếng đồn tốt). *Thứ tám* là “công đức thí”. Bố thí để giúp cho tâm được trang nghiêm, tập hạnh buông xả và dọn đường cho công cuộc tu hành giải thoát. Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có tám loại bố thí: *Thứ nhất* là tùy chí thí. *Thứ nhì* là bố úy thí. *Thứ ba* là báo ân thí. *Thứ tư* là cầu báo thí. *Thứ năm* là bố thí vì nghĩ rằng bố thí là tốt. *Thứ sáu* là bố thí vì nghĩ rằng: “Ta nấu, họ không nấu. Thật không phải, nếu ta nấu mà ta đem bố thí cho kẻ không nấu.” *Thứ bảy* là yếu danh thí. *Thứ tám* là bố thí vì muốn trang nghiêm và tư trợ tâm.

Theo Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 38, có mười pháp thanh tịnh thí của chư Đại Bồ Tát: Chư Bồ Tát an trụ trong pháp này thời được bố thí quảng đại thanh tịnh vô thượng của Như Lai. *Thứ nhất* là “bình đẳng bố thí,” vì chẳng lựa chúng sanh. *Thứ nhì* là “tùy ý bố thí” vì thỏa mãn chỗ nguyện cầu. *Thứ ba* là “chẳng loạn bố thí,” vì làm cho được lợi ích. *Thứ tư* là “tùy nghi bố thí, vì biết thượng, trung, hạ. *Thứ năm* là “chẳng trụ bố thí,” vì chẳng cầu quả báo. *Thứ sáu* là “mở rộng xả bố thí,” vì tâm chẳng luyến tiếc. *Thứ bảy* là “tất cả bố thí,” vì rất ráo thanh tịnh.

Thứ tám là “hồi hương Bồ Đề bố thí,” vì xa rời hữu vi vô vi. *Thứ chín* là “giáo hóa chúng sanh bố thí,” vì nhấn đến đạo tràng chẳng bỏ. *Thứ mười* là “tam luân thanh tịnh bố thí,” vì chánh niệm quán sát người thí, kẻ thọ, và vật thí như hư không.

Lại có mười hai loại người bố thí chân thật và hảo tâm: *Hạng thứ nhất* là làm việc lợi ích cho người mà chẳng cần trả ơn. *Hạng thứ nhì* là làm việc giúp đỡ cho người mà chẳng cần quả báo. *Hạng thứ ba* là cúng dường cho người mà chẳng cần sự báo ơn. *Hạng thứ tư* là tự nhún nhường để làm cho lòng muốn của kẻ khác được đầy đủ. *Hạng thứ năm* là việc khó bỏ xả mà bỏ xả được. *Hạng thứ sáu* là việc khó nhìn mà nhìn được. *Hạng thứ bảy* là việc khó làm mà làm được. *Hạng thứ tám* là việc khó cứu mà cứu được. *Hạng thứ chín* là chẳng luận thân sơ, cũng vẫn cứ một lòng lấy cái tâm bình đẳng như nhau ra mà cứu giúp và làm đúng như sự thật. *Hạng thứ mười* là hễ miệng nói tốt là thực hành được ngay lời nói tốt ấy, có nghĩa là ngôn hành tương ứng. *Hạng thứ mười một* là tâm hiền thường làm các việc tốt mà miệng chẳng khoe khoang. *Hạng thứ mười hai* là ý nghĩ chỉ đơn thuần là muốn giúp đỡ cho người mà thôi, chớ chẳng cần danh vọng, khen tặng, hay lợi ích chi cho mình.

Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Vì có tín tâm hoan hỷ nên người ta mới bố thí, trái lại kẻ có tâm ganh ghét người khác được ăn, thì ngày hoặc đêm kẻ kia không thể nào định tâm được (249). Nhưng kẻ nào đã cắt được, nhổ được, diệt được tâm tưởng ấy, thì ngày hoặc đêm, kẻ kia đều được định tâm (250). Trong các cách bố thí, pháp thí là hơn cả; trong các chất vị, pháp vị là hơn cả; trong các hỷ lạc, pháp hỷ là hơn cả; người nào trừ hết mọi ái dục là vượt trên mọi đau khổ (354). Cỏ làm hại rất nhiều ruộng vườn, tham dục làm hại rất nhiều thế nhân. Vậy nên bố thí cho người lìa tham, sẽ được quả báo lớn (356). Cỏ làm hại rất nhiều ruộng vườn, sân nhuế làm hại rất nhiều thế nhân. Vậy nên bố thí cho người lìa sân, sẽ được quả báo lớn (357). Cỏ làm hại rất nhiều ruộng vườn, ngu si làm hại rất nhiều thế nhân. Vậy nên bố thí cho người lìa si, sẽ được quả báo lớn (358). Cỏ làm hại rất nhiều ruộng vườn, ái dục làm hại rất nhiều thế nhân. Vậy nên bố thí cho người lìa dục, sẽ được quả báo lớn (359).” Trong Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Đức Phật dạy: “Thấy người thực hành bố thí, hoan hỷ giúp đỡ thì được phước rất lớn. Có vị Sa môn hỏi Phật, ‘Phước này có hết không?’ Phật đáp, ‘Thí như lửa của ngọn đuốc, hàng trăm hàng

ngàn người đem đuốc đến mỗi lửa về để nấu ăn hay thắp sáng, lửa của ngọn đuốc này vẫn như cũ. Phước của người hoan hỷ hỗ trợ người thực hành bố thí cũng vậy' (Chương 10). Cho một trăm người ác ăn không bằng cho một người thiện ăn. Cho một ngàn người thiện ăn không bằng cho một người thọ ngũ giới ăn. Cho một vạn người thọ ngũ giới ăn không bằng cho một vị Tu-Đà-Huần ăn. Cho một triệu vị Tu-Đà-Huần ăn không bằng cho một vị Tư-Đà-Hàm ăn. Cho một trăm triệu vị Tư-Đà-Hàm ăn không bằng cho một vị A-Na-Hàm ăn. Cho một ngàn triệu vị A-Na-Hàm ăn không bằng cho một vị A-La-Hán ăn. Cho mười tỷ vị A-La-Hán ăn không bằng cho một vị Phật Bích Chi ăn. Cho một trăm tỷ vị Bích Chi Phật ăn không bằng cho một vị Phật Ba Đồi ăn (Tam Thế Phật). Cho một ngàn tỷ vị Phật Ba Đồi ăn không bằng cho một vị Vô Niệm, Vô Trụ, Vô Tu, và Vô Chứng ăn. (Chương 11).” Bố thí không chỉ có nghĩa là cho đi thứ gì mà người ta có thừa; nó còn bao gồm cả việc thí xả thân mệnh mình cho chính nghĩa. Đền na bao gồm tài thí, pháp thí và vô úy thí. Bố thí Ba la Mật được dùng để diệt trừ xan tham, bôn xển, đồng thời làm tăng trưởng phước báu. Theo Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Chương 10, Đức Phật dạy: “Thấy người thực hành bố thí, hoan hỷ giúp đỡ thì được phước rất lớn. Có vị Sa môn hỏi Phật, ‘Phước này có hết không?’ Phật đáp, ‘Thí như lửa của ngọn đuốc, hàng trăm hàng ngàn người đem đuốc đến mỗi lửa về để nấu ăn hay thắp sáng, lửa của ngọn đuốc này vẫn như cũ. Phước của người hoan hỷ hỗ trợ người thực hành bố thí cũng vậy.’”

Bố thí còn có vô thượng bố thí và vô sở trụ bố thí: Vô thượng Bố thí là loại bố thí mà thí chủ có được phước báo lớn lao không thể nghĩ bàn được. Có năm loại vô thượng bố thí. Loại thứ nhất là bố thí hay cúng dường ở nơi Đức Phật. Loại thứ nhì là bố thí hay cúng dường ở nơi chúng Tăng Ni. Loại thứ ba là bố thí ở nơi người thuyết giảng chánh pháp. Loại thứ tư là bố thí hay cúng dường ở nơi cha. Loại thứ năm là bố thí hay cúng dường ở nơi mẹ. Theo Kinh Kim Cang, Đức Phật nhắc nhở Tu Bồ Đề về Bố Thí Vô Sở Trụ như sau: “Ông Tu Bồ Đề! Bồ Tát thực hành phép bố thí phải nên “Vô sở trụ.” Nghĩa là không nên trụ vào sắc mà làm bố thí, không nên trụ vào thanh, hương, vị, xúc, pháp mà làm bố thí. Ông Tu Bồ Đề! Tại sao mà Bồ Tát không nên trụ vào sắc tướng mà bố thí như thế? Vì nếu Bồ Tát không trụ vào hình sắc mà bố thí, thì phúc đức đó không thể suy lường được. Lại nữa, ông Tu Bồ Đề! Bồ Tát không trụ vào hình tướng mà bố thí, thì phúc

đức đó cũng nhiều như thế, không thể suy lường được. Ông Tu Bồ Đề! Nếu tâm của Bồ Tát còn trụ vào pháp sự tướng mà làm hạnh bố thí, thì cũng ví như người ở chỗ tối tăm, không thể trông thấy gì hết, còn nếu Bồ Tát làm hạnh bố thí mà tâm không trụ trước vào sự tướng, thì như người có con mắt sáng, lại được ánh sáng của mặt trời, trông thấy rõ cả hình sắc sự vật.”

Chúng ta phải bằng mọi cách giúp đỡ lẫn nhau. Khi bố thí, không nên ấp ủ ý tưởng đây là người cho kia là kẻ được cho, cho cái gì và cho bao nhiêu, được như vậy thì kiêu mạn và tự phụ sẽ không sanh khởi trong ta. Đây là cách bố thí vô điều kiện hay bi tâm dựa trên căn bản bình đẳng. Bố thí Ba la mật còn là cửa ngõ đi vào hào quang chư pháp, vì nhờ đó mà trong từng giây phút, chúng ta làm cho chúng sanh hoan hỷ cũng như làm trang nghiêm cõi Phật; nhờ Bố thí Ba la mật mà chúng ta chỉ dạy và hướng dẫn chúng sanh lìa bỏ tánh tham lam bôn xển. Có người cho rằng mình chỉ có thể bố thí khi mình có nhiều tiền bạc. Điều này không đúng. Vài người có nhiều tiền bạc đôi khi ít chịu bố thí, hoặc giả nếu có bố thí cũng chỉ để mua danh mua lợi hay lấy lòng người xung quanh. Những người có lòng thương người lại ít khi giàu có. Tại vì sao? Trước nhất, vì họ hay có lòng chia sẻ với người những gì họ có. Thứ nhì, họ không có ý định làm giàu trên sự nghèo khó khốn cùng của kẻ khác. Chính vì vậy mà Đức Phật nhắc nhở chúng ta về pháp bố thí Ba La Mật. Bố thí Ba La Mật là cho một cách bình đẳng, không phân biệt thân sơ, bạn thù.

Bố thí Ba La Mật là cho vì ích lợi và hạnh phúc của tất cả chúng sanh bất cứ thứ gì và tất cả những gì ta có thể cho được: không những chỉ của cải vật chất, mà cả kiến thức, thế tục cũng như tôn giáo hay tâm linh. Chư Bồ Tát đều sẵn sàng bố thí ngay cả sinh mạng mình để cứu kẻ khác. Đây không chỉ có nghĩa là cho đi thứ gì mà người ta có thừa; nó còn bao gồm cả việc thí xả thân mệnh mình cho chính nghĩa. Đàn na bao gồm tài thí, pháp thí và vô úy thí. Bố thí Ba la Mật được dùng để diệt trừ xan tham, bôn xển. Quả báo của Bố Thí là Phước. Đối nghịch lại với Bố Thí là bôn xển keo kiệt. Trong Phẩm Tựa của Kinh Pháp Hoa, Bồ Tát Di Lặc đã nói với Bồ Tát Văn Thù Sư Lợi rằng từ ánh hào quang sáng chói soi khắp một muôn tám ngàn cõi ở phương Đông của Như Lai, Bồ Tát Di Lặc đã thấy được chư Bồ Tát nhiều như số cát sông Hằng vì cầu tuệ giác của Phật mà đã bố thí vàng, bạc, trân châu, xa cừ, kim cương, mã não, vân vân, cho chúng sanh. Chẳng

những chư Bồ Tát bố thí tài vật, mà họ còn bố thí cả thân mình. Họ tu tập hạnh bố thí như vậy chỉ cốt đạt được vô thượng giác ngộ mà thôi. Theo Kinh Đại Bảo Tích, chư Bồ Tát nào đã thông đạt lý duyên khởi của chư pháp thì các ngài tinh tấn thực hành hạnh bố thí ba la mật không mỏi mệt vì muốn làm lợi lạc cho chúng sanh. Trong Phẩm Đề Bà Đạt Đa, Đức Phật đã nói trong vô lượng kiếp về thời quá khứ khi Ngài làm vị quốc vương phát nguyện cầu đạo vô thượng bồ đề. Vì muốn đầy đủ sáu pháp Ba La Mật nên Ngài đã siêng làm việc bố thí mà lòng không vướng một chút tự mãn nào. Cũng trong chương này, chính Trí Tích Bồ Tát đã thấy Đức Thế Tôn trong vô lượng kiếp thực hành hạnh bố thí để cầu tuệ giác vô thượng. Và trong vô số kiếp Đức Thế Tôn vẫn không cảm thấy thỏa mãn với những công hạnh khó làm này. Ngài đã đi khắp mọi nơi để thực hành hạnh nguyện phục vụ lợi lạc cho chúng sanh.

Thứ nhì là Trì Giới: Trong chúng ta ai cũng biết rằng trì giới là trì giới, nhưng khi thử thách đến thì chúng ta lại phá giới thay vì giữ giới. Trì giới dạy chúng ta rằng chúng ta không thể cứu độ người khác nếu chúng ta không tự mình tháo gỡ những nhiệm vụ của chúng ta bằng cách sống theo phạm hạnh và chánh trực. Tuy nhiên, cũng đừng nên nghĩ rằng chúng ta không thể dẫn dắt người khác vì chúng ta chưa được hoàn hảo. Trì giới còn là tấm gương tốt cho người khác noi theo nữa, đây là một hình thức giúp đỡ người khác. Trì giới cũng có nghĩa là giữ giới với cái tâm bất động cho dầu mình có gặp bất cứ tình huống nào. Dầu cho núi Thái Sơn có sập lở trước mặt, lòng mình chẳng kinh sợ. Dầu cho có người đàn bà tuyệt mỹ đi qua, lòng ta cũng không xao xuyên. Đây chính là chiếc chìa khóa mở cánh cửa đại giác trong đạo Phật. Đây cũng chính là định lực cần thiết cho bất kỳ người tu Phật nào nhằm chuyển hóa cảnh giới. Bất kể là cảnh giới thiện hay ác, thuận hay nghịch, nếu mình thản nhiên, không sanh tâm kinh sợ để rồi phải phá giới thì tự nhiên gió sẽ yên, sóng sẽ lặng. Phạm ngữ “Sila” là tuân thủ những giáo huấn của Đức Phật, đưa đến đời sống có đạo đức. Trong trường hợp của những người xuất gia, những giới luật nhắm duy trì trật tự trong Tăng già. Tăng già là một đoàn thể khuôn mẫu mà lý tưởng là sống một cuộc sống thanh bình và hài hòa. Trì giới hạnh thanh tịnh nghĩa là thực hành tất cả các giới răn của đạo Phật, hay tất cả những thiện hạnh dẫn tới chỗ toàn thiện đạo đức cho mình và cho tất cả mọi người. Trì giữ giới hạnh thanh tịnh. Trì giới Ba La Mật được

dùng để diệt trừ phạm giới và hủy báng Phật Pháp. Giới Ba La Mật, ba la mật thứ hai trong sáu ba la mật. Bồ Tát phải giữ gìn các giới luật và bảo vệ chúng như đang giữ gìn một viên ngọc quý vậy. Cư sĩ tại gia, nếu không giữ được hai trăm năm chục hay ba trăm bốn mươi tám giới, cũng nên cố gắng trì giữ năm hay mười giới thiện nghiệp: không sát hại chúng sanh, không lấy của không cho, không tà hạnh, không uống rượu, không nói láo, không nói lời thô bạo, không nói lời nhảm nhí, không tham dục, không sân hận và không tà kiến. Theo Kinh Pháp Hoa, chư Bồ Tát giữ gìn các giới luật và bảo vệ chúng như đang giữ gìn những viên ngọc quý trong tay họ. Các ngài nghiêm trì không vi phạm, dù một lỗi rất nhỏ. Do nơi tâm không chấp thủ, luôn trong sáng và xa lìa thành kiến, nên người trì giới Ba La Mật luôn trầm tĩnh nơi tư tưởng và hành động đối với người phạm giới, và không có sự tự hào ưu đãi nào đối với người đức hạnh.

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

Rồi thì lòng chúng ta sẽ trở nên tự tại với mọi thay đổi trong mọi hoàn cảnh của chúng ta.

Nhẫn nhục là nhẫn thọ những gì không như ý. “Kshanti” thường được dịch là “sự kiên nhẫn,” hay “sự cam chịu,” hay “sự khiêm tốn,” khi nó là một trong lục độ ba la mật. Nhưng khi nó xuất hiện trong sự nối kết với pháp bất sinh thì nên dịch là “sự chấp nhận,” hay “sự nhận chịu,” hay “sự quy phục.” “Ksanti” là thuật ngữ Bắc Phạn chỉ “thái độ nhẫn nhục,” hay “an nhẫn,” một trong lục ba La Mật. Trong Phật giáo Đại Thừa, nhẫn là ba la mật thứ ba mà một vị Bồ Tát phải tu tập trên đường đi đến Phật quả. “Ksanti” có nghĩa là nhẫn nại chịu đựng. Nhẫn là một đức tánh quan trọng đặc biệt trong Phật giáo. Nhẫn nhục là một trong những đức tánh của người tu Phật. Kiên nhẫn là một trạng thái tĩnh lặng cùng với nghị lực nội tại giúp chúng ta có những hành động trong sáng khi lâm vào bất cứ hoàn cảnh khó khăn nào. Đức Phật thường dạy tứ chúng rằng: “Nếu các ông chà xát hai mảnh cây vào nhau để lấy lửa, nhưng trước khi có lửa, các ông đã ngừng để làm việc khác, sau đó dù có cọ tiếp rồi lại ngừng giữa chừng thì cũng hoài công phí sức. Người tu cũng vậy, nếu chỉ tu vào những ngày an cư kiết hạ hay những ngày cuối tuần, còn những ngày khác thì không tu, chẳng bao giờ có thể đạt được kết quả lâu dài. Theo A Tỳ Đạt Ma Câu Xá Luận, “Kshanti” có nghĩa ngược với Jnana. Kshanti không phải là cái biết chắc chắn như Jnana, vì trong Kshanti sự nghi ngờ chưa được hoàn toàn nhổ bật gốc rễ.

Nhẫn nhục phải được tu tập trong mọi hoàn cảnh: *Thứ nhất là tu tập nhẫn nhục hoàn cảnh ngang trái*: Nhẫn nại là pháp tối yếu. Chúng ta phải nhẫn được những việc khó nhẫn. Thí dụ như chúng ta không thích bị chửi rửa, nhưng có ai đó mắng chửi chúng ta, chúng ta hãy vui vẻ nhẫn nhịn. Tuy chúng ta không thích bị đánh đập, nhưng hễ có ai đó đánh đập chúng ta, chúng ta hãy vui vẻ chịu đựng. Không ai trong chúng ta muốn chết vì mạng sống quý báu vô cùng. Tuy nhiên, có ai muốn giết chúng ta, chúng ta hãy xem như người ấy giải thoát nghiệp chướng đời này cho chúng ta. Người ấy đích thực là thiện tri thức của mình. *Thứ nhì, nhẫn nhục vì muốn kiên trì đạo lý*: Người tu thiền phải ngồi cho tới khi đại định. Người tu niệm Phật phải nhớ lúc nào cũng chỉ niệm một câu “Nam Mô A Di Đà Phật”, không được ngừng nghỉ. Dù nắng hay dù mưa cũng niệm một câu này mà thôi. Chúng ta chỉ có thể đo lường đạo lực và sự nhẫn nhục thân tâm khi chúng ta bị khinh

hủy, chửi mắng, vu oan giá họa, cũng như mọi chướng ngại khác. Nếu muốn thành tựu quả vị Bồ Tát, chúng ta phải thực hành thân nhẫn ý nhẫn. Nhẫn nhục đạt được qua hiểu biết rằng tất cả mọi hiện tượng đều không sanh được gọi là “Bất Khởi Pháp Nhẫn”. Sự hiểu biết về tánh không và vô sanh của chư Bồ Tát, những vị đã đạt được Bát Địa hay Bất Thối Địa. Giai đoạn thiền định kham nhẫn, trong giai đoạn này sự trở dậy về ảo tưởng hiện tượng đều chấm dứt nhờ bước được vào thực chứng tánh không của vạn pháp. Đây là nhận ra rằng không có cái gì đã được sinh ra hay được tạo ra trong thế giới này, rằng khi các sự vật được thấy đúng như thực từ quan điểm của cái trí tuyệt đối, thì chúng chính là Niết Bàn, là không bị ảnh hưởng bởi sinh diệt chút nào cả. Khi người ta đạt đến “Bất Khởi Pháp Nhẫn” thì người ta thể chứng cái chân lý tối hậu của Phật giáo.

Có ba loại nhẫn: *Thứ nhất* là không bực tức đối với người làm tổn hại mình. Loại kiên nhẫn này giúp chúng ta giữ được tâm trong sáng và điềm tĩnh dù cho người khác có đối xử với ta như thế nào đi nữa. Thường thì chúng ta hay trách móc khi chúng ta bị người khác làm hại. Trạng thái khó chịu ấy có khi là cảm giác tự tử thân hay bị buồn khổ, chúng ta hay trách cứ người khác tại sao đối xử với mình tệ như vậy. Có khi trạng thái khó chịu ấy biến thành giận dữ khiến chúng ta sanh tâm muốn trả thù để làm hại người khác. Chúng ta phải luôn nhớ rằng nếu chúng ta muốn người khác khoan dung độ lượng cho những khuyết điểm của mình thì người ấy cũng muốn chúng ta hỷ xả và khoan dung, đừng để lòng những lời nói hay hành động mà người ấy đã nói lỡ hay làm lỡ khi mất tự chủ. *Thứ nhì* là chuyển hóa những rắc rối và khổ đau bằng một thái độ tích cực. Tâm kiên nhẫn trước những rắc rối và khổ đau giúp chúng ta chuyển hóa những tình thế khổ sở như bệnh hoạn và nghèo túng thành những pháp hỗ trợ cho việc tu tập của ta. Thay vì chán nản hay tức giận khi rơi vào khổ nạn thì chúng ta lại học hỏi được nhiều điều và đối mặt với cảnh khổ ấy một cách can đảm. *Thứ ba* là chịu đựng những khó khăn khi tu tập Chánh pháp. Chịu đựng những khó khăn khiến cho chúng ta phát triển lòng bi mẫn đối với những người lâm vào tình cảnh tương tự. Tâm kiêu mạn giảm xuống thì chúng ta sẽ hiểu rõ hơn về luật nhân quả và sẽ không còn trây lười trong việc giúp đỡ người khác đồng cảnh ngộ. Kiên nhẫn là một phẩm chất cần thiết cho việc tu tập. Đôi khi chúng ta cảm thấy khó khăn trong việc thông hiểu lời Phật dạy trong việc chế ngự tâm thức hay trong việc kỷ

luật bản thân. Chính tâm kiên nhẫn giúp ta vượt qua những khó khăn trên và chiến đấu với những tâm thái xấu ác của chính mình. Thay vì mong đợi kết quả tức thì từ sự tu tập ngăn ngừa kiên nhẫn giúp chúng ta giữ tâm tu tập liên tục trong một thời gian dài.

Lại có năm loại nhẫn nhục: Đây là năm giai đoạn nhẫn nhục của một vị Bồ Tát. *Thứ nhất* là phục nhẫn hay điều phục nhẫn. Với loại nhẫn này hành giả có thể nhận chìm tham, sân, si, nhưng hạt giống dục vọng và phiền não vẫn chưa dứt hẳn. Đây là điều kiện tu hành của các bậc Bồ Tát Biệt Giáo, tam hiền thập trụ, thập hành, và thập hồi hướng. *Thứ nhì* là tín nhẫn. Kiên trì đức tin từ Hoan Hỷ địa, Ly Cấu địa, đến Phát Quang địa, hành giả thuần khiết tin tưởng hể nhân lành thì quả lành. *Thứ ba* là thuận nhẫn. Tùy thuận nhẫn từ Diễm Huệ địa, đến Cực Nan Thắng địa và Hiện Tiền địa, giai đoạn tu trì khiến cho hành giả có được đức nhẫn nhục của Phật và Bồ Tát (từ tứ địa đến lục địa). *Thứ tư* là vô sanh nhẫn. Vô sanh nhẫn từ Viên Hành địa đến Bất Động địa và Thiện Huệ địa, giai đoạn tu đức nhẫn khiến hành giả nhập cái lý các pháp đều vô sinh (từ thất địa đến cửu địa). *Thứ năm* là tịch diệt nhẫn. Tịch diệt nhẫn của hạng Pháp Vân địa hay Diệu Giác, giai đoạn hành giả dứt tuyệt mọi mê hoặc để đạt tới niết bàn tịch diệt.

Bên cạnh đó còn có lục nhẫn, bát nhẫn và thập nhẫn. Lục Nhẫn bao gồm tín nhẫn, pháp nhẫn, tu nhẫn, chánh nhẫn, vô cấu nhẫn, và nhất thiết trí nhẫn. Tín nhẫn là sự kiên trì an trụ trong niềm tin và niềm hồng danh Phật A Di Đà, hoặc giả tin nơi chân lý và đạt được tín nhẫn. Theo Thiên Thai, Biệt Giáo có nghĩa là niềm tin không bị đảo lộn của Bồ Tát rằng chư pháp là không thật. Pháp nhẫn là chấp nhận sự khẳng định rằng tất cả các sự vật là đúng như chính chúng, không phải chịu luật sinh diệt là luật chỉ được thù thắng trong thế giới hiện tượng tạo ra do phân biệt sai lầm. Pháp nhẫn cũng có nghĩa là sự nhẫn nại đạt được qua tu tập Phật pháp có khả năng giúp ta vượt thoát ảo vọng. Cũng là khả năng kham nhẫn những khó khăn bên ngoài. Tu nhẫn là giai đoạn Bồ Tát tu tập thập hồi hướng và Trung Quán thấy rằng chư pháp, sự lý đều dung hòa nên sanh tu nhẫn. Chánh Nhẫn là sự nhẫn nhục trong mọi hoàn cảnh. Vô Cấu Nhẫn là sự nhẫn nhục của một vị Bồ Tát sắp thành Phật. Bồ Tát trong giai đoạn “vô cấu nhẫn” là giai đoạn chót của Bồ Tát. Nhất thiết trí nhẫn là sự nhẫn nhục của một vị Phật.

Bát Nhẫn hay tám loại nhẫn nhục hay sức nhẫn nhục trong dục giới, sắc giới và vô sắc giới. Bát nhẫn được dùng để đoạn trừ kiến

hoặc trong tam giới và đạt đến tám loại trí huệ Bát Nhã. Bát nhãn bao gồm bốn pháp nhãn trong cõi Dục Giới và bốn loại nhãn trong cõi Vô Sắc Giới. Trong cõi Dục Giới có khổ nhãn, tập pháp nhãn, diệt pháp nhãn và đạo pháp nhãn. Khổ pháp nhãn là một trong tám loại nhãn nhục hay sức nhãn nhục trong dục giới, sắc giới và vô sắc giới. Bát nhãn được dùng để đoạn trừ kiến hoặc trong tam giới và đạt đến tám loại trí huệ Bát Nhã. Tập pháp nhãn là một trong tám loại nhãn nhục hay sức nhãn nhục trong dục giới, sắc giới và vô sắc giới. Bát nhãn được dùng để đoạn trừ kiến hoặc trong tam giới và đạt đến tám loại trí huệ Bát Nhã. Diệt pháp nhãn là một trong tám loại nhãn nhục hay sức nhãn nhục trong dục giới, sắc giới và vô sắc giới. Bát nhãn được dùng để đoạn trừ kiến hoặc trong tam giới và đạt đến tám loại trí huệ Bát Nhã. Đạo pháp nhãn là con đường được dùng để loại trừ hết thấy phiền não trong cõi dục giới. Ngoài ra, cũng có bốn loại nhãn trong cõi sắc giới và vô sắc giới (trong hai cõi sắc giới và vô sắc giới thì Bốn Pháp Nhãn được gọi là Tứ Loại Nhãn). Còn có tám loại Nhãn Nhục đi đôi với Tám loại Trí (tám loại nhãn và tám loại trí). Thứ nhất là khổ pháp nhãn đi với khổ pháp trí. Thứ nhì là khổ loại nhãn đi với khổ loại trí. Thứ ba là tập pháp nhãn đi với tập pháp trí. Thứ tư là tập loại nhãn đi với tập loại trí. Thứ năm là diệt pháp nhãn đi với diệt pháp trí. Thứ sáu là diệt loại nhãn đi với diệt loại trí. Thứ bảy là đạo Pháp nhãn đi với đạo Pháp trí. Thứ tám là đạo loại nhãn đi với đạo loại trí.

Theo Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 29, có mười loại nhãn: Chư Bồ Tát được mười nhãn này thời được đến nơi vô ngại nhãn địa của tất cả Bồ Tát. Đó là âm thanh nhãn, thuận nhãn, vô sanh pháp nhãn, như huyễn nhãn, như diệm nhãn, như mộng nhãn, như hưởng nhãn, như ảnh nhãn, như hóa nhãn, và như hư không nhãn. Bên cạnh đó, theo Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 38, có mười thanh tịnh nhãn của chư Đại Bồ Tát. Chư Bồ Tát an trụ trong pháp này thời được pháp nhãn vô thượng chẳng do tha ngộ của tất cả chư Phật. *Thứ nhất* là thanh tịnh nhãn an thọ sự mắng nhục, vì thủ hộ các chúng sanh. *Thứ nhì* là thanh tịnh nhãn an thọ dao gậy, vì khéo hộ trì mình và người. *Thứ ba* là thanh tịnh nhãn chẳng sanh giận hại, vì nơi tâm chẳng động. *Thứ tư* là thanh tịnh nhãn chẳng chê trách kẻ ty tiện, vì người trên hay rộng lượng. *Thứ năm* là thanh tịnh nhãn có ai về nương đều cứu độ, vì xả bỏ thân mạng mình. *Thứ sáu* là thanh tịnh nhãn xa lìa ngã mạn, vì chẳng khinh kẻ chưa học. *Thứ bảy* là thanh tịnh nhãn bị tàn hại hủy báng chẳng sân hận, vì quán sát

như huyễn. *Thứ tám* là thanh tịnh nhẫn bị hại không báo oán, vì chẳng thấy mình và người. *Thứ chín* là thanh tịnh nhẫn chẳng theo phiền não, vì xa lìa tất cả cảnh giới. *Thứ mười* là thanh tịnh nhẫn tùy thuận chốn thiết trí của Bồ Tát biết tất cả các pháp vô sanh, vì chẳng do người dạy mà được nhập cảnh giới như thiết trí.

Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Voi xuất trận nhẫn chịu cung tên như thế nào, ta đây thường nhẫn chịu mọi điều phỉ báng như thế ấy. Thật vậy, đời rất lắm người phá giới thường ghét kẻ tu hành (320). Luyện được voi để đem dự hội, luyện được voi để cho vua cỡi là giỏi, nhưng nếu luyện được lòng ẩn nhẫn trước sự chê bai, mới là người có tài điều luyện hơn cả mọi người (321).” Theo Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Chương 15, có một vị sa Môn hỏi Phật, “Điều gì là thiện? Điều gì là lớn nhất?” Đức Phật dạy: “Thực hành Chánh Đạo, giữ sự chân thật là thiện. Chí nguyện hợp với Đạo là lớn nhất.” “Điều gì là mạnh nhất? Điều gì là sáng nhất?” Đức Phật dạy: “Nhẫn nhục là mạnh nhất vì không chứa ác tâm nên tăng sự an ổn. Nhẫn nhục là không ác, tất được mọi người tôn kính. Tâm ô nhiễm đã được đoạn tận không còn dấu vết gọi là sáng nhất, nghĩa là tất cả sự vật trong mười phương, từ vô thủy vẫn đến hôm nay, không vật gì là không thấy, không vật gì là không biết, không vật gì là không nghe, đạt được nhất thiết trí, như vậy được gọi là sáng nhất.”

Nhẫn nhục đôi khi cũng được gọi là nhẫn nại, nhưng nhẫn nhục thì đúng nghĩa hơn. Vì rằng nó không chỉ là sự kiên nhẫn chịu những bệnh hoạn của xác thịt, mà nó là cảm giác về sự vô nghĩa, vô giới hạn, và xấu ác. Nói cách khác, nhẫn nhục là nín chịu mọi sự mắng nhục của các loài hữu tình, cũng như những nóng lạnh của thời tiết. Nhẫn nhục Ba la mật được dùng để diệt trừ nóng giận và sân hận. Nhẫn nhục Ba la mật là Ba La Mật thứ ba trong Lục Ba La Mật. Nhẫn nhục Ba La Mật là nhẫn nhục những gì khó nhẫn, nhẫn sự mạ lỵ mà không hề oán hận. Nhẫn nhục Ba la mật còn là cửa ngõ đi vào hào quang chư pháp, vì nhờ đó mà chúng ta có thể xa rời được sân hận, ngã mạn cống cao, nịnh hót, và ngu xuẩn, và cũng nhờ nhẫn nhục Ba la mật mà chúng ta có thể dạy dỗ và hướng chúng sanh với những tật xấu kể trên. Có những vị Bồ Tát xuất gia, sống đời không nhà, trở thành Tỳ Kheo, sống trong rừng núi cô tịch... Dầu bị kẻ xấu ác đánh đập hay trách mắng họ cũng chịu đựng một cách nhẫn nhục. Dù bị thú dữ cắn hại họ cũng nhẫn nhịn chứ không sợ hãi và tâm của họ lúc nào cũng bình thản

và không bị xao động. Trong khi tu tập nhấn nhục, Bồ Tát nhấn chịu không giận dữ trước các lời phê bình, chỉ trích và hăm dọa của các Tỷ Kheo kiêu mạn như trong Kinh Kim Cang, Đức Phật đã bảo ông Tu Bồ Đề: “Này Tu Bồ Đề! Như Lai nói nhấn nhục ba la mật không phải là nhấn nhục ba la mật. Vì cớ sao? Này Tu Bồ Đề như thuở xưa, Ta bị vua Ca Lợi cắt đứt thân thể, khi ấy Ta không có tướng ngã, tướng nhân, tướng chúng sanh, tướng thọ giả. Vì cớ sao? Ta thuở xa xưa, thân thể bị cắt ra từng phần, nếu còn tướng ngã, tướng nhân, tướng chúng sanh, tướng thọ giả thì Ta sẽ sanh tâm sân hận. Này Tu Bồ Đề! Lại nhớ thuở quá khứ năm trăm đời, Ta làm tiên nhân nhấn nhục, vào lúc ấy Ta cũng không có tướng ngã, tướng nhân, tướng chúng sanh, tướng thọ giả. Thế nên, Tu Bồ Đề! Bồ Tát nên liả tất cả tướng mà phát tâm vô thượng chánh đẳng chánh giác, chẳng nên trụ sắc sanh tâm, chẳng nên trụ thanh hương vị xúc pháp sanh tâm, nên sanh tâm không chỗ trụ. Nếu tâm có trụ ắt là không phải trụ. Thế nên Như Lai nói tâm Bồ Tát nên không trụ sắc mà bố thí. Này Tu Bồ Đề! Bồ Tát vì lợi ích của tất cả chúng sanh nên như thế mà bố thí. Như Lai nói tất cả các tướng tức không phải tướng. Lại nói tất cả chúng sanh tức không phải chúng sanh.” Nhấn nhục Ba la mật là Ba La Mật thứ ba trong Lục Ba La Mật. Nhấn nhục Ba La Mật là nhấn nhục những gì khó nhấn, nhấn sự mạ lỵ mà không hề oán hận. Nhấn nhục Ba la mật còn là cửa ngõ đi vào hào quang chư pháp, vì nhờ đó mà chúng ta có thể xa rời được sân hận, ngã mạn cống cao, nịnh hót, và ngu xuẩn, và cũng nhờ nhấn nhục Ba la mật mà chúng ta có thể dạy dỗ và hướng chúng sanh với những tật xấu kể trên.

Thứ tư là Tinh Tấn: Lòng người dễ tinh tấn mà cũng dễ thoái chuyển; khi nghe pháp và lời khuyên thì tinh tấn tiến tu, nhưng khi gặp chướng ngại thì chẳng những ngại ngừng muốn thoái lui, mà còn muốn chuyển hướng khác và lắm khi phải sa vào tà đạo. Trong đạo Phật, tinh tấn còn gọi là tinh cần, cũng là một trong thất bồ đề phần, nghĩa là tinh thuần tiến lên, không giải đãi, và không có tạp ác chen vào. Vì an lạc và hạnh phúc của người khác mà Bồ Tát tu tập tinh tấn ba la mật. Tinh tấn không có nghĩa là sức mạnh của thân thể mà là sức mạnh của tinh thần siêu việt, bền bỉ để thực hiện hạnh lợi ích cho người khác. Chính nhờ ở tinh tấn ba la mật này mà Bồ Tát đã tự nỗ lực không mệt mỏi. Đây là một trong những phẩm cách nổi bật của Bồ Tát. Kinh Bốn Sanh Đại Tái Sanh đã mô tả có một chiếc tàu bị chìm ngoài biển bầy ngày,

Bồ Tát nỗ lực kiên trì không ngừng nghỉ cho đến cuối cùng ngài được cứu thoát. Thất bại là bước thành công, nghịch cảnh làm gia tăng sự nỗ lực, nguy hiểm làm mạnh thêm ý chí kiên cường vượt qua những khó khăn chướng ngại. Bồ Tát nhìn thẳng vào mục đích của mình, ngài sẽ không bao giờ thối chuyển cho tới khi đạt được mục đích của mình. Tinh tấn trong Phật giáo hàm ý sức mạnh tinh thần hay nghị lực chứ không phải là sức mạnh thể chất. Sức mạnh thể chất trội hơn ở các loài vật, trong khi nghị lực tinh thần chỉ có ở con người, dĩ nhiên là những người có thể khơi dậy và phát triển yếu tố tinh thần này để chặn đứng những tư duy ác và trau dồi những tư duy trong sáng và thiện lành. Người con Phật không bao giờ quên tinh tấn, vì bản thân Đức Phật khi còn là một vị Bồ Tát cũng không bao giờ ngừng tinh tấn. Ngài chính là hình ảnh của một con người đầy nghị lực. Theo Phật Sử (Buddhavamsa), Ngài là một người có khát vọng tầm cầu Phật quả, Ngài được khích lệ bởi những lời nhắn nhủ của các bậc tiền nhân: “Hãy tự mình nỗ lực đừng chùn bước! Hãy tiến tới.” Và chính Ngài đã không tiếc một nỗ lực nào trong cố gắng của mình để đạt đến sự giác ngộ cuối cùng. Với sự kiên trì dũng mãnh, Ngài đã tiến đến mục tiêu của mình là giác ngộ bất chấp cả mạng sống của mình.

Từ “Virya” nguyên ngữ Bắc Phạn có nghĩa là “hùng dũng.” Phải luôn nhiệt thành và mạnh mẽ thực hành tất cả mọi điều phù hợp với giáo pháp. Tinh tấn là kiên trì thể hiện động lực chí thiện. Nói chung, “Tì lê gia” hay “tinh tấn” chỉ một thái độ hăng hái tu tập không ngừng nghỉ. Đời sống của các vị tu theo Phật giáo Đại Thừa là một cuộc đời hăng say tốt bụng, không chỉ trong đời sống hiện tại mà cả trong đời sống tương lai và những cuộc đời kế tiếp không bao giờ cùng tận. Tinh tấn còn có nghĩa là luôn khích lệ thân tâm tiến tu năm Ba La Mật còn lại. Tinh tấn Ba la mật là ba la mật thứ tư trong lục độ Ba La Mật, và được dùng để diệt trừ các sự giải đãi. Ở đây vị Tỳ Kheo, khi mất thấy sắc (tai nghe âm thanh, mũi ngửi mùi, lưỡi nếm vị, thân xúc chạm) không nắm giữ tướng chung, không nắm giữ tướng riêng. Những nguyên nhân gì, vì nhân căn không được chế ngự, khiến tham ái, ưu bi, các ác, bất thiện pháp khởi lên, vị Tỳ Kheo tự chế ngự nguyên nhân ấy, hộ trì và thực hành sự chế ngự nhân căn (nhĩ căn, tỷ căn, thiệt căn, thân căn, ý căn). Vị ấy đã có được sự chế ngự tinh cần. Tinh tấn trong Phật giáo hàm ý sức mạnh tinh thần hay nghị lực chứ không phải là sức mạnh thể chất. Thế nào là tinh tấn đoạn trừ? Tinh tấn đoạn trừ là tinh

tấn đoạn trừ các tư bất thiện đã sanh khởi. Ở đây hành giả không chấp nhận những tư duy tham dục đã khởi sanh, mà từ bỏ, đoạn trừ và khước từ những tham dục ấy, chấm dứt nó và khiến cho nó không còn hiện hữu. Đối với các tư duy sân hận và não hại đã khởi lên cũng vậy. Ở đây vị Tỳ Kheo không nhẫn chịu dục tầm, sân tầm, và hại tầm đã khởi lên, từ bỏ, đoạn trừ, tiêu diệt, không cho hiện hữu. Vị Tỳ Kheo ấy được gọi là vị đã có được Đoạn Trừ Tinh Cần. Tinh tấn hộ trì là tinh tấn khiến cho các thiện pháp đã sanh có thể duy trì. Ở đây vị Tỳ Kheo hộ trì định tướng tốt đẹp đã khởi lên, cốt tướng, trùng hám tướng (quán tướng thân thể đầy dòi bọ), thanh ứ tướng, đoạn hại tướng, tương bành tướng. Vị Tỳ Kheo này được gọi là Hộ Trì Tinh Cần. Thế nào là tinh tấn ngăn ngừa? Tinh tấn ngăn ngừa là tinh tấn khiến cho các pháp từ trước chưa sanh khởi, không được khởi lên. Khi hành giả thấy một sắc, nghe một tiếng, ngửi một mùi, nếm một vị, xúc chạm một vật, hay nhận thức một pháp trần, không nắm giữ tướng chung, không nắm giữ tướng riêng. Nghĩa là hành giả không bị tác động bởi những nét chung hay bởi những chi tiết của chúng. Từ đó, nhãn căn được ngăn ngừa, khiến tham ái, ưu bi và các bất thiện pháp khác không khởi lên. Hành giả phải tự mình chế ngự như vậy, hành giả phòng hộ các căn, chế ngự các căn. Thế nào là tinh tấn ngăn ngừa những điều ác chưa phát sanh? Điều dữ chưa sanh, phải tinh cần làm cho đừng sanh. Ở đây vị Tỳ Kheo khởi lên ý muốn, cố gắng, tinh tấn, sách tâm, trì tâm với mục đích khiến cho các ác pháp từ trước chưa sanh không cho sanh. Thế nào là tinh tấn phát triển những điều thiện lành chưa phát sanh? Điều thiện chưa sanh, phải tinh cần làm cho sanh. Ở đây vị Tỳ Kheo khởi lên ý muốn, cố gắng, tinh tấn, sách tâm, trì tâm với mục đích khiến cho các thiện pháp từ trước chưa sanh nay cho sanh khởi.

Thế nào là tinh tấn tiếp tục phát triển những điều thiện lành đã phát sanh? Một trong tứ chánh cần. Tinh tấn tiếp tục phát triển những điều thiện lành đã phát sanh. Điều thiện đã sanh, phải tinh cần khiến cho ngày càng phát triển. Ở đây vị Tỳ Kheo khởi lên ý muốn, cố gắng, tinh tấn, sách tâm, trì tâm với mục đích khiến cho các thiện pháp đã sanh có thể được tăng trưởng, được quảng đại viên mãn. Thế nào là tinh tấn tu tập? Tinh tấn trong Phật giáo hàm ý sức mạnh tinh thần hay nghị lực chứ không phải là sức mạnh thể chất. Thế nào là tinh tấn tu tập? Tinh tấn tu tập là tinh tấn tu tập với mục đích tạo ra và phát triển những tư duy thiện chưa sanh khởi lên. Ở đây hành giả tu tập thất giác

chi, y cứ viễn ly, y cứ ly tham, y cứ đoạn diệt đưa đến giải thoát, đó là Niệm giác chi, Trạch pháp giác chi, Tinh tấn giác chi, Hỷ giác chi, Khinh an giác chi, Định giác chi, và Xả giác chi, pháp này y ly xả, y ly dục, y đoạn diệt, thành thực trong đoạn trừ. Vị Tỳ Kheo này được gọi là đã có được Tu Tập Tinh Cần. Trong tu tập theo Phật giáo, tinh tấn tu tập không chỉ đơn thuần là thiền quán, ngồi cho đúng, kiểm soát hơi thở, đọc tụng kinh điển, hoặc chúng ta không lười biếng cho thời gian trôi qua vô ích, mà còn là biết tri túc thiểu dục để cuối cùng chấm dứt tham dục hoàn toàn. Tinh tấn tu học còn có nghĩa là chúng ta phải dùng hết thì giờ vào việc quán chiếu tứ diệu đế, vô thường, khổ, vô ngã và bất tịnh. Tinh tấn tu học cũng là quán sâu vào chân nghĩa của Tứ niệm xứ để thấy rằng vạn hữu cũng như thân này luôn thay đổi, từ sanh, rồi đến trụ, dị, và diệt. Tinh tấn tu học còn có nghĩa là chúng ta phải tu tập cho được chánh kiến và chánh định để tận diệt phiền kiến. Trong nhân sinh, phiền kiến là cội rễ sâu nhất. Vì thế mà khi phiền kiến bị nhổ thì tham dục, sân, si, mạn, nghi đều bị nhổ tận gốc.

Bên cạnh tinh tấn, trong Phật giáo còn có tinh tấn Ba La Mật. Tinh tấn có nghĩa là tiến thẳng lên một mục tiêu quan trọng mà không bị xao lãng vì những việc nhỏ nhặt. Chúng ta không thể bảo rằng chúng ta tinh tấn khi ý tưởng và cách hành xử của chúng ta không thanh sạch, dù cho chúng ta có nỗ lực tu tập giáo lý của Đức Phật. Ngay cả khi chúng ta nỗ lực tu tập, đôi khi chúng ta vẫn không đạt được kết quả tốt, mà ngược lại còn có thể lãnh lấy hậu quả xấu, trở ngại trong việc tu hành do bởi người khác; đó chỉ là những bóng ma, sẽ biến mất đi khi gió lộng. Do đó, một khi chúng ta đã quyết định tu Bồ Tát đạo, chúng ta cần phải giữ vững lòng kiên quyết tiến đến ý hướng của chúng ta mà không đi lộn. Đó gọi là “tinh tấn.” Tinh tấn là kiên trì thể hiện động lực chí thiện. Đời sống của các vị tu theo Phật giáo Đại Thừa là một cuộc đời hăng say tốt bụng, không chỉ trong đời sống hiện tại mà cả trong đời sống tương lai và những cuộc đời kế tiếp không bao giờ cùng tận. Tinh tấn còn có nghĩa là luôn khích lệ thân tâm tiến tu năm Ba La Mật còn lại. Tinh tấn Ba la mật được dùng để diệt trừ các sự giải đãi

Theo Thiền Sư Thích Nhất Hạnh trong phần giảng giải kinh Bát Đại Nhân Giác, Tinh Tấn Ba La Mật là một trong những đề tài thiền quán quan trọng trong Phật giáo. Tinh Tấn phá biếng lười. Sau khi đã ngừng theo đuổi tham dục, sau khi đã biết thực hành tri túc để thân tâm được thanh thoi, người hành đạo không vì sự thanh thoi đó mà giải đãi

để cho ngày tháng trôi qua một cách uống phí. Tinh tấn là cần mẫn ngày đêm, cần mẫn dôi mài sự nghiệp trí tuệ. Phải dùng bất cứ giờ nào mình có được để quán chiếu “Tứ Niệm Xứ” (vô thường, khổ không, vô ngã, bất tịnh). Phải đi sâu thêm vào giáo nghĩa “Tứ Niệm Trú,” phải học phép quán niệm về hơi thở, về các tư thế của thân thể, về sự thành trụ hoại không của thể xác, về cảm giác, tư tưởng, hành nghiệp và những nhận thức của mình. Phải tìm đọc kinh điển chỉ dẫn rành rẽ về phương pháp tu tập và thiền quán, điều hòa hơi thở và quán niệm, như Kinh Quán Niệm (Niệm Xứ), Kinh An Bang Thủ Ý và Kinh Đại Bát Nhã. Phải theo lời chỉ dẫn trong các kinh ấy mà hành trì một cách thông minh, nghĩa là phải chọn những cách tu thích hợp với trường hợp cá nhân của mình. Nếu cần thì có thể sửa đổi cho phù hợp. Hạ thủ công phu cho tới khi nào những phiền não căn bản như tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến đều bị nhổ tận gốc, thì tự nhiên ta thấy thân tâm vượt thoát khỏi ngục tù của sinh tử, ngũ ấm và tam giới.

Tinh tấn Ba la mật còn là cửa ngõ đi vào hào quang chư pháp, vì nhờ đó mà chúng ta đạt được những pháp cao thượng, và cũng nhờ đó mà chúng ta có thể dạy dỗ và hướng dẫn những chúng sanh cây lười. Đây là Ba La Mật thứ tư trong lục Ba La Mật. Tinh tấn Ba La Mật là ý chí kiên quyết theo đuổi mục đích tu tập. Tinh tấn Ba La Mật là nguồn năng lực để bắt đầu sự nghiệp tu tập của người Phật tử và tiếp tục nỗ lực cho đến khi thành tựu giác ngộ hoàn toàn. Năng lực và khả năng chịu đựng được xem như là áo giáp bảo vệ khi gặp những khó khăn và là nền tảng cổ võ cần thiết để tránh sự thất vọng tiêu cực. Tinh tấn còn là năng lực hỗ trợ nhiệt tình và ý chí vững mạnh. Nó chính là năng lực không mệt mỏi để chúng ta hoàn thành sự lợi ích an lạc cho tất cả chúng sanh. Theo kinh Pháp Hoa, Bồ Tát tinh tấn cầu sự thanh tịnh. Kinh Pháp Hoa cũng mô tả chi tiết Bồ Tát tu tập tinh tấn ba la mật bằng cách không ăn và không ngủ để tinh chuyên nghiên cứu Phật pháp. Bồ Tát đã tự mình tiết chế trong ăn uống để nỗ lực tìm cầu Phật quả.

Thứ năm là Thiền Định: Thiền định có nghĩa là tư duy, nhưng không theo nghĩa tư duy về một phương diện đạo đức hay một cách ngôn triết học; nó là việc tu tập tĩnh tâm. Nói khác đi, thiền định là luôn tu theo pháp tư duy để đình chỉ sự tán loạn trong tâm. Thiền định Ba la mật được dùng để diệt trừ sự tán loạn và hôn trầm. Từ “Dhyana” là giữ trạng thái tâm bình lặng của mình trong bất cứ hoàn cảnh nào,

ngịch cũng như thuận, và không hề bị xao động hay lúng túng ngay cả khi nghịch cảnh đến tới tấp. Điều này đòi hỏi rất nhiều công phu tu tập. Chúng ta tham thiền vì muốn tinh thần được tập trung, tâm không vọng tưởng, khiến trí huệ phát sanh. Thiền định là hành pháp giúp chúng sanh đạt hoàn toàn tịnh lự, vượt thoát sanh tử, đáo bỉ ngạn. Đây là Ba La Mật thứ năm trong Lục Độ Ba La Mật. Tiếng Phạn là “Dhyana” và tiếng Nhật là “Zenjo.” Zen có nghĩa là “cái tâm tĩnh lặng” hay “tinh thần bất khuấy,” và Jo là trạng thái có được cái tâm tĩnh lặng, không dao động. Điều quan trọng là không những chúng ta phải nỗ lực thực hành giáo lý của đức Phật, mà chúng ta còn phải nhìn hết sự vật bằng cái tâm tĩnh lặng và suy nghĩ về sự vật bằng cái nhìn “như thị” (nghĩa là đúng như nó là). Được vậy chúng ta mới có thể thấy được khía cạnh chân thực của vạn hữu và tìm ra cách đúng đắn để đối phó với chúng. Theo Kinh Pháp Hoa, chương XV, Phẩm Tùng Địa Đông Xuất, Đức Phật dạy rằng: “Chư Bồ Tát không chỉ một kiếp mà nhiều kiếp tu tập thiền ba la mật. Vì Phật đạo nên siêng năng tinh tấn, khéo nhập xuất trụ nơi vô lượng muôn ngàn ức tam muội, được thần thông lớn, tu hạnh thanh tịnh đã lâu, hay khéo tập các pháp lành, giải nơi vấn đáp, thế gian ít có.”

Thứ sáu là Trí Huệ: Đôi khi khó mà vạch ra một cách rõ ràng sự khác biệt giữa “Buddhi” và “Jnana,” vì cả hai đều chỉ cái trí tương đối của thế tục cũng như trí siêu việt. Trong khi Prajna rõ ràng là cái trí siêu việt. Trí hiểu rõ các pháp, giữ vững trung đạo. Sự tu tập trí tuệ và tâm linh của một vị Bồ Tát đến giai đoạn đạt được trí ba la mật, từ đó các ngài thăng tiến tức thời để chuyển thành một vị Phật toàn giác. Sự kiện ý có nghĩa nhất của trình độ này và biểu tượng cao nhất của sự thành tựu tối thượng của Bồ Tát là bước vào trạng thái thiền định của tâm cân bằng được khởi lên từ trí tuệ bất nhị của tánh không. Đây cũng là bước khởi đầu của Bồ Tát vào cổng nhất thiết trí của một vị Phật, tức là trí tuệ tinh hoa nhất. Trí tuệ ba la mật có một phẩm chất phân tích như một đặc tính đặc thù của trí bất nhị phát khởi khi Bồ Tát đạt đến giai đoạn trí ba la mật. Vì vậy, trí tuệ bình thường nghiêng về phần tri giác trong khi trí tuệ ba la mật lại nghiêng về phần trực giác.

Trí tuệ ba la mật là cách nhìn đúng về sự vật và năng lực nhận định các khía cạnh chân thân thật của vạn hữu. Trí tuệ là khả năng nhận biết những dị biệt giữa các sự vật, đồng thời thấy cái chân lý chung cho các sự vật ấy. Tóm lại, trí tuệ là cái khả năng nhận ra rằng

bất cứ ai cũng có thể trở thành một vị Phật. Giáo lý của Đức Phật nhấn mạnh rằng chúng ta không thể nhận thức tất cả các sự vật trên đời một cách đúng đắn nếu chúng ta không có khả năng trọn vẹn hiểu biết sự dị biệt lẫn sự tương đồng. Chúng ta không thể cứu người khác nếu chúng ta không có trí tuệ, vì dù cho chúng ta muốn làm tốt cho kẻ khác để cứu giúp họ, nhưng không có đủ trí tuệ để biết nên làm như thế nào, cái gì nên làm và cái gì không nên làm, chúng ta có thể làm hại người khác chứ không làm được lợi ích gì cho họ. Không có chữ Anh nào tương đương với từ “Prajna” trong Phạn ngữ. Thật ra, không có ngôn ngữ Âu châu nào tương đương với nó, vì người Âu không có kinh nghiệm nào đặc biệt tương đương với chữ “prajna.” Prajna là cái kinh nghiệm một người có được khi người ấy cảm thấy cái toàn thể tính vô hạn của sự vật trong ý nghĩa căn bản nhất của nó, nghĩa là, nói theo tâm lý học, khi cái bản ngã hữu hạn đập vỡ cái vỏ cứng của nó, tìm đến với cái vô hạn bao trùm tất cả những cái hữu hạn do đó vô thường. Chúng ta có thể xem kinh nghiệm này giống với một trực giác toàn thể về một cái gì vượt qua tất cả những kinh nghiệm đặc thù riêng lẻ của chúng ta.

Trí huệ Ba La Mật hay Bát Nhã là trí tuệ siêu việt, yếu tố giác ngộ. Nó là trực giác thông đạt mọi pháp để chứng đạt chân lý, hay để nhìn vào chân lý cứu cánh của vạn hữu, nhờ đó mà người ta thoát ra ngoài triền phược của hiện hữu và trở thành tự chủ lấy mình. Bát Nhã hay Trí huệ Ba la mật được dùng để diệt trừ sự hôn ám ngu si. Trí huệ Ba la mật là cửa ngõ đi vào hào quang chư pháp, vì nhờ đó mà chúng ta đoạn trừ tận gốc rễ bóng tối của si mê. Trong các phiền não căn bản thì si mê là thứ phiền não có gốc rễ mạnh nhất. Một khi gốc rễ của si mê bị bật tung thì các loại phiền não khác như tham, sân, chấp trước, mạn, nghi, tà kiến, đều dễ bị bật gốc. Nhờ có trí huệ Ba La Mật mà chúng ta có khả năng dạy dỗ và hướng dẫn những chúng sanh si mê. Trí tuệ Bát Nhã khiến chúng sanh có khả năng đáo bỉ ngạn. Trí tuệ giải thoát là ba la mật cao nhất trong lục ba la mật, là phương tiện chánh để đạt tới niết bàn. Nó bao trùm sự thấy biết tất cả những huyễn hoặc của thế gian vạn hữu, nó phá tan bóng tối của si mê, tà kiến và sai lạc. Để đạt được trí huệ Ba La Mật, hành giả phải nỗ lực quán chiếu về các sự thực vô thường, vô ngã, và nhân duyên của vạn hữu. Một phen đào được gốc vô minh, không những hành giả tự giải thoát tự

thân, mà còn có thể giáo hóa và hướng dẫn cho những chúng sanh si mê khiến họ thoát ra khỏi vòng kềm tỏa của sanh tử.

Trí tuệ ba la mật là loại trí tuệ khiến chúng sanh có khả năng đáo bỉ ngạn. Trí tuệ giải thoát là ba la mật cao nhất trong lục ba la mật, là phương tiện chánh để đạt tới niết bàn. Nó bao trùm sự thấy biết tất cả những huyền hoặc của thế gian vạn hữu, nó phá tan bóng tối của si mê, tà kiến và sai lạc. Trí huệ Ba la mật là cửa ngõ đi vào hào quang chư pháp, vì nhờ đó mà chúng ta đoạn trừ tận gốc rễ bóng tối của si mê. Trong các phiền não căn bản thì si mê là thứ phiền não có gốc rễ mạnh nhất. Một khi gốc rễ của si mê bị bật tung thì các loại phiền não khác như tham, sân, chấp trước, mạn, nghi, tà kiến, đều dễ bị bật gốc. Nhờ có trí huệ Ba La Mật mà chúng ta có khả năng dạy dỗ và hướng dẫn những chúng sanh si mê. Để đạt được trí huệ Ba La Mật, hành giả phải nỗ lực quán chiếu về các sự thực vô thường, vô ngã, và nhân duyên của vạn hữu. Một phen đào được gốc vô minh, không những hành giả tự giải thoát tự thân, mà còn có thể giáo hóa và hướng dẫn cho những chúng sanh si mê khiến họ thoát ra khỏi vòng kềm tỏa của sanh tử.

Six Paramitas

According to the Sanskrit language, Paramita means crossing-over. Six Paramitas mean the six things that ferry one beyond the sea of mortality to nirvana. Six stages of spiritual perfection followed by the Bodhisattva in his progress to Buddhahood. The six virtues of perfection are not only characteristic of Mahayana Buddhism in many ways, they also contain virtues commonly held up as cardinal by all religious systems. They consist of the practice and highest possible development. Thus, practicing the six paramitas will lead the practitioner to cross over from the shore of the unenlightened to the dock of enlightenment. Devout Buddhists always know that the Six Paramitas are the basic methods of cultivation for a Buddhist, but we do not try to practice them. To meet anyone at anywhere we always talk about the Six Perfections, but when the situation comes, we do not want to practice giving, we do not keep the precepts, we cannot tolerate any circumstances, we are not vigorous, we do not set aside time to practice meditation, and as a result, we can not use real wisdom

to conduct our daily activities. So, what is the use of the cultivation of outside appearance? There are people who do not want to give out a cent; on the contrary, they demand others to give to them, the more the better. They always want to gain the advantage and not take a loss. We all know that holding precepts means keeping the precepts that the Buddha taught, but when states come, we break the precepts instead of keeping them. Although we all know that patience can take us to the other shore, but when we meet a difficult situation, we can never be patient. Everyone wants to be vigorous, but only vigorous in worldly businesses, not in cultivation. We all know that we should meditate to concentrate our mind so that wisdom can manifest, but we only talk and never practice. For these reasons, the Buddha taught the Six Perfections: giving means to give wealth or Buddhadharma to others, holding precepts means to keep the precepts that the Buddha taught and to refrain from wrong-doings, patience means to patiently endure the things that do not turn out the way we wish them to, vigor means to be vigorous in cultivation, meditation means to concentrate our mind until there are no more idle thoughts, and wisdom enables us to reach the other shore and end birth and death.

First, Almsgiving: Charity or Almsgiving in Sanskrit is “Dana”, meaning “almsgiving.” In general this refers to an attitude of generosity. It involves developing an attitude of willingness to give away whatever one has in order to benefit sentient beings. In Mahayana Buddhism, this is one of the six paramitas or virtues of perfection. Charitable giving, the presentation of gift or alms to monks and nuns (the virtue of alms-giving to the poor and needy or making gifts to a bhikkhu or community of bhikkhus). Voluntary giving of material, energy, or wisdom to others, regarded as one of the most important Buddhist virtues. Dana is one of the six perfections (paramitas) and one of the most important of the meritorious works that a Bodhisattva cultivates during the path to Buddhahood. In Theravada Buddhism, it is one of the ten “contemplations” (anussati) and the most important meritorious activities (punya). It is seen as a key component in the meditative path, as it serves to overcome selfishness and provide benefits in both the present and future lives. Nowadays, the practice of giving alms to monks and nuns by laypeople is also called “dana,” and it is one of the most important religious activities for non-monastics in

East Asian countries. Laypeople believe that gifts given to the Samgha would bring greater benefits than giving to other people, for besides the Buddha, monks and nuns are also referred as “fields of merit” in Buddhism.

One should help other people, as best as one can, to satisfy their needs. When giving charity, one does not cherish the thought that he is the giver, and sentient beings are the receivers, what is given and how much is given, thus, in one’s mind no arrogance and self-conceit would arise. This is an unconditioned alms-giving or compassion on equality basis. Dana paramita is also a gate of Dharma-illumination; for with it, in every instance, we cause creatures to be pleasant, we adorn the Buddhist land, and we teach and guide stingy and greedy living beings. Especially, Bodhisattvas give alms to all beings, so that they may be happy without investigating whether they are worthy or not. In the Jataka literature, many stories are found which show how the Bodhisattva fulfilled the Paramita-charitable giving, the former birth stories of Gautama, when he was a Bodhisattva, either in human form or non-human form, it is written that he practiced such types of Paramita-charitable giving. In the Mahakapi Jataka, the Bodhisattva is a great monkey leader, who at the attack by men of the Varanasi king, allowed fellow monkeys to pass off safely by treading on his body, stretched as the extension of a bridge. In the Sasa Jataka, the Bodhisattva is a young hare who offers his own body in the absence of any other thing to offer, just to observe the sacred vow. The story of Prince Vessantara, which is widely appreciated, shows Prince Vessantara in fulfillment of his vow to give whatever he is asked to give, not only surrenders the palladium of his father’s kingdom, but even his own wife and children. According to the Visuddhimaga, Great Enlightening Beings are concerned about the welfare of living beings, not tolerating the sufferings of beings, wishing long duration to the higher states of happiness of beings and being impartial and just to all beings, by fulfilling the Paramita-charitable giving they fulfill all other paramitas. According to the Apadana, the Bodhisattva gave the gift to the needy. He then observed precepts perfectly and fulfilled the paramitas in the worldly renunciation. He then attained the Supreme Enlightenment.

According to Vietnamese-Chinese terms, *Bố* means wide or unlimited, *Thí* means giving. “Charity” (*Bố Thí*) means to give without any limits. Almsgiving of food or doctrine, with resultant benefits now and also hereafter in the form of reincarnation, as neglect or refusal will produce the opposite consequences. The Buddha taught: “Greed is the origin of various pains and sufferings in the cycle of births and deaths. For if there is greed, there is attachment; if there is attachment, there is bondage; if there is bondage, there is the cycle of births and deaths; if there is a cycle of rebirths, one is still a sentient being; if one is still a sentient being, there are still pains, sufferings, and afflictions.” Realizing the calamities from greediness, the Buddha emphasized a dharma door of generosity. In the explanation of the Sutra on The Eight Realizations of the Great Beings, Zen Master Thích Nhất Hạnh explained “Practicing Generosity” as follow: ‘Practicing generosity means to act in a way that will help equalize the difference between the wealthy and the impoverished. Whatever we do to ease others’ suffering and create social justice can be considered practicing generosity. Practicing generosity is the first of the six paramitas. Paramita means to help others reach the other shore, the shore of liberation from sickness, poverty, hunger, ignorance, desires and passions, and birth and death. However, Buddha-dharma is always easy to speak but difficult to do. Giving means to give wealth or Buddha-dharma to others, but when you are in a situation to do so, you do not want to do. On the contrary, you demand that others give to you, the more the better. This is why people say “Buddha-dharma is always easy to speak but difficult to do.” Buddhists should know that both concepts of “giving to charity” and “making offerings” mean the same thing. With regard to sentient beings, this act is called “Giving.” With regard to parents, religious teachers, Patriarchs, and other enlightened beings, this act is called “Making offerings.” According to the *Visuddhimagga*, Buddhaghosa defines “Dana” as follows: “*Danam vuccati avakkhandham*”, means to give with heart is really called the “Dana”, though the word “Dana” literally stands for 1) charity, 2) generosity, 3) alms-giving, 4) liberality, etc. It is Bodhisattva’s perfection of gift when he offers, gives up or remains indifferent to his body.

Besides, there are other kinds of dana: *First*, giving out of gratitude or giving in return for kindness received or one gives, thinking: “He gave something.” This is one of the eight causes of dana or giving according to the Kosa Sastra. *Second*, giving courage to someone, or bestowing of courage. The bestowing of confidence by every true Buddhist, i.e. that none may fear him. Absence or removal of fear, one of the three forms of giving. Giving out of fear or giving for fear of evil or one gives from fear. This is one of the eight causes of dana or giving according to the Kosa Sastra and Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha. *Third*, giving for personal virtue or for the adornment of the heart and life. This is one of the eight causes of dana or giving according to the Kosa Sastra. *Fourth*, giving dedicated to enlightenment, transcended the created and the uncreated. *Fifth*, giving in hope of bliss in the heaven, or giving because of hoping to be reborn in a particular heaven. This is one of the eight causes of dana or giving according to the Kosa Sastra. *Sixth*, giving of the doctrine. Giving of the dharma to preach or to speak Dharma to save sentient beings. Giving the Buddha’s truth to save sentient beings. *Seventh*, giving because of tradition or custom or continuing the parental example of giving (one gives, thinking: “It is good to give.”). This is one of the eight causes of dana or giving according to the Kosa Sastra. *Eighth*, giving because of hoping to adorn and prepare one’s heart. This is one of the eight bases for giving according to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha. *Ninth*, giving as occasion offers, or giving of convenience or to those who come for aid. Giving according to wishes, satisfying others. This is one of the eight causes of dana or giving according to the Kosa Sastra and Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha. *Tenth*, giving appropriately, knowing superior, mediocre, and inferior. *Eleventh*, giving for acquiring a good reputation, or giving in hope of an honoured name (one gives, thinking: “If I make this gift I shall acquire a good reputation). This is one gives, thinking: “If I make this gift I shall acquire a good reputation. This is one of the eight bases for giving according to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha. This is also one of the eight causes of dana or giving according to the Kosa Sastra.

There are two kinds of dana or charity: *First*, giving of goods. *Second*, giving the Buddha’s truth to save sentient beings. There are

also two different kinds of dana or charity. First, pure or unsullied charity, which looks for no reward here but only hereafter (expecting no return). *Second*, impure or sullied charity whose object is personal benefit (expecting something in return). There are three levels of dana. The first level of dana is the low degree of dana-paramita. With compassion, a person gives alms (ordinary goods) to his relatives, wife, children... This is called Dana-parami or “given in low degree.” The second level of dana is the middle degree of dana-paramita. With compassion, a person his own head, eyes, arms, legs... This is called Dana-upparami or “given in middle degree.” The third level of dana is the high degree of dana-paramita. With compassion, a person gives his own life. This is called Dana-paramattha-parami or “given in high degree.” Besides, there are three different kinds of generosity: *The first kind of dana* is “Giving of material objects”. Giving of material goods, that is, to give others money or goods. In this world, there is no one who is unable to perform some form of giving. No matter how impoverished one is, he should be able to give alms to those who are worst off than he or to support a public work with however small a donation, if he has the will to do so. Even if there is someone who absolutely cannot afford to do so, he can be useful to others and to society by offering his services. Giving of goods (or donating material goods such as flesh, food, meat, prey, gift, etc). Giving of wealth includes both outer and inner wealth. The outer wealth refers to one’s kingdom and treasures, one’s wife and sons. Those who practice the Bodhisattva way have no mark of self so they are able to give away their kingdom, their homes and even their wives and sons. Sakyamuni Buddha for example should have become a king, but he chose instead to become a monk. He left his wife and his newly born son. Relinquishing the glory of royalty. He went to the state of homelessness. The inner wealth, on the other hand, refers to one’s own body, head, eyes, brains and marrow, skin, blood, flesh and bones. All can be given to others. *The second kind of dana* is the “giving of law”. If we feel satisfied only with the giving of wealth and materials, without helping sentient beings cultivate to transform their sufferings and afflictions, according to the Buddha is not enough. The Buddha reminded about the supreme method in helping sentient beings is to help them cultivate wholesome deeds. According to the Maharatnakuta

Sutra, Chapter XXIV, the Bodhisattva Wonderful Sound preaches Dharmaparyaya in various shapes to different beings according to their ability and capacity. In Chapter XXV, Avalokitesvara Bodhisattva also preaches Dharmaparyaya in various shapes to different beings. According to the Buddha, there are two gifts, the carnal and spiritual. Of these two gifts, the spiritual is prominent. Giving of law means to teach others rightly. A person who has knowledge or wisdom in some field should be able to teach others or guide them even if he has no money or is physically handicapped. Even a person of humble circumstances can perform giving of the Law. To speak of his own experience in order to benefit others can be his giving of the Law. Therefore, according to Buddhism, giving of the law is to teach and transform all living beings by explaining the Buddha-dharma to them. *The third kind of dana* is the “giving of fearlessness”. Giving of fearlessness means to remove the anxieties or sufferings of others through one’s own effort. To comfort others in order to help them overcome their difficult time can be considered as “giving of fearlessness.” When someone is terrified in encountering disasters or calamities, we try to use our own words or other efforts to remove his anxieties, sufferings and afflictions, this is the gift of fearlessness. The giving of fearlessness is the best way that can attribute a peaceful and happy atmosphere for everyone.

There are four kinds of dana: *First*, giving of pens for other people to write the sutras. *Second*, giving of ink for other people to write the sutras. *Third*, giving of the sutras for other people to recite. *Fourth*, preaching the sutras for sentient beings so that they can cultivate to liberate themselves. There are five kinds of almsgiving: *First*, offer the almsgiving to those from afar (a distance). *Second*, offer the almsgiving to those going afar (going to a distance). *Third*, offer the almsgiving to the sick. *Fourth*, offer the almsgiving to the hungry. *Sixth*, offer the almsgiving to those wise in Buddhist doctrine. Besides these five kinds of giving, there are five kinds of people who pretend to give out of goodness of their hearts: *The first kind of givers* are people who talk of goodness or giving, but they never carry out what they say, only hollow speech or empty promises. *The second kind of givers* are people who speech and actions contradict one another. *The third kind of givers* are people who give but their minds always hope that their actions will be

compensated and be returned in some way. *The fourth kind of givers* are people who give little but want a great deal in return. *The fifth kind of givers* are people who plant few seeds but wish to harvest abundance of fruits.

There are seven kinds of offerings: *First*, almsgiving to visitors or callers. *Second*, almsgiving to travellers. *Third*, almsgiving to the sick. *Fourth*, almsgiving to the nurses. *Fifth*, almsgiving to the monasteries. *Sixth*, almsgiving of daily food to the monks and nuns. *Seventh*, general almsgiving of clothing and food according to season. There are physical offerings (to offer service by one's labor), spiritual offerings (to offer a compassionate heart to others), offerings of eyes (to offer a warm glance to others which will give them tranquility), offerings of countenance (to offer a soft countenance with smile to others), oral offerings (to offer kind and warm words to relieve others), seat offerings (to offer one's seat to others), and offerings of shelters (to let others spend the night at one's home). There are seven grounds for a happy karma through benevolence to the needy: *First*, almsgiving to visitors, travellers or strangers. *Second*, help the sick and their nurses. *Third*, gifts of gardens and groves to monasteries. *Fourth*, regular provision of food for the monks and the nuns. *Fifth*, regular provision of clothes for the monks and the nuns. *Sixth*, regular provision of medicines to the monks and the nuns. *Seventh*, practice Almsgiving whenever possible. According to The Middle Length Discourses of the Buddha, Dakkhina-vibhanga Sutra, there are seven kinds of offerings made to the Sangha: *First*, one gives offering to a Sangha of both Bhikkhus and Bhikkhunis headed by the Buddha. *Second*, one gives offering to a Sangha of both Bhikkhus and Bhikkhunis after the Tathagata has attained final Nirvana. *Third*, one gives offering to a Sangha of Bhikkhus. *Fourth*, one gives offering to a Sangha of Bhikkhunis. *Fifth*, one gives offering and saying: "Appoint so many bhikkhus and Bhikkhunis for me from the Sangha. *Sixth*, one gives offering, saying: "Appoint so many Bhikkhus for me from the Sangha." *Seventh*, one gives offering, saying: "Appoint so many Bhikkhunis for me from the Sangha."

According to the Kosa Sastra, there are eight causes of dana or giving: *First*, one gives as occasion offers, or giving of convenience or to those who come for aid. *Second*, giving for fear of evil. One gives

from fear, or giving out of fear. *Third*, giving out of gratitude or giving in return for kindness received. One gives, thinking: “He gave me something.” *Fourth*, seeking-reward giving or anticipating gifts in return. One gives, thinking: “I give him something now, he will give me back something in the future.” *Fifth*, giving because of tradition or custom, continuing the parental example of giving (one gives, thinking: “It is good to give”). *Sixth*, giving because of hoping to be reborn in a particular heaven. *Seventh*, giving for gaining name and fame or giving in hope of an honoured name. One gives, thinking: “If I make this gift I shall acquire a good reputation. *Eighth*, giving for personal virtue or for the adornment of the heart and life. According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are eight bases for giving: *First*, one gives as occasion offer. *Second*, one gives from fear. *Third*, one gives, thinking, “He gave me something.” *Fourth*, one gives, thinking: “he will give me something.” *Fifth*, one gives, thinking: “it is good to give.” *Sixth*, one gives, thinking: “I am cooking something, they are not. It would not be right not to give something to those who are not cooking.” *Seventh*, one gives, thinking: “If I make this gift I shall acquire a good reputation. *Eighth*, one gives, thinking to adorn and prepare one’s heart.

According to the Flower Adornment Sutra, Chapter 38, there are ten kinds of pure giving of Great Enlightening Beings: Enlightening Beings who abide by these ten principles can accomplish the supreme, pure, magnanimous giving of Buddhas. *First*, impartial giving, not discriminating among sentient beings. *Second*, giving according to wishes, satisfying others. *Third*, unconfused giving, causing benefit to be gained. *Fourth*, giving appropriately, knowing superior, mediocre, and inferior. *Fifth*, giving without dwelling, not seeking reward. *Sixth*, open giving, without clinging attachment. *Seventh*, total giving, being ultimately pure. *Eighth*, giving dedicated to enlightenment, transcended the created and the uncreated. *Ninth*, giving teach to sentient beings, never abandoning them, even to the site of enlightenment. *Tenth*, giving with its three spheres pure, observing the giver, receiver, and gift with right awareness, as being like space.

There are also twelve kinds of people who have truly good heart and genuine giving: *First*, benefit others without asking for anything in return. *Second*, help others without wishing for something in return.

Third, make offerings to others without wishing for compensation, not even to be thanked. *Fourth*, lower themselves, or less emphasis on self-importance, so others' wishes will be fully realized. *Fifth*, let go of things that are difficult to let go. *Sixth*, tolerate things that are difficult to tolerate. *Seventh*, accomplish things that are difficult to accomplish. *Eighth*, rescue when it is difficult to rescue. *Ninth*, not to discriminate between relatives or strangers, but maintain an equal and fair mind in helping others as well as carrying out conducts that are proper to the truths. *Tenth*, speak of goodness, then they should be able to "make good" what they say. This means speech and action are consistent with one another. *Eleventh*, have kind and gentle souls, who often carry out wholesome conducts without boasting to everyone. *Twelfth*, have only intent is simply to help others. Otherwise, they do not hope for fame, praise, notoriety or for self-benefits.

Giving also includes boundless giving and no attachment in acts of charity: Boundless giving will bring the benefactors infinite and endless meritorious retributions. There are five categories of boundless giving. First, give to the Buddha. Second, give to the Sangha, or community of ordained Buddhist monks or nuns. Third, give to those who speak and elucidate the Proper Dharma. Fourth, give to one's father. Fifth, give to one's mother. According to the Diamond Sutra, the Buddha reminded Subhuti about "acts of charity without attachment" as follows: "Subhuti! Bodhisattvas in truth have no attachment in acts of charity. One should not attach to sight while giving. One should not attach to sound, smell, taste, touch, or consciousness in giving. Subhuti! Bodhisattvas should give without attachment. Why? If they do, the merits and virtues are immeasurable. Also, Subhuti! Bodhisattvas who give without attachment have equal amounts of merit and virtue. It is incomprehensible and immeasurable. Subhuti! If Bodhisattvas give with attachments, they are walking in darkness and see nothing. If Bodhisattvas give without attachments, they are walking under the sun and everything is clear."

In the Dharmapada Sutra, the Buddha taught: "Some people give according to their faith, or according to their pleasure. He who is envious of others' food and drink, will not attain tranquility by day or by night (Dharmapada 249). He who fully cut off, uprooted and destroyed such feeling, gain peace by day and by night (Dharmapada

250). No gift is better than the gift of Truth (Dharma). No taste is sweeter than the taste of truth. No joy is better than the joy of Truth. No conquest is better than the conquest of craving; it overcomes all suffering (Dharmapada 354). Human beings are damaged by lust just as weeds damage the fields. Therefore, what is given to those who are lustless, yields great reward (Dharmapada 356). Human beings are damaged by hatred in just the same manner as weeds damage the fields. Therefore, to give to those who are free from hatred, yields great reward (Dharmapada 357). Human beings are damaged by delusion just like weeds damage the fields. Therefore, to give to those who are free from delusion, yields great reward (Dharmapada 358). Human beings are damaged by craving just like weeds damage the fields. Therefore, to give to those who rid of craving, yields great reward (Dharmapada 359).” In the Forty-Two Sections Sutra, the Buddha taught: “When you see someone practicing the Way of Giving, help him joyously and you will obtain vast and great blessings. A Saramana asked: ‘Is there an end to those blessings?’ The Buddha said: ‘Consider the flame of a single lamp, though a hundred thousand people come and light their own lamps from it so that they can cook their food and ward off the darkness, the first lamp remains the same as before. Blessings are like this, too’ (Chapter 10). The Buddha said: “Giving food to a hundred bad people does not equal to giving food to a single good person. Giving food to a thousand good people does not equal to giving food to one person who holds the five precepts. Giving food to ten thousand people who hold the five precepts does not equal to giving food to a single Srotaapanna. Giving food to a million Srotaapannas does not equal to giving food to a single Sakridagamin. Giving food to ten million Sakridagamins does not equal to giving food to one single Anagamin. Giving food to a hundred million Anagamins does not equal to giving food to a single Arahant. Giving food to ten billion Arahants does not equal to giving food to a single Pratyekabuddha. Giving food to a hundred billion Pratyekabuddhas does not equal to giving food to a Buddha of the Three Periods of time. Giving food to ten trillion Buddhas of the Three Periods of time does not equal to giving food to a single one who is without thoughts, without dwelling, without cultivation, and without accomplishment (Chapter 11).” Charity does not merely mean to give away what one

has in abundance, but it involves even the giving-up of one's whole being for a cause. Charity, or giving, including the bestowing of the truth and courage giving on others. Giving Paramita is used to destroy greed, selfishness, and stinginess, at the same time to increase blessings. According to the Sutra In Forty-Two Sections, Chapter 10, the Buddha said: "When you see someone practicing the Way of Giving, help him joyously and you will obtain vast and great blessings. A Saramana asked: 'Is there an end to those blessings?' The Buddha said: 'Consider the flame of a single lamp, though a hundred thousand people come and light their own lamps from it so that they can cook their food and ward off the darkness, the first lamp remains the same as before. Blessings are like this, too'."

Paramita-charitable giving: One should help other people, as best as one can, to satisfy their needs. When giving charity, one does not cherish the thought that he is the giver, and sentient beings are the receivers, what is given and how much is given, thus, in one's mind no arrogance and self-conceit would arise. This is an unconditioned alms-giving or compassion on equality basis. Dana paramita is also a gate of Dharma-illumination; for with it, in every instance, we cause creatures to be pleasant, we adorn the Buddhist land, and we teach and guide stingy and greedy living beings. Some people think that they can only practice generosity if they are wealthy. This is not true. Some people who are wealthy seldom practice generosity. If they do, they do with the aim of gaining fame, merit, profiting, or pleasing others. Generous and compassion people are seldom rich. Why? First of all, because they always share whatever they have with others, secondly because they are not willing to enrich their lives financially at the cost of others' poverty. Thus, the Buddha reminded us on the "Generosity-Paramita." Generosity-Paramita means to we should consider everyone equally when we practice charitable giving, not discriminating against anyone, i.e. to give alms to relatives, and not to give alms to enemies, etc.

Charity or giving-paramita, is to give away for the benefit and welfare of all beings anything and everything one is capable of giving: not only material goods, but knowledge, worldly as well as religious or spiritual (or knowledge belonging to the Dharma, the ultimate truth). The Bodhisattvas were all ready to give up even their lives to save others. Charity does not merely mean to give away what one has in

abundance, but it involves even the giving-up of one's whole being for a cause. Charity, or giving, including the bestowing of the truth and courage giving on others. The path of giving. Giving Paramita is used to destroy greed, selfishness, and stinginess. The reward stimulated by Dana is Enrichment. The opposite of Charity is Meanness. In the Lotus Sutra, Introduction Chapter, Maitreya Bodhisattva addresses Manjusri Bodhisattva that within the ehile hair mark emitted by the Buddha, the World Honored One, he can see Bodhisattvas as numberless as the grains of the sands in the Ganges River are giving all kinds of charity such as gold, silver, pearls, seashell, diamonds. Not only do these Bodhisattvas give valuable objects, but they even give their bodies, their own flesh, their hands and feet. These Bodhisattvas practice such giving in order to attain the supreme enlightenment. According to the Maharatnakuta Sutra, Bodhisattvas who have attained the realization of the non-arising of dharmas always practice dana-paramita for the benefits of other sentient beings. In the Chapter XII: Devadatta, Sakyamuni Buddha himself describes that during many thousands of aeons that long back when he had been a king, he had taken the strong resolution to arrive at supreme perfect enlightenment. For that he exerted himself to fulfill the Six Paramitas and He has given innumerable without a thought of self-complacency. Also in this chapter, Bodhisattva Prajnakuta says that he himself had seen the Blessed Sakyamuni, the Thathagata performing numberless charitable tasks while he was striving after enlightenment. And during many aeons the Buddha did not feel satisfied about His arduous tasks. He went everywhere for the welfare of sentient beings.

Second, Observation of Precepts: Every one of us knows that holding precepts means holding precepts, but when challenges comes, we break the precepts instead of holding them. Keeping precepts teaches us that we cannot truly save others unless we remove our own cankers by living a moral and upright life. However, we must not think that we cannot guide others just because we are not perfect ourselves. Keeping precepts is also a good example for others to follow, this is another form of helping others. Holding the precepts also means to observe the precepts with the mind that does not move. No matter what state you encounter, your mind does not move. Even though when Mount T'ai has a landslide, you are not startled. When a beautiful

woman passes in front of you, you are not affected. This is the key to the door of the great enlightenment in Buddhism. This is also an essential samadhi for any Buddhist cultivator to turn states around. Whether the state is good or bad, pleasant or adverse, if you remain calm, composed, and not to break any precepts, the wind will surely calm down and the waves will naturally subside. The Sanskrit term “Sila” means observing the precepts, given by Buddha, which are conducive to moral life. In the case of the homeless ones, the precepts are meant to maintain the order of the brotherhood. The brotherhood is a model society the ideal of which is to lead a peaceful, harmonious life. Sila-paramita or pure observance of precepts (keeping the commandments, upholding the precepts, the path of keeping precepts, or moral conduct, etc) is the practicing of all the Buddhist precepts, or all the virtuous deeds that are conducive to the moral welfare of oneself and that of others. Maintaining Precept Paramita is used to destroy violating precepts and degrading the Buddha-Dharma. The rules of the perfect morality of Bodhisattvas, the second of the six paramitas. Bodhisattvas must observe the moral precepts and guard them as they would hold a precious pearl. Lay people, if they cannot observe two hundred-fifty or three hundred forty-eight precepts, they should try to observe at least five or ten precepts of wholesome actions: abstention from taking life, abstention from taking what is not given, abstention from wrong conduct, abstention from intoxicants, abstention from lying speech, abstention from harsh speech, abstention from indistinct prattling, abstention from covetousness, abstention from ill-will, abstention from wrong views. According to the Lotus Sutra, Bodhisattvas observe and guard the moral precepts as they would hold a precious pearl in their hand. Their precepts are not the slightest deficient. The perfection of morality lies in equanimity in thought and action toward the sinner and no remarkable pride to appreciate the merited. This is the non-clinging way of looking into things that provides reason to the thought of pure kind and a clear vision unblurred from biases.

Third, Endurance: Endurance is one of the most important qualities in nowadays society. If we do not have the ability to endure, we cannot cultivate the Way. Sakyamuni Buddha was endowed with all the virtues and became the Buddha through his constant practice. No

matter what biography of Sakyamuni Buddha we read or which of the sutras, we find that nowhere is it recorded that the Buddha ever became angry. However severely he was persecuted and however coldly his disciples turned against him and departed from him, he was always sympathetic and compassionate. As Buddhists, we should always remember that: “No action that makes Sakyamuni Buddha more disappointed than when we become angry about something and we reproach others or when we blame others for our own wrongs.” It does not really matter whether you sit in meditation or recite the Buddha’s name or recite the name of Bodhisattva Kuan-Shi-Yin, we need to have patience before we can succeed. If we lack patience, then we will never be able to cultivate any Dharma-door successfully. If we do not have patience we always feel that everything is wrong and bad. Nothing ever suits us. In short, if we are able to practice the “endurance” of the Bodhisattvas, we cease to become angry or reproachful toward others, or toward anything in the universe. We are apt to complain about the weather when it rains or when it shines, and to grumble about the dust when we have a day with fine weather. However, when through “endurance” we attain a calm and untroubled mind, we become thankful for both the rain and the sun. Then our minds become free from changes in our circumstances.

Patience means patiently endure the things that do not turn out the way you wish them to. “Kshanti” generally translated “patience,” or “resignation,” or “humility,” when it is one of the six Paramitas. But when it occurs in connection with the dharma that is unborn, it would be rather translated “acceptance,” or “recognition,” or “submission.” “Ksanti” is a Sanskrit term for an “attitude of forbearance,” one of the six paramitas. In Mahayana it is the third of the “perfection” that a Bodhisattva cultivates on the path to Buddhahood. Endurance is an especially important quality in Buddhism. Patience is one of the most attributes of a Buddhist practitioner. Patience is inner calm and strength that enables us to act clearly in any difficult situation. The Buddha always teaches his disciples: “If you try to rub two pieces of wood together to get fire, but before fire is produced, you stop to do something else, only to resume later, you would never obtain fire. Likewise, a person who cultivates sporadically, e.g., during retreats or on weekends, but neglects daily practice, can never achieve lasting

results. According to the Abhidharmakosa, “Kshanti” is used in a way contrasted to Jnana. Kshanti is not knowledge of certainty which Jnana is, for in Kshanti doubt has not yet been entirely uprooted.

Endurance must be cultivated in all circumstances: *First, endurance in adverse circumstances:* Patience is of utmost importance. We must endure the things that we ordinarily find unendurable. For instance, maybe we do not want to put up with a scolding, but if someone scold us, we should be happy about it. Perhaps we do not want to be beaten, but if someone beats us, we should be even happier. Perhaps we do not wish to die, because life is very precious. However, if someone wants to kill us, we should think thus: “This death can deliver us from the karmic obstacles of this life. He is truly our wise teacher.” *Second, endurance in the religious state:* Zen practitioner should sit in meditation until obtaining great samadhi. A person who cultivates the Dharma-door of reciting the Buddha’s name, he should be constantly mindful of the phrase “Namo Amitabha Buddha,” and never stop reciting it. Rain or shine, he should always recite the same phrase. We can only measure our level of attainment and patience of the body and mind when we are contempt, slandered, under calamities, under injustice and all other obstacles. If we want to accomplish the Bodhisattvahood, we should always be forbearing in both the body and the mind. Realization of the Dharma of non-appearance is called “Anutpattikadharmakshanti”. Calm rest, as a Bodhisattva, in the assurance of no rebirth. The stage of endurance, or patient meditation, that has reached the state where phenomenal illusion ceases to arise, through entry into the realization of the Void, or noumenal of all things. This is the recognition that nothing has been born or created in this world, that when things are seen from the point of view of absolute knowledge, they are Nirvana themselves, are not at all subject to birth and death. When one gains “Anutpattikadharmakshanti”, one has realized the ultimate truth of Buddhism.

There are three kinds of endurance: *First*, not being upset with those who harm us. This type of patience enables us to be clear-minded and calm no matter how others treat us. We usually blame the other person and become agitated when we receive harm. Sometimes our agitation takes the form of self-pity and depression, and we usually

complain about how badly others treat us. Other times, it becomes anger and we retaliate by harming the other person. We should always remember that if we want other people to forgive our shortcomings, other people do wish us to be tolerant too, and not to take what they say and do to heart when their emotions get out of control. *Second*, transcending problems and pain with a positive attitude. The patience to transcend problems enables us to transform painful situations, such as sickness and poverty, into supports for our Dharma practice. Rather than becoming depressed or angry when we're plagued with difficulties, we'll learn from these experiences and face them with courage. *Third*, enduring difficulties encountered in Dharma practice. Enduring difficulties makes us more compassionate toward those in similar situations. Our pride is deflated, our understanding of cause and effect increases, and we won't be lazy to help someone in need. Patience is a necessary quality when practicing Dharma. Sometimes it's difficult to understand the teachings of the Buddha, to control our minds, or to discipline ourselves. Patience helps us overcome this and to wrestle with our unruly minds. Rather than expecting instant results from practicing briefly, we'll have the patience to cultivate our minds continuously in a long period of time.

Also there are five kinds of Tolerance: These are five stages of Bodhisattva-ksanti, patience or endurance. *The first kind of endurance* is "self-control" or conquering tolerance. With this tolerance, the cultivator is able to drown all greed, hatred and ignorance. The causes of passion and illusion controlled but not finally cut off, the condition of the Differentiated Bodhisattvas, ten stages, ten practices, and ten dedications. *Second*, faith Tolerance from the stage of Joy, to the Land of Purity and the Land of Radiance. The cultivator purely believes that good deeds will result good consequences. *Third*, natural tolerance from the Blazing Land to the Land of Extremely Difficult to conquer. This tolerance using the pure Buddha-like intrinsic and natural that only Bodhisattvas have or the patience progress towards the end of mortality. *Fourth*, no-thought tolerance from the Far-Reaching Land to the Immovable Land and the Land of Good Thoughts. This is tolerance as vast and wide as the open sky or patience for full apprehension of the truth of no rebirth. *Fifth*, maha-nirvana tolerance, or Nirvana Tolerance, or the patience nirvana, the tolerance in the last stage of

Dharmamegha or the Land of Dharma Clouds. This is the tolerance of Buddha, everything is peaceful and tranquil or the patience that leads to complete nirvana.

Besides, there are also six kinds of endurance, eight kinds of endurance and ten kinds of endurance. Six kinds of endurance include faith patience or faith-endurance, ability to bear external hardships, ability to bear endurance during practicing, right patience or patience in any circumstances, undefiled endurance, and Omniscient endurance. Faith endurance means to abide patiently in the faith and repeat the name of Amitabha or to believe in the Truth and attain the patient faith. According to the T'ien-T'ai sect, the differentiated teaching means the unperturbed faith of the Bodhisattva that all dharma is unreal. Dharmakshanti means acceptance of the statement that all things are as they are, not being subject to the law of birth and death, which prevails only in the phenomenal world created by our wrong discrimination. Dharmakshanti also means patience attained through dharma to overcome illusion. Also, ability to bear patiently external hardships. Ability to bear endurance during practicing is stage during which Bodhisattvas who practice the ten kinds of dedication and meditation of the mean, have patience in all things for they see that all things, phenomena and noumena, harmonize. Right patience or patience in any circumstances. Undefiled endurance means the endurance of "Buddha-To-Be" stage of Bodhisattvas. The stage of undefiled endurance means the final stage of a Bodhisattva. Omniscient endurance, that of a Buddha.

The eight ksanti or powers of patient endurance, in the desire realm and the two realms above it. The eight powers of endurance are used to cease false or perplexed views in trailokya and acquire eight kinds of prajna or wisdom. Eight endurances include the four axioms or truth in the sense of desire. In the Sense of Desire, there are endurance or patience of suffering, endurance or patience of the cause of suffering, endurance or patience of the elimination of suffering, and endurance or patience of cultivation of the Path of elimination of suffering. Endurance or patience of suffering is one of the eight ksanti or powers of patient endurance, in the desire realm and the two realms above it. The eight powers of endurance are used to cease false or perplexed views in trailokya and acquire eight kinds of prajna or

wisdom. Endurance or patience of the cause of suffering is one of the eight ksanti or powers of patient endurance, in the desire realm and the two realms above it. The eight powers of endurance are used to cease false or perplexed views in trailokya and acquire eight kinds of prajna or wisdom. Endurance or patience of the elimination of suffering is one of the eight ksanti or powers of patient endurance, in the desire realm and the two realms above it. The eight powers of endurance are used to cease false or perplexed views in trailokya and acquire eight kinds of prajna or wisdom. Endurance or patience of cultivation of the Path of elimination of suffering in the realm sense desire is the path to eliminate all kinds of afflictions. Besides, there are four same kinds of endurance in the realm of form and formless. There are also eight kinds of patience that accompany with eight kinds of wisdom: *First*, patience with dharmas of suffering which goes along with wisdom concerning dharmas of suffering. *Second*, patience with kinds of suffering which goes along with wisdom concerning kinds of suffering. *Third*, patience with dharmas of accumulation which goes along with wisdom concerning dharmas of accumulation. *Fourth*, patience with kinds of accumulation which goes along with wisdom concerning kinds of accumulation. *Fifth*, patience with dharmas of extinction which goes along with wisdom concerning dharmas of extinction. *Sixth*, patience with kinds of extinction which goes along with wisdom concerning kinds of extinction. *Seventh*, patience with dharmas of the way which goes along with wisdom concerning dharmas of the way. *Eighth*, patience with kinds of the way which goes along with wisdom concerning kinds of the way.

According to The Flower Adornment Sutra (The Flower Adornment Sutra, Chapter 29), there are ten kinds of acceptance: Enlightening Beings who attain these ten acceptances will manage to arrive at the stage of unhindered acceptance. They are acceptance of the voice of the teaching, conformative acceptance, acceptance of the nonorigination of all things, acceptance of illusoriness, acceptance of being miragelike, acceptance of being dreamlike, acceptance of being echolike, acceptance of being like a reflection, acceptance of being fanthomlike, and acceptance of being spacelike. According to the Flower Adornment Sutra, Chapter 38, there are ten kinds of pure tolerance of Great Enlightening Beings. Enlightening Beings who

abide by these can attain all Buddhas' supreme tolerance of truth, understanding without depending on another. *First*, pure tolerance calmly enduring slander and vilification, to protect sentient beings. *Second*, pure tolerance calmly enduring weapons, to protect self and others. *Third*, pure tolerance not arousing anger and viciousness, the mind being unshakable. *Fourth*, pure tolerance not attacking the low, being magnanimous when above. *Fifth*, pure tolerance saving all who come for refuge, giving up one's own life. *Sixth*, pure tolerance free from conceit, not slighting the uncultivated. *Seventh*, pure tolerance not becoming angered at injury, because of observation of illusoriness. *Eighth*, pure tolerance not revenging offenses, because of not seeing self and other. *Ninth*, pure tolerance not following afflictions, being detached from all objects. *Tenth*, pure tolerance knowing all things have no origin, in accord with the true knowledge of Enlightening Beings, entering the realm of universal knowledge without depending on the instruction of another.

In the Dharmapada Sutra, the Buddha taught: "As an elephant in the battlefield endures the arrows shot from a bow, I shall withstand abuse in the same manner. Truly, most common people are undisciplined (who are jealous of the disciplined) (Dharmapada 320). To lead a tamed elephant in battle is good. To tame an elephant for the king to ride it better. He who tames himself to endure harsh words patiently is the best among men (Dharmapada 321)." According to the Sutra in Forty-Two Sections, Chapter 15, a Sramana asked the Buddha: "What is the greatest strength? What is the utmost brilliance?" The Buddha said: "Patience under insult is the greatest strength because those who are patient do not harbor hatred and they are increasingly peaceful and settled. Those who are patient are without evil and will certainly be honored among people. To put an end to the mind's defilements so that it is pure and untainted is the utmost brilliance. When there is nothing in any of the ten directions throughout existence, from before the formation of heaven and earth, until this very day, that you do not see, know or hear, when all-wisdom is obtained (achieved), that can be called brilliance."

Ksanti-paramita or Patience-paramita or humility is sometimes rendered patience, but humility is more to the point. Rather than merely enduring all sorts of ills of the body, it is the feeling of

unworthiness, limitlessness, and sinfulness. In other words, humility or patience, or forbearance under insult of other beings as well hot and cold weather. Tolerance Paramita is used to destroy anger and hatred. Endurance-paramita, or forbearance paramita, patience paramita, or ksanti-paramita is the third of the six paramitas. It means to bear insult and distress without resentment, it is also a gate of Dharma-illumination; for with it, we abandon all anger, arrogance, flattery, and foolery, and we teach and guide living beings who have such vices. There are Bodhisattvas who have left home to become Bhiksus and dwell deep in the forest or in mountain caves. Evil people may strike or rebuke them, the Bodhisattvas must endure patiently. When evil beasts bite them, they must also be patient and not become frightened, their minds must always remain calm and unperturbed. In cultivating patience, Bodhisattvas calmly endure the abuse, criticism and threat from proud monks. They endure all this without getting angry. They are able to bear all this because they seek the Buddha Way as in Vajraccedika Prajna Paramita Sutra, the Buddha told Subhuti: "Subhuti, the Tathagata speaks of the perfection of patience which is not but is called the perfection of patience. Why? Because Subhuti, in a past, when my body was mutilated by Kaliraja, I had at that time no notion of an ego, no notion of a personality, no notion of a being and a life, I would have been stirred by feelings of anger and hatred. Subhuti, I also remember that in the past, during my former five hundred lives, I was a Ksanti and held no conception of an ego, no conception of a personality, no conception of a being and a life. Therefore, Subhuti, Bodhisattvas should forsake all conceptions of form and resolve to develop the Supreme Enlightenment Mind. Their minds should not abide in form, sound, smell, taste, touch and dharma. Their minds should always abide nowhere. If mind abides somewhere it should be in falsehood. This is why the Buddha says Bodhisattvas' minds should not abide in form when practicing charity. Subhuti, all Bodhisattvas should thus make offering for the welfare of all living beings. The Tathagata speaks of forms which are not forms and of living beings who are not living beings." Endurance-paramita, or forbearance paramita, patience paramita, or ksanti-paramita is the third of the six paramitas. It means to bear insult and distress without resentment, it is also a gate of Dharma-illumination; for with it, we abandon all anger,

arrogance, flattery, and foolery, and we teach and guide living beings who have such vices.

Fourth, Right Effort: Our mind is easy to set great effort but is also easily prone to retrogression; once hearing the dharma and advice, we bravely advance with our great efforts, but when we encounter obstacles, we not only grow lax and lazy retrogression, but also change our direction and sometimes fall into heterodox ways. In Buddhism, devotion is also one of the seven bodhyanga, vigour, valour, fortitude, virility. For the sake of welfare and happiness of others Bodhisattvas constantly exert their energy or perseverance. Here “Virya” does not mean physical strength though this is an asset, but strength of character, which is far superior. It is defined as the persistent effort to work for the welfare of others both in thought and deed. Firmly establishing himself in this virtue, the Bodhisattva develops self-reliance and makes it one of his prominent characteristics. The Virya of a Bodhisattva is clearly depicted in the Mahajanaka Jataka. Shipwrecked in the open sea for seven days, he struggled on without once giving up hope until he was finally rescued. Failures he views as steps to success, opposition causes him to double his exertion, dangers increase his courage, cutting his way through difficulties, which impair the enthusiasm of the feeble, surmounting obstacles, which dishearten the ordinary, he look straight toward his goal. Nor does he ever stop until his goal is reached. Effort in Buddhism implies mental energy and not physical strength. The latter is dominant in animals whereas mental energy is so in man, who must stir up and develop this mental factor in order to check evil and cultivate healthy thoughts. Sincere Buddhists should never give up hope or cease to make an effort, for even as a Bodhisattva, the Buddha never ceased to strive courageously. He was a typical example of energy. According to the Buddhavamsa, as an aspirant for Buddhahood, the Buddha was inspired by the words of his predecessors: “Be full of zealous effort. Advance!” In His endeavor to gain final enlightenment, the Buddha spared no effort. With determined persistence, he advanced towards his goal, his enlightenment, caring nothing for life.

The Sanskrit term “Virya” etymologically means “virility.” It is always to be devoted and energetic in carrying out everything that is in accordance with the Dharma. Devotion or Striving means a constant

application of oneself to the promotion of good. In general, virya refers to an attitude of sustained enthusiasm for religious practice. The Mahayanists' life is one of utmost strenuousness not only in this life, but in the lives to come, and the lives to come may have no end. Virya also means energy or zeal (earnestness, diligence, vigour, or the path of endeavor) and progress in practicing the other five paramitas. Vigor Paramita is the fourth of the six paramitas, and it is used to destroy laziness and procrastination. Here a monk, on seeing an object with the eye (or hearing the sounds, or smelling a smell, tasting a flavour, touching an object), does not grasp at the whole or its details, striving to restrain what might cause evil, unwholesome states, such as hankering or sorrow, to flood in on him. Thus he watches over the sense of sight and guards it (watches over the sense of hearing, smelling, tasting, touching and guards them). He is said to have the effort of restraint. Effort in Buddhism implies mental energy and not physical strength. What is the effort to abandon? Effort to abandon means the effort or the will to abandon the evil, unwholesome thoughts that have already arisen. Here the practitioner does not admit sense desire that have arisen, but abandons, discards and repels them, makes an end of them. The practitioner should do the same with regard to thoughts of ill-will and of harm that have arisen. Here a monk who does not assent to a thought of lust, of hatred, of cruelty, makes them disappear. This monk is said to have the effort of abandoning. Effort to maintain means to try to maintain wholesome thoughts that have already arisen. Here a monk who keeps firmly in his mind a favourable object of concentration which has arisen, such as a skeleton, or a corpse that is full of worms, blue-black, full of holes, bloated. He is said to have the effort of preservation. What is the effort to prevent? Effort to prevent means the effort or the will to prevent the arising of evil, of unwholesome thoughts that have not yet arisen. When a practitioner sees a form, hears a sound, smells an odor, tastes a flavor, feels some tangible thing, or cognizes a mental object, and so forth, he apprehends neither signs nor particulars. That is, he is not moved by their general features or by their details. Therefore, evil and unwholesome thoughts can not break in upon one who dwells with senses restrained. He applies himself to such control, he guards over the senses, restrains the senses. What is the effort not to initiate sins not yet arisen? Endeavor to prevent evil

from forming. Preventing evil that hasn't arisen from arising (to prevent any evil from starting or arising). To prevent demerit from arising. Here a monk rouses his will, makes an effort, stirs up energy, exerts his mind and strives to prevent the arising of unarisen evil unwholesome mental states. What is the effort to initiate virtues not yet arisen? Endeavor to start performing good deeds. Bringing forth goodness not yet brought forth (bring good into existence). To induce the doing of good deeds. Here a monk rouses his will, makes an effort, stirs up energy, exerts his mind and strives to produce unarisen wholesome mental states.

What is the effort to consolidate, increase, and not deteriorate virtues already arisen, or endeavor to perform more good deeds? Effort to consolidate, increase, and not deteriorate virtues already arisen, one of the four right efforts. Effort to consolidate, increase, and not deteriorate virtues already arisen. Developing goodness that has already arisen (develop existing good), or to increase merit when it was already produced, or to encourage the growth and continuance of good deeds that have already started. Developing goodness that has already arisen (develop existing good). To increase merit when it was already produced. To encourage the growth and continuance of good deeds that have already started. Here a monk rouses his will, makes an effort, stirs up energy, exerts his mind and strives to maintain wholesome mental states that have arisen, not to let them fade away, to bring them to greater growth, to the full perfection of development. What is the effort to develop? Effort in Buddhism implies mental energy and not physical strength. What is the effort to develop? Effort to develop means to put forth the effort or the will to produce and develop wholesome thoughts that have not yet arisen. Here a practitioner develops the Factors of Enlightenment based on seclusion, on dispassion, on cessation that ends in deliverance, namely: Mindfulness, Investigation of the Dhamma, Energy, Rapturous Joy, Calm, Concentration and Equanimity, based on solitude, detachment, extinction, leading to maturity of surrender. He is said to have the effort of development. In Buddhist cultivation, diligent cultivation does not only include meditation, correct sitting and controlling the breath; or that we must not be lazy, letting days and months slip by neglectfully, we should also know how to feel satisfied with few

possessions and eventually cease looking for joy in desires and passions completely. Diligent cultivation also means that we must use our time to meditate on the four truths of permanence, suffering, selflessness, and impurity. We must also penetrate deeply into the profound meaning of the Four Foundations of Mindfulness to see that all things as well as our bodies are constantly changing from becoming, to maturing, transformation, and destruction. Diligent cultivation also means to obtain correct understanding and concentration so that we can destroy narrow-mindedness. Among the basic desires and passions, narrow-mindedness has the deepest roots. Thus, when these roots are loosened, all other desires, passions, greed, anger, ignorance, and doubt are also uprooted.

Beside right effort, Buddhist teachings also have Virya-Paramita. Virya-paramita or “making right efforts.” means to proceed straight forward an important target without being distracted by trivial things. We cannot say we are assiduous when our ideas and conduct are impure, even if we devoted ourselves to the study and practice of the Buddha’s teachings. Even when we devote ourselves to study and practice, we sometimes do not meet with good results or may even obtain adverse effects, or we may be hindered in our religious practice by others. But such matters are like waves rippling on the surface of the ocean; they are only phantoms, which will disappear when the wind dies down. Therefore, once we have determined to practice the bodhisattva-way, we should advance single-mindedly toward our destination without turning aside. This is “making right efforts.” Devotion or Striving means a constant application of oneself to the promotion of good. The Mahayanists’ life is one of utmost strenuousness not only in this life, but in the lives to come, and the lives to come may have no end. Virya also means energy or zeal (earnestness, diligence, vigour, the path of endeavor) and progress in practicing the other five paramitas. Vigor Paramita is used to destroy laziness and procrastination.

According to Zen Master Thích Nhất Hạnh in the explanation of the sutra on the Eight Realizations of the Great Beings, diligence-paramita is one of the most important subjects of meditation in Buddhism. Diligent practice destroys laziness. After we cease looking for joy in desires and passions and know how to feel satisfied with few

possessions, we must not be lazy, letting days and months slip by neglectfully. Great patience and diligence are needed continually to develop our concentration and understanding in the endeavor of self-realization. We must whatever time we have to meditate on the four truths of impermanence, suffering, selflessness, and impurity. We must penetrate deeply into the profound meaning of the Four Foundations of Mindfulness, practicing, studying, and meditating on the postures and cycles of becoming, maturing, transformation, and destruction of our bodies, as well as our feelings, sensations, mental formations, and consciousness. We should read sutras and other writings which explain cultivation and meditation, correct sitting and controlling the breath, such as The Satipatthana Sutta and The Maha Prajna Paramita Heart Sutra. We have to follow the teachings of these sutras and practice them in an intelligent way, choosing the methods which best apply to our own situation. As necessary, we can modify the methods suggested in order to accommodate our own needs. Our energy must also be regulated until all the basic desires and passions, greed, anger, narrow-mindedness, arrogance, doubt, and preconceived ideas, are uprooted. At this time we will know that our bodies and minds are liberated from the imprisonment of birth and death, the five skandhas, and the three worlds.

Virya paramita is a gate of Dharma-illumination; for with it, we completely attain all good dharmas, and we teach and guide lazy living beings. This is the fourth of the six paramitas. Virya is resolution in pursuing the goal of cultivation. Virya is the source of energy to begin any Buddhist's cultivation career and to see it through full awakening. Energy and stamina serve as armor in encounters with difficulties and provide the encouragement necessary to avoid depression. Energy also produces enthusiasm and good spirits. Energy also helps us to accomplish the welfare of all living beings. According to the Lotus Sutra, a Bodhisattva should strive with heroic vigor for purification. The Lotus Sutra also depicts in detail the way Bodhisattvas practice Virya-paramita by going without eating and sleeping to study the Buddha-dharma. They do not deliberately refrain from food in order to cultivate Buddhahood. In fact, they just forget the idea of food and sleep. They think only of cultivating and studying the Buddha-dharma for getting Supreme Enlightenment.

Fifth, Dhyana: Dhyana means meditation, not in the sense of meditating on a moral maxim or a philosophical saying, but the disciplining of oneself in tranquillization. In other words, Dhyana (meditation, contemplation, quiet thoughts, abstraction, serenity) means the path of concentration of mind to stop the scattered mind. Meditation Paramita is used to destroy chaos and drowsiness. Dhyana is retaining one's tranquil state of mind in any circumstance, unfavorable as well as favorable, and not being at all disturbed or frustrated even when adverse situations present themselves one after another. This requires a great deal of training. We practice meditation because we want to concentrate our mind until there are no more idle thoughts, so that our wisdom can manifest. The attainment of perfection in the mystic trance, crossing the shore of birth and death. This is the fifth of the six paramitas. "Dhyana" in Sanskrit and "Zenjo" in Japanese. "Zen" means "a quiet mind" or "an unbending spirit," and "jo" indicates the state of having a calm, unagitated mind. It is important for us not only to devote ourselves to the practice of the Buddha's teachings but also to view things thoroughly with a calm mind and to think them over well. Then we can see the true aspect of all things and discover the right way to cope with them. According to the Lotus Sutra, Chapter XV "Emerging from the Earth", the Buddha taught: "The Dhyana-paramita which Bodhisattvas attained not only in one kalpa but numerous. These Bodhisattvas have already for immeasurable thousands, ten thousands, millions of kalpas applied themselves diligently and earnestly for the sake of the Buddha way. They have acquired great transcendental powers, have over a long period carried out brahma practices, and have been able to step by step to practice various good doctrines, becoming skilled in questions and answers, something seldom known in the world.

Sixth, Prajna: The difference between Buddhi and Jnana is sometimes difficult to point out definitively, for they both signify worldly relative knowledge as well as transcendental knowledge. While Prajna is distinctly pointing out the transcendental wisdom. Knowledge paramita or knowledge of the true definition of all dharmas. The cultivation of the Bodhisattva's intellectual and spiritual journey comes with his ascent to the Jnana Paramita, then immediately preceding his transformation into a fully awakened Buddha. The most

significant event in this level and the paramount symbol of the Bodhisattva's highest accomplishment, is entrance into a meditative state of balanced concentration immersed in non-dualistic knowledge of emptiness. This event is represented by his initiation into the omniscience of a perfect Buddha, which is quintessential perfection. Knowledge perfection or Prajna paramita has an analysis quality which does not seem to figure as a specific characteristic of non-dualistic knowledge developed by the Bodhisattva at the stage of Jnana Paramita. So, whereas Jnana refers more to intellectual knowledge, Prajna paramita has more to do with intuition.

The prajna-paramita or paramita wisdom means the right way of seeing things and the power of discerning the true aspects of all things. Wisdom is the ability both to discern the differences among all things and to see the truth common to them. In short, wisdom is the ability to realize that anybody can become a Buddha. The Buddha's teachings stress that we cannot discern all things in the world correctly until we are completely endowed with the ability to know both distinction and equality. We cannot save others without having wisdom, because even though we want to do good things to others but we don't have adequate knowledge on what should be done and what should not be done, we may end up doing some harm to others. There is no corresponding English word for prajna, in fact, no European word, for it, for European people have no experience specifically equivalent to prajna. Prajna is the experience a man has when he feels in its most fundamental sense the infinite totality of things that is, psychologically speaking, when the finite ego, breaking its hard crust, refers itself to the infinite which envelops everything that is finite and limited and therefore transitory. We may take this experience as being somewhat akin to a totalistic intuition of something that transcends all our particularized, specified experiences.

Wisdom-paramita or the path of wisdom means transcendental knowledge. This is what constitutes enlightenment; it is an intuition into the power to discern reality or truth, or into the ultimate truth of things, by gaining which one is released from the bondage of existence, and becomes master of one's self. Wisdom Paramita is used to destroy ignorance and stupidity. The prajna-paramita is a gate of Dharma-illumination; for with it, we eradicate the darkness of ignorance.

Among the basic desires and passions, ignorance has the deepest roots. When these roots are loosened, all other desires and passions, greed, anger, attachment, arrogance, doubt, and wrong views are also uprooted. The prajna wisdom which enables one to reach the other shore, i.e. wisdom for salvation; the highest of the six paramitas, the virtue of wisdom as the principal means of attaining nirvana. It connotes a knowledge of the illusory character of everything earthly, and destroys error, ignorance, prejudice, and heresy. In order to obtain wisdom-paramita, practitioner must make a great effort to meditate on the truths of impermanence, no-self, and the dependent origination of all things. Once the roots of ignorance are severed, we can not only liberate ourselves, but also teach and guide foolish beings to break through the imprisonment of birth and death.

The prajna-paramita is the wisdom which enables one to reach the other shore, i.e. wisdom for salvation; the highest of the six paramitas, the virtue of wisdom as the principal means of attaining nirvana. It connotes a knowledge of the illusory character of everything earthly, and destroys error, ignorance, prejudice, and heresy. The prajna-paramita is a gate of Dharma-illumination; for with it, we eradicate the darkness of ignorance. Among the basic desires and passions, ignorance has the deepest roots. When these roots are loosened, all other desires and passions, greed, anger, attachment, arrogance, doubt, and wrong views are also uprooted. In order to obtain wisdom-paramita, practitioner must make a great effort to meditate on the truths of impermanence, no-self, and the dependent origination of all things. Once the roots of ignorance are severed, we can not only liberate ourselves, but also teach and guide foolish beings to break through the imprisonment of birth and death.

Tuyển Luận Thứ Mười Tám
The Eighteenth Selective Essay

Tam Pháp Ấn

Người Phật tử nhất định phải có một nền tảng tu hành vững chắc, trong đó chúng ta không thể thiếu việc thông hiểu Tam Pháp Ấn. Tam Pháp Ấn là ba dấu hiệu mà Đức Phật đã tuyên bố chung cho vạn hữu, hay ba dấu hiệu phân biệt (ba dấu hiệu của hiện hữu): vô thường, khổ và vô ngã. Lại có ba pháp ấn khác: vô thường, khổ, và niết bàn. Đối với hành giả, tam pháp ấn không phải là ba pháp khác nhau, mà là từ ba quan điểm để xem một pháp, đó là sinh mệnh của mình. Vì thế các bạn có thể hiểu được sinh mệnh của chính mình từ ba quan điểm này và sẽ thấy chúng chồng chéo lên nhau như thế nào. Thí dụ như khi hiểu rõ bản chất của vô thường thì các bạn sẽ hiểu rõ bản chất của khổ và vô ngã. Khi hiểu vô ngã là hiểu rõ Niết bàn tịch tĩnh. Tam Pháp Ấn là ba đặc tính phổ quát của cuộc sống. Đây là một phần quan trọng trong giáo lý của Đức Phật. Bất cứ Phật tử thuần thành nào tỉnh thức được tam pháp ấn là đã một bước tiến gần đến giác ngộ. Nhiều người không để ý, cũng giống như những giáo lý quan trọng khác như Tứ Diệu Đế, Bát Thánh Đạo, lý Nhân Duyên, Giới Định, Ngũ Uẩn, vân vân, kỳ thật tam pháp ấn cũng là một phần của tuệ học. Nói cách khác, một khi chúng ta am hiểu được lẽ thật của “Tam Pháp Ấn”, chúng ta đã đạt được trí tuệ cần thiết cho việc tu tập giải thoát. Nói là ba đặc tính, kỳ thật đây là ba chân của chiếc ghế “bản chất thật của vạn hữu” mà chân này liên quan mật thiết với chân kia. Nếu chúng ta thiếu mất một đặc tính thì nguyên lý “Tam Pháp Ấn” trở nên vô nghĩa; hoặc giả như chiếc ghế kia thiếu một chân thì nó không thể nào đứng vững được. Đức Phật luôn nhấn mạnh đến “Tam Pháp Ấn” như là ba đặc tính trọng yếu của đạo Phật, vì thứ nhất “Tam Pháp Ấn” luôn liên hệ đến cuộc sống, thứ nhì chúng luôn được tìm thấy trong cuộc sống, và thứ ba chúng là tiêu chuẩn được dùng để thẩm định chân giáo pháp trong Phật giáo (giáo lý nhà Phật luôn song hành với vô thường, khổ và vô ngã). Chính vì vậy mà khi Đức Phật nói cuộc sống này có ba đặc tính, Ngài muốn nhấn mạnh rằng ba đặc tính này lúc nào cũng hiện hữu trong cuộc sống, và chính ba đặc tính này giúp chúng ta biết được phải làm gì với cuộc sống để có được hạnh phúc miên viễn. Phật tử

chân thuần nên luôn nhớ rằng bất cứ một bài thuyết giảng nào mà không hội đủ ba đặc tánh hay tam pháp ấn này, đều không thuộc về Phật giáo.

Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có năm nhóm cấu thành một con người (ngũ uẩn). Ngũ uẩn là năm thứ làm thành con người. Ngũ uẩn là căn đế của mọi si mê làm cho chúng sanh xa rời Phật Tánh hằng hữu của mình. Ngũ uẩn được coi như là những ma quân chống lại với Phật tính nơi mỗi con người. Sắc cùng bốn yếu tố tinh thần cùng nhau kết hợp thành đời sống. Bản chất thực sự của năm uẩn này được giải thích trong giáo lý của nhà Phật như sau: “Sắc tương đồng với một đồng bọt biển, thọ như bọt nước, tưởng mô tả như ảo ảnh, hành như cây chuối và thức như một ảo tưởng. Theo kinh Vô Ngã Tướng, Đức Phật dạy: “Này các Tỳ Kheo, sắc không phải là ngã. Vì này các Tỳ Kheo, nếu sắc là ngã, thì thân này sẽ không bị bệnh và chúng ta có thể nói ‘ước mong sắc của ta được như vậy, ước mong sắc của ta không phải như vậy. Nhưng vì này các Tỳ Kheo, sắc thân không phải là Ngã cho nên thân này bị bệnh và chúng ta không thể nói ‘ước mong cho sắc của ta được như vậy, hay ước mong cho sắc ta không phải như vậy. Lại nữa này các Tỳ Kheo, các ông nghĩ thế nào? Sắc là thường hay vô thường?’ Bạch Đức Thế Tôn: “Sắc là vô thường.” “Cái gì vô thường thì tạo khổ đau hay lạc thú?” Bạch Đức Thế Tôn: “Nó tạo khổ đau.” Vậy cái gì vô thường, khổ đau, chịu sự biến hoại thì có thể nào suy nghĩ theo cách này: “Cái này là của tôi, cái này là tự ngã của tôi, được chăng?” Bạch Đức Thế Tôn: “Không thể như vậy được.” Như vậy bằng phương pháp phân tích, Đức Phật đã nhìn nhận sự hiện diện của khổ đau trên đời này. Ngài cho thấy rằng luyến ái mọi vật mà không có chánh kiến về thực chất của chúng là nguyên nhân của khổ đau. Tánh vô thường và biến đổi vốn có sẵn trong bản chất của vạn hữu. Đây là bản chất của chúng ta và đây là chánh kiến. Thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy. Nếu chúng ta không chấp nhận điều này, chắc chắn chúng ta sẽ gặp nhiều điều xung đột mâu thuẫn vì chúng ta không thể nào thay đổi được bản chất của vạn hữu và kết quả là ‘niềm hy vọng xa dần khiến cho chúng ta đau khổ. Vậy giải pháp duy nhất là ở chỗ phải điều chỉnh quan điểm của chính mình.

Three Dharma Seals

Buddhists must definitely build up their foundation in which we cannot lack understanding of the three dharma seals. Three Dharma Seals are three marks of existence, or three characteristics of existence that the Buddha declared are common to all phenomena, or the three marks that refers to impermanence (anitya), suffering or unsatisfactoriness (duhkha) and egolessness or anatman. There are three other kinds of dharma seals: impermanence, suffering or dissatisfaction, and nirvana. For practitioners, these three dharma seals are not three different things but rather one thing that is your life from three different perspectives. So you can appreciate your life from these perspectives and see how easily they overlap. For example, when you understand impermanence, you understand the nature of suffering and no-self. When you understand no-self that is the peace of Nirvana. Three Dharma Seals are three characteristics of existence are universal in daily life. Any devout Buddhist who becomes aware of these three characteristics is a step closer to enlightenment. Many people are not aware of this, like the Four Noble Truths, the Eightfold Noble Path, the Principle of Cause and Effect, Precepts and Samadhi, and so on. As a matter of fact, the three characteristics of existence are also part of what we call the doctrinal contents of wisdom. In other words, when we thoroughly understand the real meanings of the three characteristics of existence, we are reaching the wisdom that is necessary for the cultivation of liberation. Even though we speak of the three characteristics, we really speak of a three-legged chair of the “real nature of things”. One characteristic or one leg of this chair is closely related to the other. If we miss just one characteristic, the principle of the three characteristics becomes meaningless; or if the chair lacks one leg, it cannot stand steadily. The Buddha always emphasized on the “Three Characteristics of existence” because, first, they refer to facts about the nature of existence, second, they are always found in daily life, and third, they are standards that Buddhism uses to determine real teachings of its own. So when the Buddha said that there are three characteristics of existence, He meant that these characteristics are always present in existence, and that they help us to understand what to do with existence in order to have an eternal happiness for ourselves.

Devout Buddhists should always remember that any lectures that do not meet these three characteristics of existence of three Dharma Seals, they do not belong to Buddhism.

According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are five aggregates (five skandhas). The aggregates which make up a human being. The five skandhas are the roots of all ignorance. They keep sentient beings from realizing their always-existing Buddha-Nature. The five aggregates are considered as maras or demons fighting against the Buddha-nature of men. In accordance with the Dharma, life is comprised of five aggregates (form, feeling, perception, mental formation, consciousness). Matter plus the four mental factors classified below as feeling, perception, mental formation and consciousness combined together form life. The real nature of these five aggregates is explained in the Teaching of the Buddha as follows: "Matter is equated to a heap of foam, feeling is like a bubble, perception is described as a mirage, mental formations are like a banana tree and consciousness is just an illusion. According to the Anattalakkhana Sutta, the Buddha taught: "O, Bhiksus, is the form not the self. If the form, o Bhiksus, were the self, the body would not be subject to disease and we should be able to say 'Let my body be such and such a one, let my body not be such and such a one. But since this body, o Bhiksus, is not the self, therefore, the body is subject to disease, and we are not able to say 'Let my body be such and such a one, let my body not be such and such a one.'" The Buddha further said: "Now what do you think, o Bhiksus, is the body permanent or perishable?" "It is perishable, Lord." The Buddha added: "And that which is perishable, does that cause pain or joy?" "It causes pain, Lord." "And that which is perishable, painful, subject to change, is it possible to regard that in this way: 'This is mine, this am I, this is myself?'" "That is impossible, Lord." By the method of analysis the Buddha pointed out to his disciples that attachment to things without a correct view as to their true nature is the cause of suffering. Impermanence and change are inherent in the nature of all things. This is their true nature and this is the correct view, and as long as we are at variance with it, we are bound to run into conflicts. We cannot alter or control the nature of things, and the result is disappointment or suffering. The only solution to this problem lies in correcting our own point of view. Sensation, thinking, formation, and consciousness are also the same.

Tuyển Luận Thứ Mười Chín
The Nineteenth Selective Essay

Giới-Định-Huệ

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

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

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

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

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

Theo Phật giáo, tu tập là vun bồi, trau dồi, tu dưỡng đường đạo. Hành giả nên luôn nhớ rằng muôn sự trên đời này, khó nhất là lúc ban đầu, nhưng chuyển đi ngàn dặm cũng chỉ bắt đầu với một bước đi ngắn đầu tiên. Theo Thiền sư Linh Mộc Tuấn Long trong quyển Thiền Tâm, Sơ Tâm, tu tập không có nghĩa là bất cứ điều gì bạn làm, ngay cả việc nằm xuống, cũng gọi là tu tập tọa thiền. Khi những giới hạn đặt ra cho

bạn không còn câu thúc bạn nữa, ấy là điều mà chúng ta gọi là tu tập. Khi bạn nói: "Bất cứ điều gì tôi làm cũng đều có Phật tánh, vậy thì tôi làm gì không phải là điều quan trọng, không cần thiết tôi phải tọa thiền," đó đã là một lối hiểu theo kiểu nhị nguyên về cuộc sống hằng ngày của bạn. Nếu điều đó thật tình không quan trọng, hà tất bạn phải nói ra làm gì. Chẳng nào mà bạn còn băn khoăn về điều bạn làm là bạn còn lẩn quẩn trong nhị nguyên. Nếu không còn băn khoăn về điều bạn làm, bạn sẽ không nói như vậy nữa. Khi bạn muốn tu tập, bạn cứ tu tập. Khi bạn ăn, bạn cứ ăn. Chỉ có thế thôi. Nếu bạn nói: "Điều đó chẳng quan trọng gì," có nghĩa là bạn muốn tự bào chữa về chuyện bạn đã làm theo cách của mình, theo tâm thức hạn hẹp của mình. Điều đó có nghĩa là bạn khư khư chấp trước một vật hay một cung cách đặc biệt. Đó không phải là điều chúng tôi muốn nói trong câu: "Chỉ ngồi xuống tu tập là đủ" hoặc "Bất cứ điều gì bạn làm cũng là tu tập." Tất nhiên, tất cả những gì chúng ta làm đều là tu tập, nhưng nếu thật là như thế, không cần phải nói ra làm gì.

Trong tu tập, giới luật giúp thân không làm ác, định giúp lắng đọng những xáo trộn tâm linh, và huệ giúp loại trừ ảo tưởng và chứng được chân lý. Nếu không có giới hạnh thanh tịnh sẽ không thể đình chỉ sự loạn động của tư tưởng; nếu không đình chỉ sự loạn động của tư tưởng sẽ không có sự thành tựu của tuệ giác. Sự thành tựu của tuệ giác có nghĩa là sự viên mãn của tri thức và trí tuệ, tức giác ngộ trọn vẹn. Đó là kết quả của chuỗi tự tạo và lý tưởng của đời sống tự tác chủ. Nếu không có giới hạnh thanh tịnh sẽ không thể đình chỉ sự loạn động của tư tưởng; nếu không đình chỉ sự loạn động của tư tưởng sẽ không có sự thành tựu của tuệ giác. Sự thành tựu của tuệ giác có nghĩa là sự viên mãn của tri thức và trí tuệ, tức giác ngộ trọn vẹn. Đó là kết quả của chuỗi tự tạo và lý tưởng của đời sống tự tác chủ. Đương nhiên, Giới Định Huệ rất cần thiết cho Phật tử. Nhưng sau Đức Phật, Tam Học dần dần bị chia thành ba đề tài riêng rẽ: những người tuân giữ giới luật trở thành những Luật sư; các hành giả tham thiền nhập định trở thành những Thiền sư; những người tu Bát Nhã (tu huệ) trở thành những triết gia hay những nhà biện chứng. Giới cốt yếu là giữ tất cả những giới luật đã được Đức Phật thiết lập cho sự ổn định tinh thần của các đệ tử của Ngài. Giới giúp loại bỏ những ác nghiệp. Định là phép tu tập nhờ đó người ta đi đến yên tịnh. Định giúp làm yên tĩnh những nhiễu loạn tinh thần. Huệ giúp loại trừ ảo vọng để đạt được chân lý. Nói cách

khác, Huệ hay Bát Nhã là năng lực thâm nhập vào bản tánh của tự thể và đồng thời nó cũng là chân lý được cảm nghiệm theo cách trực giác. Đạo lộ giải thoát gồm Giới, Định và Tuệ, thường được trong Kinh điển như là Tam Học (Tividhasikkha) và không có học nào trong Tam học này tự thân nó là cứu cánh cả; mỗi học chỉ là một phương tiện để đi đến cứu cánh. Nghĩa là mỗi học không thể được tu tập độc lập với các học khác. Như trường hợp một cái giá ba chân, nếu một chân gãy thì cả cái giá ấy sẽ sập, vì vậy trong Tam Học, học này không thể làm nhiệm vụ của nó một cách chu toàn nếu không có sự hỗ trợ của hai học kia. Tam Học thường nương tựa và hỗ trợ lẫn nhau. Giới củng cố Định, và Định trở lại thúc đẩy Huệ. Trí tuệ giúp hành giả loại trừ tà kiến đối với các pháp như chúng thực sự là, đó là thấy cuộc sống và tất cả chư pháp liên quan đến cuộc sống đều phải chịu sanh, diệt, vô thường.

Discipline-Meditation-Wisdom

Discipline-Meditation-Wisdom are threefold training, or three studies or endeavors of the non-outflow, or those who have passionless life and escape from transmigration. Discipline or morality consists in observing all the precepts laid down by the Buddha for the spiritual welfare of his disciples. Discipline (training in moral discipline) wards off bodily evil. Meditation is the exercise to train oneself in tranquilization. Meditation (training the mind) calms mental disturbance. Wisdom (training in wisdom). In other words, Wisdom or Prajna is the power to penetrate into the nature of one's being, as well as the truth itself thus intuited. If we do not hold the precepts, we can continue to commit offenses and create more karma; lacking trance power, we will not be able to accomplish cultivation of the Way; and as a result, we will not only have no wisdom, but we also may become duller. Thus, every Buddhist cultivator (practitioner) must have these three non-outflow studies. Discipline wards off bodily evil, meditation calms mental disturbance, and wisdom gets rid of delusion and proves the truth. Without purity of conduct there will be no calm equipoise of thought; without the calm equipoise of thought there will be no completion of insight. The completion of insight (prajna) means the perfection of intellect and wisdom, i.e., perfect enlightenment. It is the

result of self-creation and the ideal of the self-creating life. Obviously, all these three are needed for any Buddhist. But after the Buddha, as time went on, the Triple Discipline was split into three individual items of study. The observers of the rules of morality became teachers of the Vinaya; the yogins of meditation were absorbed in various samadhis and became Zen Masters; those who pursued Prajna became philosophers or dialecticians.

Generally speaking, morality forms the foundation of further progress on the right path. The contents of morality in Buddhism compose of right speech, right action, and right livelihood. The moral code taught in Buddhism is very vast and varied and yet the function of Buddhist morality is one and not many. It is the control of man's verbal and physical actions. All morals set forth in Buddhism lead to this end, virtuous behavior, yet moral code is not an end in itself, but a means, for it aids concentration (samadhi). Samadhi, on the other hand, is a means to the acquisition of wisdom (panna), true wisdom, which in turn brings about deliverance of mind, the final goal of the teaching of the Buddha. Virtue, Concentration, and Wisdom therefore is a blending of man's emotions and intellect. Dainin Katagiri wrote in *Returning to Silence*: "The Triple Treasure in Buddhism, 'I take refuge in the Buddha, I take refuge in the Dharma, I take refuge in the Sangha,' is the foundation of the precepts. The precepts in Buddhism are not a moral code that someone or something outside ourselves demands that we follow. The precepts are the Buddha-nature, the spirit of the universe. To receive the precepts is to transmit something significant beyond the understanding of our sense, such as the spirit of the universe or what we call Buddha-nature. What we have awakened to, deeply, through our body and mind, is transmitted from generation to generation, beyond our control. Having experienced this awakening, we can appreciate how sublime human life is. Whether we know it or not, or whether we like it or not, the spirit of the universe is transmitted. So we all can learn what the real spirit of a human being is... Buddha is the universe and Dharma is the teaching from the universe, and Sangha is the group of people who make the universe and its teaching alive in their lives. In our everyday life we must be mindful of the Buddha, Dharma and Sangha whether we understand this or not."

The Threefold study of “Precept-Concentration-Wisdom” completely encloses itself in the Eightfold Noble Path is eight main roads that any Buddhist must tread on in order to achieve enlightenment and liberation. Sincere Buddhists should always remember that even the higher practice of calming concentration or samadhi does not assure and place us in an ultimate position of enlightenment, for defilements or latent tendencies are not totally removed yet. We only calm them down temporarily. At any moment they may re-appear when circumstances permit, and poison our mind if we don’t always apply right effort, right mindfulness, and right concentration in our own cultivation. As we still have impurities, we are still impacted by unwholesome impulses. Even though we have gained the state of calm of mind through concentration or samadhi, but that state is not an absolute state of purity. Thus the efforts to develop concentration never an end itself to a Buddhist cultivator. The most important thing for any Buddhist cultivator here is to develop his “Insight” for only “insight” can help us eliminating perversions and destroying ignorance, and to advance on the Path of Enlightenment and Liberation. In Buddhism, the path of liberation includes Virtue, Concentration, and Wisdom, which are referred to in the discourses as the “Threefold Training” (Tividha-sikkha) and none of them is an end in itself; each is a means to an end. One can not function independently of the others. As in the case of a tripod which falls to the ground if a single leg gives away, so here one can not function without the support of the others. These three go together supporting each other. Virtue or regulated behavior strengthens meditation and meditation in turn promotes Wisdom. Wisdom helps one to get rid of the clouded view of things, to see life as it really is, that is to see life and all things pertaining to life as arising and passing away. According to Prof. Junjiro Takakusu in *The Essentials of Buddhist Philosophy*, Buddhism lays stress on the Threefold Learning (siksa) of Higher Morality, Higher Thought, and Higher Insight. That is to say, without higher morals one cannot get higher thought and without higher thought one cannot attain higher insight. In other words, morality is often said to lead to samadhi, and samadhi to prajna. Higher thought here comprises the results of both analytical investigation and meditative intuition. Buddhism further instructs the aspirants, when they are qualified, in the

Threefold Way (marga) of Life-View, Life-Culture and Realization of Life-Ideal or No-More Learning. These are three stages to be passed through in the study of the Fourfold Truth by the application of the Eightfold Noble Path; in the second stage it is investigated more fully and actualized by the practice of the Seven Branches of Enlightenment, life-culture here again means the results of right meditation; and in the last stage the Truth is fully realized in the Path of No-More-Learning. In other words, without a right view of life there will be no culture, and without proper culture there will be no realization of life. In the Dhammamapada, the Buddha taught: "By observing precepts, one can reach concentration and mindfulness; from concentration and mindfulness, one can achieve knowledge and wisdom. Knowledge brings calmness and peace to life and renders human beings indifference to the storms of the phenomenal world."

According to Buddhis, to cultivate means to practice the path. Practitioners should always remember that in any undertaking, the most difficult part is right at the start, but a thousand-mile journey begins with just one first step. According to Zen Master Shunryu Suzuki in *Zen Mind, Beginner's Mind*, practice does not mean that whatever you do, even lying down, is meditation. When the restrictions you have do not limit you, this is what we mean by practice. When you say, "Whatever I do is Buddha nature, so it doesn't matter what I do, and there is no need to practice meditation," that is already a dualistic understanding of our everyday life. If it really does not matter, there is no need for you even to say so. As long as you are concerned about what you do, that is dualistic. If you are not concerned about what you do, you will not say so. When you sit, you will sit. When you eat, you will eat. That is all. If you say, "It doesn't matter," it means that you are making some excuse to do something in your own way with your small mind. It means you are attached to some particular thing or way. That is not what we mean when we say, "Just to sit enough," or "Whatever you do is zazen." Of course whatever we do is zazen, but if so, there is no need to say it.

In cultivation, discipline wards off bodily evil, meditation calms mental disturbance, and wisdom gets rid of delusion and proves the truth. Without purity of conduct there will be no calm equipoise of thought; without the calm equipoise of thought there will be no

completion of insight. The completion of insight (prajna) means the perfection of intellect and wisdom, i.e., perfect enlightenment. It is the result of self-creation and the ideal of the self-creating life. Without purity of conduct there will be no calm equipoise of thought; without the calm equipoise of thought there will be no completion of insight. The completion of insight (prajna) means the perfection of intellect and wisdom, i.e., perfect enlightenment. It is the result of self-creation and the ideal of the self-creating life. Obviously, all these three are needed for any Buddhist. But after the Buddha, as time went on, the Triple Discipline was split into three individual items of study. The observers of the rules of morality became teachers of the Vinaya; the yogins of meditation were absorbed in various samadhis and became Zen Masters; those who pursued Prajna became philosophers or dialecticians. Discipline or morality consists in observing all the precepts laid down by the Buddha for the spiritual welfare of his disciples. Discipline (training in moral discipline) wards off bodily evil. Meditation is the exercise to train oneself in tranquilization. Meditation (training the mind) calms mental disturbance. Wisdom (training in wisdom). In other words, Wisdom or Prajna is the power to penetrate into the nature of one's being, as well as the truth itself thus intuited. The path of liberation includes Virtue, Concentration, and Wisdom, which are referred to in the discourses as the "Threefold Training" (Tividha-sikkha) and none of them is an end in itself; each is a means to an end. One can not function independently of the others. As in the case of a tripod which falls to the ground if a single leg gives away, so here one can not function without the support of the others. These three go together supporting each other. Virtue or regulated behavior strengthens meditation and meditation in turn promotes Wisdom. Wisdom helps one to get rid of the clouded view of things, to see life as it really is, that is to see life and all things pertaining to life as arising and passing away.

Tuyển Luận Thứ Hai Mười
The Twentieth Selective Essay

Sơ Lược Về Căn-Cảnh-Thức

Phạn ngữ Indriya có nghĩa là căn hay giác quan; căn là năng lực của giác quan; căn là năng lực của tâm linh; căn cũng là năng lực của thân và tâm. Trong khoa học tự nhiên, căn là rễ cây, có sức sanh trưởng, mọc ra các thứ cành, như nhãn căn của mắt có sức mạnh có thể sinh ra nhãn thức, tín căn có thể sinh ra những việc thiện, nhân tính có tác dụng sanh ra thiện ác nghiệp. Lục căn bao gồm mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý. Hành giả phải luôn xem lục Căn như những đối tượng của Thiền Tập. Theo Tỳ Kheo Bồ Đề trong Vi Diệu Pháp, trong phần đại cương của những phân loại linh tinh, có sáu căn: tham, sân, si, vô tham, vô sân, và vô si. Theo Tỳ Kheo Piyananda trong Những Hạt Ngọc Trí Tuệ Phật Giáo, bạn phải luôn tỉnh thức về những cơ quan của giác quan như mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và sự tiếp xúc của chúng với thế giới bên ngoài. Bạn phải tỉnh thức về những cảm nghĩ phát sinh do kết quả của những sự tiếp xúc ấy: i) Mắt đang tiếp xúc với sắc. ii) Tai đang tiếp xúc với thanh. iii) Mũi đang tiếp xúc với mùi. iv) Lưỡi đang tiếp xúc với vị. v) Thân đang tiếp xúc với sự xúc chạm. vi) Ý đang tiếp xúc với vạn pháp.

Lý do khiến con người đọa địa ngục, làm ngựa quỳ, hoặc súc sanh, vượn vượn, không ngoài sự chi phối của lục căn. Con người sở dĩ sanh làm a tu la, sanh lên cõi trời hay sanh vào cõi người cũng không ngoài tác dụng của sáu căn này. Đồng ý lục căn giúp chúng ta sinh hoạt trong cuộc sống hằng ngày, nhưng chúng lại là tác nhân chính rước khổ đau phiền não vào thân tâm của chúng ta. Chúng chính là những nhân tố chính khiến chúng ta gây tội tạo nghiệp, để rồi cuối cùng phải bị đọa vào các đường dữ cũng vì chúng. Chúng ta đừng cho rằng mắt là vật tốt, giúp mình nhìn thấy, bởi vì chính do sự giúp đỡ của mắt mà sanh ra đủ thứ phiền não, như khi mắt nhìn thấy sắc đẹp thì mình sanh lòng tham sắc đẹp, tham tới mức dầu đạt hay không đạt được cái sắc ấy mình vẫn bị phiền não chế ngự. Ngay cả tai, mũi, lưỡi, thân, và ý cũng đều như vậy. Chúng khiến mình phát sanh đủ thứ phiền não. Chính vì thế mà Đức Phật khuyên chúng đệ tử của Ngài như thế này: “Các con phải tu làm sao cho trên không biết có trời, giữa không biết

có người, dưới không biết có đất.” Tu như thế nào mà trời, đất và người không còn ảnh hưởng đến lục căn, đông tây nam bắc cũng không còn ảnh hưởng đến lục căn, ấy chính là lúc chúng ta giải thoát khỏi mọi chướng ngại.

Cảnh là nơi tâm vin vào đó mà chạy theo gọi là cảnh, như pháp là nơi ý thức vin vào gọi là pháp cảnh, sắc là nhãn thức vin vào đó gọi là sắc cảnh, thanh là nơi nhĩ thức vin vào gọi là thanh cảnh, vân vân. Trong Phật giáo, chữ "cảnh" có nhiều nghĩa, như quang cảnh, môi trường, lãnh vực, phạm vi, đối tượng, hay kiến thức, vân vân. Thiền Phật giáo dường như có cách dùng chữ "cảnh" rất đặc biệt; thí dụ như "cảnh bất sinh" có nghĩa là một kinh nghiệm đặc biệt của Thiền chưa được khởi dậy trong người đệ tử. Như vậy, "cảnh" có nghĩa là cái kinh nghiệm hay kiến giải đặc biệt trong tâm, mà, dĩ nhiên có thể được xem như là một "đối tượng" được tâm quán tưởng hay lãnh hội. Hành giả nên luôn nhớ rằng cảnh duyên huyễn giả tạm hợp rồi tan như ánh chớp, như ảo tưởng, như ma. Hành giả nên nhớ rằng ngoại cảnh giới là cảnh không phải do nội tâm hiện ra, mà từ bên ngoài đến. Chính vì vậy mà một khi không bị ngoại cảnh chi phối, đó chính là có tu. Ngược lại, nếu bị ngoại cảnh chuyển, ấy là đọa lạc. Ngoại cảnh còn là điều kiện hay hoàn cảnh bên ngoài khiến cho người ta làm việc ác. Tất cả những trở ngại và bất toàn không do những điều kiện bên ngoài, mà là do tâm tạo. Nếu chúng ta không có sự tĩnh lặng nội tâm, không có thứ gì bên ngoài có thể mang lại hạnh phúc cho chúng ta. Có những cảnh giới riêng biệt khác nhau, cũng là biệt cảnh tâm sở (tâm sở của những cảnh riêng biệt).

Theo Duy Thức Học, biệt cảnh là những ý tưởng hay trạng thái tâm thức khởi lên khi tâm được hướng về những đối tượng hay điều kiện khác nhau. Theo Pháp Tướng Tông, biệt cảnh là những yếu tố của tâm sở bao gồm năm thứ: dục, thắng giải, niệm, định và huệ. Cảnh giới nghĩa đen là “phạm vi cho súc vật” hay “đồng cỏ cho súc vật,” là một phạm vi cho hành động và đối tượng của giác quan. Trong Kinh Lăng Già, cảnh giới có nghĩa là một thái độ tâm linh chung mà người ta có đối với thế giới bên ngoài, hay đúng hơn là một khung cảnh tâm linh mà sự hiện hữu của con người được bao bọc trong đó. Trong tu tập, hành giả không nên "cảnh lý cầu hình", nghĩa là cố tìm vật sau gương (xem thấy bóng dáng sự vật trong gương rồi đưa tay ra phía sau gương để nắm bắt vật đó), ý nói lấy giả làm thật (lộng giả thành chơn), chỉ

uống công vô ích mà thôi. Như trên đã đề cập, ngoại cảnh giới là cảnh không phải do nội tâm hiện ra, mà từ bên ngoài đến. Tuy nhiên, cảnh như gió hay làm tâm động. Trong nhà Thiền thì Phướn Động, Gió Động Hay Tâm Động? Lục tổ Huệ Năng đã khẳng định với các vị sư đang cãi cọ trước tu viện Pháp Tâm rằng: “Chẳng phải phướn động, cũng chẳng phải gió động, mà là tâm của mấy ông động.”

Thuật ngữ Bắc Phạn “Vijnana” có nghĩa là “Hồn Thần” là tên gọi khác của tâm thức. Nguyên Thủy lập ra sáu thức, Đại Thừa lập ra tám thức này đối với nhục thể gọi là “hồn thần,” mà ngoại đạo gọi là “linh hồn”. Thức là tên gọi khác của tâm. Thức có nghĩa là liễu biệt, phân biệt, hiểu rõ. Tâm phân biệt hiểu rõ được cảnh thì gọi là thức. Theo Phật giáo, “Tánh” tức là “Phật.” “Thức” tức là “Thần Thức”, “Ý” tức là “Tâm Phân Biệt”, và “Tâm” tức là sự suy nghĩ vọng tưởng. Bản tánh thì lúc nào cũng quang minh sáng suốt, không có bỉ, không có thử, không đẹp, không xấu; không rơi vào số lượng hay phân biệt... Nhưng khi có “Thức” rồi thì con người lại bị rơi vào số lượng và phân biệt. “Ý” cũng tạo nên sự phân biệt, và đây chính là thức thứ sáu. Đây là thức tương đối ô nhiễm. Trong khi thức thứ bảy và thức thứ tám thì tương đối thanh tịnh hơn. Có tám loại thức: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý, mặt na, và a lại da thức. Về mặt cơ bản mà nói, thức không phải có tám loại dù nó có tám tên gọi. Thức chỉ là một nhưng lại có tám bộ phận khác nhau. Dầu có tám bộ phận khác nhau nhưng vẫn do chỉ một thức kiểm soát. “Thức” là hành động phân biệt bao gồm sự hiểu biết, nhận biết, trí thông minh, và kiến thức. Thức gồm có tám thứ; năm thứ đầu là kết quả của những hành động liên hệ đến ngũ căn; thức thứ sáu bao gồm tất cả những cảm giác, ý kiến và sự phán đoán; thức thứ bảy là ý thức (cái ngã thâm thâm); thức thứ tám là A Lại Da hay Tầng Thức, nơi chứa đựng tất cả những nghiệp, dù thiện, dù ác hay trung tính. Thức còn có nghĩa là sự nhận thức, sự phân biệt, ý thức, nhưng mỗi từ này đều không bao gồm hết ý nghĩa chứa đựng trong vijnana. Thức là cái trí hay cái biết tương đối. Từ này lắm khi được dùng theo nghĩa đối lập với Jnana trong ý nghĩa tri thức đơn thuần. Jnana là cái trí siêu việt thuộc các chủ đề như sự bất tử, sự phi tương đối, cái bất khả đắc, vân vân, trong khi Vijnana bị ràng buộc với tánh nhị biên của các sự vật.

An Overview of Organs-Objects-Consciousnesses

The Sanskrit term Indriya means organs of sense; Indriya means faculty of sense; Indriya also means bodily and mental power. Spiritual faculties or power of the spirituality. In natural science, indriya means root, or source which is capable of producing or growing, as the eye is able to produce knowledge, as faith is able to bring forth good works, as human nature is able to produce good or evil karma. The six senses comprise of eyes, ears, nose, tongue, body, and mind. Practitioners should always consider the six senses as objects of meditation practices. According to Bhikkhu Bodhi in Abhidhamma, in the compendium of mixed categories there are six roots: greed, hatred, delusion, non-greed, non-hatred, and non-delusion. According to Bikkhu Piyananda in The Gems of Buddhism Wisdom, you must always be aware of the sense organs such as eye, ear, nose, tongue and body and the contact they are having with the outside world. You must be aware of the feelings that are arising as a result of this contact: i) Eye is now in contact with forms (rupa). ii) Ear is now in contact with sound. iii) Nose is now in contact with smell. iv) Tongue is now in contact with taste. v) Body is now in contact with touching. vi) Mind is now in contact with all things (dharma).

The six faculties are the main reasons that cause human beings to fall into hells, to be reborn in the realm of the hungry ghosts, or animals, asuras, devas, or human beings, etc. It is agreeable that the six faculties that help us maintain our daily activities, but they are also the main factors that bring sufferings and afflictions to our body and mind. They are the main agents that cause us to create unwholesome karma, and eventually we will fall into evil ways because of them. Do not think that the eyes are that great, just because they help us see things. It is exactly because of their help that we give rise to all kinds of sufferings and afflictions. For instance, when we see an attractive person of the opposite sex, we become greedy for sex. If we do not get what we want, we will be afflicted; and if we get what we want, we will also be afflicted. The other faculties, ear, nose, tongue, body and mind are the same way. They make one give rise to many sufferings and afflictions. Therefore, the Buddha advised his disciples thus: “You

should cultivate until you are unaware of heaven above, people in between, and earth below.” If we cultivate until the time heaven, earth, people, east, west, south, north, etc., can no longer impact our six faculties, then at that point we are liberated from all hindrances.

Objects mean a prospect, region, territory, surroundings, views, circumstances, environment, area, field, sphere, environments and conditions, i.e., the sphere of mind, the sphere of form for the eye, of sound for the ear, etc. In Buddhism, the word "object" has many meanings, such as scene, environment, domain, sphere, object, understanding, etc. Zen Buddhists seemed to have a special usage of this word; for instance, a realm has not yet arisen (ching pu sheng) means a certain specific experience of Zen which has not yet arisen in the disciple. Thus "realm" means the specific experience or understanding within one's mind, which, of course, can be referentially treated as an "object" visualized or comprehended by the mind. Practitioners should always remember that all things and conditions come together and disintegrate like a lightning, an illusion or a phantom. Practitioners should remember that external states or external realms are realms which are not created by the mind, but come from the outside. For this reason, if you can remain unperturbed by external states, then you are currently cultivating. On the contrary, if you are turned by external states, then you will fall. External states are also external conditions or circumstances which stir or tempt one to do evil. Problems and dissatisfaction do not develop because of external conditions, but from our own mind. If we don't have internal peace, nothing from outside can bring us happiness. There are different kinds of regions, states or conditions.

According to the Mind-Only theories, different realms mean the ideas, or mental states which arise according to the various objects or conditions toward which the mind is directed. According to the Fa-Hsiang School, this group of elements falls under the general category of "mental function" which has five elements: desire, verification, recollection, meditation, and wisdom. Gocara means experience, mental attitude. Gocara literally means "a range for cattle," or "a pasturage," is a field for action and an object of sense. In the Lankavatara Sutra, it means a general attitude one assumes toward the external world, or a better spiritual atmosphere in which one's being is

enveloped. In cultivation, practitioners should not try to find things behind the mirror, this indicates someone who fulfils what was promised in jest, only wastes the time without any result. As mentioned above, external states or external realms are realms which are not created by the mind, but come from the outside. However, the wind moving usually causes our minds moving. In Zen, the question for Zen practitioners is that the flag moving, the wind moving, or our minds moving? Several monks was arguing back and forth about the flag and the wind without reaching the truth in front of the Fa Hsin monastery in Kuang Chou. The sixth patriarch, Hui-Neng, said to them: "It is not the wind moving, neither the flag moving. It is your own minds that are moving."

"Vijnana" is another name for "Consciousness." Theravada considered the six kinds of consciousness as "Vijnana." Mahayana considered the eight kinds of consciousness as "Vijnana." Externalists considered "vijnana" as a soul. Consciousness is another name for mind. Consciousness means the art of distinguishing, or perceiving, or recognizing, discerning, understanding, comprehending, distinction, intelligence, knowledge, learning. It is interpreted as the "mind," mental discernment, perception, in contrast with the object discerned. According to Buddhism, our "Nature" is the "Buddha". The "Consciousness" is the "Spirit", the "Intention" or "Mano-vijnana" is the "Discriminating Mind", and the "Mind" is what constantly engages in idle thinking. The "Nature" is originally perfect and bright, with no conception of self, others, beauty, or ugliness; no falling into numbers and discriminations. But as soon as there is "Consciousness", one falls into numbers and discriminations. The "Intention" or "Mano-vijnana" also makes discriminations, and it is the sixth consciousness. It is relatively turbid, while the seventh and eighth consciousnesses are relatively more pure. There are eight kinds of consciousness: eye, ear, nose, tongue, body, mind, klista-mano-vijnana, and alaya-vijnana. Fundamentally speaking, consciousness is not of eight kinds, although there are eight kinds in name. We could say there is a single headquarters with eight departments under it. Although there are eight departments, they are controlled by just one single headquarters. "Vijnana" translated as "consciousness" is the act of distinguishing or discerning including understanding, comprehending, recognizing,

intelligence, knowledge. There are eight consciousnesses. The first five arise as a result of the interaction of the five sense organs (eye, ear, nose, tongue, and mind) and the five dusts (Gunas); the sixth consciousness comes into play, all kinds of feelings, opinions and judgments will be formed (the one that does all the differentiating); the seventh consciousness (Vijnana) is the center of ego; the eighth consciousness is the Alayagarbha (a lai da), the storehouse of consciousness, or the storehouse of all deeds or actions (karmas), whether they are good, bad or neutral. "Vijnana" also means cognition, discrimination, consciousness, but as any one of these does not cover the whole sense contained in Vijnana. "Vijnana" also means relative knowledge. This term is usually used as contrasted to Jnana in purely intellectual sense. Jnana is transcendental knowledge dealing with such subjects as immortality, non-relativity, the unattained, etc., whereas Vijnana is attached to duality of things.

Tuyển Luận Thứ Hai Mươi Một
The Twenty-First Selective Essay

Tam Bảo &
Quy-Y Tam Bảo

Sơ Lược Về Tam Bảo: Nền móng trong Phật Giáo là Tam Bảo. Không tin, không tôn kính Tam Bảo thì không thể nào có được nếp sống Phật giáo. Người ta định nghĩa Tam Bảo theo nhiều cách khác nhau. *Thứ nhất là Nhất Thể Tam Bảo:* “Phật Tỳ Lô Giá Na là sự biểu thị sự thể hiện của thế giới Tánh Không, của Phật tánh, của tánh Bình Đẳng Vô Ngại. Pháp từ vô thị vô chung mà tất cả mọi hiện tượng theo nhân duyên tùy thuộc vào đó. Sự hòa hợp giữa Phật Tỳ Lô Giá Na và Pháp (hai yếu tố trên) tạo thành toàn bộ thực tại như những bậc giác ngộ kinh nghiệm.” Một người không nhận ra Nhất Thể Tam Bảo thì không thể nào hiểu sâu ý nghĩa sự giác ngộ của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni, không thể đánh giá sự quý báu vô cùng của những lời Ngài dạy, cũng như không thể áp ủ hình ảnh chư Phật như những thực thể sinh động. Lại nữa, Nhất Thể Tam Bảo sẽ không được biết đến nếu nó không được Phật Thích Ca Mâu Ni thể hiện nơi thân tâm Ngài và con đường thể hiện do Ngài triển khai cũng vậy. Cuối cùng, không có những người giác ngộ theo con đường của Phật trong thời đại chúng ta khịch lệ và dẫn dắt người khác theo con đường Tự Ngộ này thì Nhất Thể Tam Bảo chỉ là một lý tưởng xa xôi. Câu chuyện lịch sử cuộc đời Đức Phật Thích Ca sẽ là câu chuyện lịch sử khô héo về những lời Phật dạy, hoặc sẽ là những chuyện trừu tượng vô hồn. Hơn nữa, khi mỗi chúng ta thể hiện Nhất Thể Tam Bảo, thì nền móng của Tam Bảo không gì khác hơn chính tự tánh của mình. *Thứ nhì là Hiện Tiền Tam Bảo:* “Phật là Đức Phật Lịch Sử Thích Ca Mâu Ni, người đã thể hiện nơi chính mình sự thật của Nhất Thể Tam Bảo qua sự thành tựu viên mãn của Ngài. Pháp bao gồm những lời dạy và những bài thuyết pháp của Phật Thích Ca Mâu Ni trong ấy đã giải rõ ý nghĩa của Nhất Thể Tam Bảo và con đường đi đến thể hiện được nó. Tăng là những môn đệ trực tiếp của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni, bao gồm luôn cả những đệ tử trong thời Ngài còn tại thế, đã nghe, tin, và thực hiện nơi bản thân họ Nhất Thể Tam Bảo mà Ngài đã chỉ dạy. Ngôi báu Tăng, ngôi

thứ ba trong Tam Bảo (những vị Tăng sĩ đã phát chân vô lậu trí và trở thành phước điền cho đời kính trọng và quy theo). Tăng già là một hội đồng gồm ít nhất là ba vị Tăng, hay một cộng đồng Tăng Ni sống hòa hiệp với nhau trong tinh thần lục hòa. Một chúng phải có ít nhất là bốn vị Tăng. Sangha là thuật ngữ Bắc Phạn dùng để chỉ cho “Cộng đồng Phật tử.” Theo nghĩa hẹp, từ này có thể được dùng cho chư Tăng Ni; tuy nhiên, theo nghĩa rộng, theo nghĩa rộng, Sangha ám chỉ cả tứ chúng (Tăng, Ni, Ưu Bà Tắc và Ưu Bà Di). Phật tử tại gia gồm những Ưu Bà Tắc và Ưu Bà Di, những người đã thọ ngũ giới. Tất cả tứ chúng này đều đòi hỏi phải chính thức thọ giới luật; giới luật tự viện giới hạn giữa 250 và 348 giới; tuy nhiên, con số giới luật thay đổi giữa luật lệ khác nhau của các truyền thống. Một điều bắt buộc tiên khởi cho cả tứ chúng là lễ quán đảnh hay quy-y Tam Bảo: Phật, Pháp, Tăng.” *Thứ ba là Thọ Trì Tam Bảo:* Thọ trì Phật Bảo bao gồm sự thờ cúng hình tượng chư Phật như đã được truyền đến chúng ta. Thọ trì Pháp bảo bao gồm những bài giảng, bài thuyết pháp của chư Phật (tức là những đấng giác ngộ viên mãn) như đã thấy trong các kinh điển và bản văn Phật giáo khác vẫn được phát triển. Thọ trì Tăng bảo bao gồm các môn đệ đương thời tu tập và thể hiện chân lý cứu độ của Nhất Thế Tam Bảo đầu tiên được Phật Thích Ca Mâu Ni khai thị.

Ba loại Tam Bảo này lúc nào cũng tương hệ tương tùy với nhau. Như trên đã nói, một người không nhận ra Nhất Thế Tam Bảo thì không thể nào hiểu sâu ý nghĩa sự giác ngộ của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni, không thể đánh giá sự quý báu vô cùng của những lời Ngài dạy, cũng như không thể áp ủ hình ảnh chư Phật như những thực thể sinh động. Lại nữa, Nhất Thế Tam Bảo sẽ không được biết đến nếu nó không được Phật Thích Ca Mâu Ni thể hiện nơi thân tâm Ngài và con đường thể hiện do Ngài triển khai cũng vậy. Cuối cùng, không có những người giác ngộ theo con đường của Phật trong thời đại chúng ta khích lệ và dẫn dắt người khác theo con đường Tự Ngộ này thì Nhất Thế Tam Bảo chỉ là một lý tưởng xa xôi. Câu chuyện lịch sử cuộc đời Đức Phật Thích Ca sẽ là câu chuyện lịch sử khô héo về những lời Phật dạy, hoặc sẽ là những chuyện trù tượng vô hồn. Hơn nữa, khi mỗi chúng ta thể hiện Nhất Thế Tam Bảo, thì nền móng của Tam Bảo không gì khác hơn chính tự tánh của mình.

Quy Y Tam Bảo: Quy y là về nương nơi ba ngôi Tam Bảo. Như trên đã nói, theo Phật giáo, quy y Tam Bảo là ba trong những cửa ngõ

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

Người Phật tử nào cũng nên nguyện về nương nơi Phật Pháp Tăng. Ngữ căn “Sr” trong tiếng Bắc Phạn (Sanskrit) hoặc “Sara” trong tiếng Nam Phạn (Pali) có nghĩa là di chuyển hay đi tới, như vậy “Saranam” diễn tả sự chuyển động, hoặc người ấy đi đến trước hay cùng đi đến với người khác. Như vậy câu “Gachchami Buddham Saranam” có nghĩa là “Tôi đi đến với Đức Phật như bậc hướng dẫn cho tôi.” Về nương nơi ba ngôi Tam Bảo hay ba ngôi cao quý. Trong Phật giáo, một nơi để về nương là nơi mà người ta có thể tựa vào đó để có sự hỗ trợ và dẫn dắt, chứ không phải là chạy vào đó để trốn hay ẩn náu. Trong hầu hết các truyền thống Phật giáo, “về nương” hay “tam quy y” hay “Tam Bảo”: Phật, Pháp, Tăng được xem như là một hành động chủ yếu để trở thành Phật tử. Quy y là công nhận rằng mình cần sự trợ giúp và hướng dẫn, và quyết định đi theo con đường của Phật giáo. Đức Phật là vị đã sáng lập một cách thành công con đường đi đến giải thoát, và Ngài đã dạy cho người khác về giáo pháp của Ngài. Tăng già là cộng

đồng Tăng lữ sống trong tự viện, gồm những người đã cống hiến đời mình để tu tập và hoằng hóa, và cũng là nguồn giáo huấn và mẫu mực cho người tại gia. Lời nguyện tiêu chuẩn của Tam Quy-Y là:

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

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

Ngoài ra, có nhiều người muốn tu theo Phật, không may, họ lại quy y sai lạc. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng theo Phật giáo, quy-y sai lạc là không quy-y vào Phật, Pháp, Tăng. Thuật ngữ Phật giáo dùng tiếng “Quy-Y” để công bố niềm tin của mình nơi Phật, Pháp và Tăng. Từ vô thủy, chúng ta đã quy-y sai lạc với những lạc thú tạm bợ nhất thời với hy vọng tìm thỏa mãn trong những lạc thú này. Ta xem những thứ ấy như một lối thoát ra khỏi những chán chường buồn bã của mình, nên chạy theo chúng để rồi kết quả cuối cùng cũng vẫn là khổ đau phiền não. Khi Đức Phật nói đến quy-y, Ngài khuyên dạy chúng ta nên đoạn tuyệt với cái lối đi tìm thỏa mãn một cách vô vọng như vậy. Quy-Y chân thật là một sự thay đổi thái độ, do thấy những chuyện phù phiếm mà ta thường bám víu, rốt rồi chẳng có ích lợi gì. Một khi chúng ta thấy rõ được bản chất bất toại của sự vật mà chúng ta hằng theo đuổi, chúng ta nên quyết tâm về nương nơi Tam Bảo. Trong kinh Pháp Cú, đức Phật dạy: “Vì sợ hãi bất an mà đến quy-y thần núi, quy-y rừng cây, quy-y miếu thờ thọ thần (188). Nhưng đó chẳng phải là chỗ nương dựa yên ổn, là chỗ quy-y tối thượng, ai quy-y như thế khổ não vẫn còn nguyên (189). Trái lại, quy-y Phật, Pháp, Tăng, phát trí huệ chơn chánh (190). Hiểu thấu bốn lẽ mẫu: biết khổ, biết khổ nhân, biết khổ diệt và biết tám chi Thánh đạo, diệt trừ hết khổ não (191). Đó là chỗ quy-y an ổn, là chỗ quy-y tối thượng. Ai quy-y được như vậy mới giải thoát khổ đau (192).

Theo Phật giáo, quy y Tam Bảo là tin vào Phật giáo và về nương nơi ba ngôi Tam Bảo. Được nhận làm đệ tử tại gia sau nghi thức sám hối và lập lại những lời một vị Tăng về quy y. Theo giáo lý nhà Phật, quy y Tam Bảo là ba trong những cửa ngõ quan trọng đi vào đại giác. Người Phật tử mà không quy y Tam Bảo sẽ có nhiều vấn đề trở ngại cho sự tiến bộ trong tu tập. Trở ngại thứ nhất là không có dịp thân cận chư Tăng (Tăng Bảo) để được chỉ dạy dẫn dắt. Kinh Phật thường dạy, “không quy y Tăng dễ đọa súc sanh.” Không quy-y Tăng chúng ta không có gương hạnh lành để bắt chước, cũng như không có ai đưa đường chỉ lối cho ta làm lành lánh ác, nên si mê phát khởi, mà si mê là một trong những nhân chính đưa ta tái sanh vào cõi súc sanh. Trở ngại thứ nhì là không có dịp thân cận Pháp để tìm hiểu và phân biệt chánh tà chân ngụy. Do đó tham dục dấy lên, mà tham dục là một trong những nhân chính để tái sanh vào cõi ngã quý. Vì thế mà kinh Phật luôn dạy, “không quy y pháp dễ đọa ngã quý.” Trở ngại thứ ba là không được dịp thân cận với chư Phật chẳng những không cảm được hồng ân của quý ngài, mà không có dịp bắt chước đức từ bi của các Ngài. Do đó sân hận ngày một tăng, mà sân hận là một trong những nguyên nhân chính của địa ngục. Vì thế mà kinh Phật luôn dạy, “không quy y Phật dễ bị đọa địa ngục.”

Người Phật tử, kể cả hành giả tu thiền, mà không quy y Tam Bảo sẽ có nhiều vấn đề trở ngại cho sự tiến bộ trong tu tập. **Thứ nhất**, không có dịp thân cận chư Tăng (Tăng Bảo) để được chỉ dạy dẫn dắt. Kinh Phật thường dạy, “không quy y Tăng dễ đọa súc sanh.” Không quy-y Tăng chúng ta không có gương hạnh lành để bắt chước, cũng như không có ai đưa đường chỉ lối cho ta làm lành lánh ác, nên si mê phát khởi, mà si mê là một trong những nhân chính đưa ta tái sanh vào cõi súc sanh. **Thứ nhì**, không có dịp thân cận Pháp để tìm hiểu và phân biệt chánh tà chân ngụy. Do đó tham dục dấy lên, mà tham dục là một trong những nhân chính để tái sanh vào cõi ngã quý. Vì thế mà kinh Phật luôn dạy, “không quy y pháp dễ đọa ngã quý”. **Thứ ba**, không được dịp thân cận với chư Phật chẳng những không cảm được hồng ân của quý ngài, mà không có dịp bắt chước đức từ bi của các Ngài. Do đó sân hận ngày một tăng, mà sân hận là một trong những nguyên nhân chính của địa ngục. Vì thế mà kinh Phật luôn dạy, “không quy y Phật dễ bị đọa địa ngục”. Muốn quy y Tam Bảo, trước hết người Phật

tử nên tìm đến một vị thầy tu hành giới đức trang nghiêm để xin làm lễ quy y thọ giới trước điện Phật.

Đối với hành giả tu Thiền, quy y Phật có nghĩa là nhìn nhận rằng trong chúng ta ai cũng có hạt giống giác ngộ, và mọi người chúng ta đều có khả năng giải thoát. Quy y Phật cũng có nghĩa là về nương tựa nơi đức tính cao thượng của đức Phật như vô úy, trí tuệ, từ, bi, hỷ, xả, vân vân. Quy y Pháp thân y lương được. Quy y Pháp có nghĩa là sống trong giáo pháp của đức Phật, chân lý của vạn hữu; tức là nhìn nhận sự trở về của tâm mình với sự thật. Quy y Tăng đệ tử tuyệt vời của Phật. Đối với hành giả tu Thiền, quy y Tăng có nghĩa là dựa vào sự nuôi dưỡng về tinh thần với những người có cùng chí hướng với mình; những người trong cộng đồng Phật giáo có thể hỗ trợ, giúp đỡ và hướng dẫn chúng ta trên con đường giác ngộ và giải thoát.

Đã là Phật tử thì phải quy-y ba ngôi Tam Bảo Phật Pháp Tăng, nghĩa là cung kính nương về với Phật, tu theo giáo pháp của Ngài, cũng như tôn kính Tăng Già. Phật tử thệ nguyện không quy y thiên thần quỷ vật, không thờ tà giáo, không theo tổ hủu, ác đảng. Quy y là trở về nương tựa. Có nhiều loại nương tựa. Khi con người cảm thấy bất hạnh, họ tìm đến bạn bè; khi âu lo kinh sợ họ tìm về nương nơi những niềm hy vọng ảo huyền, những niềm tin vô căn cứ; khi lâm chung họ tìm nương tựa trong sự tin tưởng vào cảnh trời vĩnh cửu. Đức Phật dạy, không chỗ nào trong những nơi ấy là những nơi nương tựa thật sự cung ứng cho ta trạng thái thoải mái và châu toàn thật sự. Đối với người Phật tử thì chuyện quy-y Tam Bảo là chuyện cần thiết. Lễ quy-y tuy là một hình thức tổ chức đơn giản, nhưng rất quan trọng đối với Phật tử, vì đây chính là bước đầu tiên trên đường tu học để tiến về hướng giải thoát và giác ngộ. Đây cũng là cơ hội đầu tiên cho Phật tử nguyện tinh tấn giữ ngũ giới, ăn chay, tụng kinh niệm Phật, tu tâm, dưỡng tánh, quyết tâm theo dấu chân Phật để tự giúp mình ra khỏi sanh tử luân hồi. Riêng đối với hành giả tu thiền, quy-y Tam Bảo là nền tảng tối cần thiết. Như vậy, nhờ có quy y Tam Bảo mà hành giả tu thiền, nhất là hành giả tại gia, biết giữ gìn giới luật. Mà thật vậy, giữ gìn giới luật là việc làm tối cần thiết cho việc tu tập thiền quán vì nó là một phương thức để duy trì sự trong sạch căn bản cho thân, khẩu và ý. Năm giới mà hành giả tu thiền tại gia phải cố gắng giữ là không sát sanh, nghĩa là không được giết hại bất cứ một sinh mạng nào, ngay cả con muỗi hay con kiến; không trộm cắp, có nghĩa là không được lấy những gì

không phải là của mình; không tà dâm, đối với hành giả tại gia có nghĩa là giữ cho mình được trong sạch; không nói láo hay nói những lời mà mình không biết chắc, cũng không nói những lời độc ác gây chia rẽ; không uống rượu và sử dụng các chất ma túy.

Phải thật tình mà nói, đạo Phật đã ban cho các dân tộc mà nó đi qua những đức hạnh cao cả nhất của con người. Nếp sống hòa nhã, lịch sự và chánh trực của người Phật tử trên khắp thế giới cho thấy rằng đạo Phật thực sự đã chứng minh là chân thật. Chính đạo Phật đã ban cho các dân tộc mà nó đi qua những đức hạnh cao cả nhất của con người. Nếu hạnh phúc là hậu quả của tư tưởng, ngôn ngữ và hành động tốt đẹp thì quả thật những Phật tử thuần thành đã tìm ra bí quyết của cuộc sống chân chánh. Mà thật vậy, có bao giờ chúng ta thấy hạnh phúc thật sự phát sanh từ những hành động sai lầm hay có bao giờ chúng ta gieo nhân xấu mà hái được quả tươi đẹp đâu. Đi xa hơn chút nữa, có ai trong chúng ta có thể thoát khỏi định luật vô thường hay chạy ra ngoài vòng khổ đau phiền não đâu. Phật tử chân thuần, nhất là những Phật tử tại gia nên cố gắng am tường Tứ Diệu Đế, vì nếu sự hiểu biết về tứ diệu đế càng nhiều và càng rõ thì chúng ta sẽ có được sự kính ngưỡng vô biên đến với Phật, với Pháp, và với những Thánh đệ tử của Ngài. Đương nhiên ai trong chúng ta cũng kính ngưỡng Đức Phật, nhưng chúng ta cũng phải có được sự kính ngưỡng sâu xa đối với chánh pháp vì chánh pháp là đối tượng chân thật của sự quy y. Sau thời không có Phật, thì chính Giáo Pháp của Ngài là ngọn hải đăng giúp chúng ta tu tập giải thoát. Sự quy-y không chỉ diễn ra trong cái ngày mà chúng ta làm lễ quy-y, hay chỉ diễn ra trong vòng vài ba ngày, hay vài ba năm, nó chẳng những là một tiến trình của cả một đời này, mà còn cho nhiều đời nhiều kiếp về sau này nữa. Bên cạnh đó, còn có những lợi lạc khác khi chúng ta trở thành Phật tử và quy-y Tam Bảo: Thứ nhất là chúng ta trở thành một người có thọ giới. Thứ nhì là chúng ta có thể tiêu trừ tất cả chướng ngại do nhiều nghiệp tích lũy từ trước. Thứ ba là chúng ta sẽ dễ dàng tích lũy một số công đức có lợi trong việc tu tập. Thứ tư là chúng ta ít bị phiền nhiễu vì những hành vi tác hại của người khác. Thứ năm là chúng ta sẽ không rơi vào đọa xứ. Thứ sáu là chúng ta sẽ không khó khăn thành tựu những mục tiêu tu tập của mình. Thứ bảy là con đường giác ngộ sẽ đến với chúng ta, vấn đề chỉ còn là thời gian và mức độ tu tập mà thôi.

***The Triple Jewel &
Taking Refuge on the Three Treasures***

A Summary on the Triple Jewel: The foundation of Buddhism is the Three Treasures, without trust in which and reverence for there can be no Buddhist religious life. There are three kinds of Triratna (three Treasures). The Triple Jewel was defined in many different ways. *First, the Unified or One-Body Three Treasures:* “The Vairocana Buddha, representing the realization of the world of Emptiness, of Buddha-nature, of unconditioned Equality. The Dharma that is the law of beginningless and endless becoming, to which all phenomena are subject according to causes and conditions. The harmonious fusion of the preceding two, which constitutes total reality as experienced by the enlightened.” The Three Treasures are mutually related and interdependent. One unrealized in the Unified Three Treasures can neither comprehend in depth the import of Sakyamuni Buddha’s enlightenment, nor appreciate the infinite preciousness of his teachings, nor cherish as living images and pictures of Buddhas. Again, the Unified Three Treasures would be unknown had not it been made manifest by Sakyamuni in his own body and mind and the Way to its realization expounded by him. Lastly, without enlightened followers of the Buddhas’ Way in our own time to inspire and lead others along this Path to Self-realization, the Unified Three Treasures would be a remote ideal, the saga of Sakyamuni’s life desiccated history, and the Buddhas’ words lifeless abstractions. More, as each of us embodies the Unified Three Treasures, the foundation of the Three Treasures is none other than one’s own self. *Second, the Manifested Three Treasures:* “The Buddha is the historic Buddha Sakyamuni, who through his perfect enlightenment realized in himself the truth of the Unified Three Treasures. The Dharma, which comprises the spoken words and sermons of sakyamuni Buddha wherein he elucidated the significance of the Unified Three Treasures and the way to its realization. The Sangha, Sakyamuni Buddha’s disciples, including the immediate disciples of the Buddha Sakyamuni and other followers of his day who heard, believed, and made real in their own bodies the Unified Three Treasures that he taught. The Sangha Treasure is the third treasure in the Triratna. The corporate assembly of at least three

monks under a chair a senior monk, empowered to hear confession, or a community of monks and nuns who live in harmony in the six sentiments of concord. “Sangha” is a Sanskrit term for “community.” The community of Buddhists. In a narrow sense, the term can be used just to refer to monks (Bhiksu) and nuns (Bhiksuni); however, in a wider sense, Sangha means four classes of disciples (monks, nuns, upasaka and upasika). Lay men (Upasaka) and lay women (Upasika) who have taken the five vows of the Panca-sila (fivefold ethics). All four groups are required formally to adopt a set of rules and regulations. Monastics are bound to two hundred-fifty and three hundred forty-eight vows, however, the actual number varies between different Vinaya traditions. An important prerequisite for entry into any of the four categories is an initial commitment to practice of the Dharma, which is generally expressed by “taking refuge” in the “three jewels”: Buddha, Dharma, and Sangha.” *Third, the Abiding Three Treasures:* The Abiding Three Treasures in which the Buddha is the Supremely Enlightened Being. The iconography of Buddhas which have come down to us. The Dharma includes the teaching imparted by the Buddha. All written sermons and discourses of Buddhas (that is, fully enlightened beings) as found in the sutras and other Buddhist texts still extant. The Sangha includes the congregation of monks and nuns or genuine Dharma followers. Sangha consists of contemporary disciples who practice and realize the saving truth of the Unified Three Treasures that was first revealed by Sakyamuni Buddha.

The Three Treasures are mutually related and interdependent. As mentioned above, one unrealized in the Unified Three Treasures can neither comprehend in depth the import of Sakyamuni Buddha’s enlightenment, nor appreciate the infinite preciousness of his teachings, nor cherish as living images and pictures of Buddhas. Again, the Unified Three Treasures would be unknown had not it been made manifest by Sakyamuni in his own body and mind and the Way to its realization expounded by him. Lastly, without enlightened followers of the Buddhas’ Way in our own time to inspire and lead others along this Path to Self-realization, the Unified Three Treasures would be a remote ideal, the saga of Sakyamuni’s life desiccated history, and the Buddhas’ words lifeless abstractions. More, as each of us embodies the

Unified Three Treasures, the foundation of the Three Treasures is none other than one's own self.

Taking Refuge on the Three Treasures: Taking refuge means to rely on the Triratna. As above mentioned, according to Buddhism, taking the three Refuges are three of the most important entrances to the great enlightenment. An admission of a lay disciple, after recantation of his previous wrong belief and sincere repetition to the abbot or monk of the Three Refuges. To take refuge in the Triratna, or to commit oneself to the Triratna, i.e. Buddha, Dharma, Sangha (Buddha, his Truth, and his Order); to trust the Triratna (Buddha, Dharma, and Sangha). Those who sincerely take refuge in Buddha, Dharma and Sangha shall not go to the woeful realm. After casting human life away, they will fill the world of heaven. Any Buddhist follower must attend an initiation ceremony with the Three Gems, Buddha, Dharma, and Sangha, i.e., he or she must venerate the Buddha, follow his teachings, and respect all his ordained disciples. Buddhists swear to avoid deities and demons, pagans, and evil religious groups. A refuge is a place where people go when they are distressed or when they need safety and security. There are many types of refuge. When people are unhappy, they take refuge with their friends; when they are worried and frightened they might take refuge in false hope and beliefs. As they approach death, they might take refuge in the belief of an eternal heaven. But, as the Buddha says, none of these are true refuges because they do not give comfort and security based on reality. Taking refuge in the Three Gems is necessary for any Buddhists. It should be noted that the initiation ceremony, though simple, is the most important event for any Buddhist disciple, since it is his first step on the way toward liberation and illumination. This is also the first opportunity for a disciple to vow to diligently observe the five precepts, to become a vegetarian, to recite Buddhist sutras, to cultivate his own mind, to nurture himself with good deeds, and to follow the Buddha's footsteps toward his own enlightenment.

Any Buddhists should vow to Take Refuge in the Buddha-Dharma-Sangha. The root "Sr" in Sanskrit, or "Sara" in Pali means to move, to go; so that "Saranam" would denote a moving, or he that which goes before or with another. Thus, the sentence "Gachchami Buddham Saranam" means "I go to Buddha as my Guide." Take refuge in the

three Precious Ones, or the Three Refuges. In Buddhism, a refuge is something on which one can rely for support and guidance, not in a sense of fleeing back or a place of shelter. In most Buddhist traditions, “going for refuge” in the “three refuges” or “three jewels”: Buddha, Dharma, and Sangha, is considered to be the central act that establishes a person as a Buddhist. Going for refuge is an acknowledgment that one requires aid and instruction and that one has decided that one is committed to following the Buddhist path. The Buddha is one who has successfully found the path to liberation, and he teaches it to others through his instructions on dharma. The Sangha, or monastic community, consists of people who have dedicated their lives to this practice and teaching, and so are a source of instruction and role models for laypeople. The standard refuge prayer is:

“I go for refuge in the Buddha.
 I go for refuge in the Dharma
 I go for refuge in the Sangha.”

These three phrases mean: “I go to Buddha, the Law, and the Order, as the destroyers of my fears, the first by the Buddha’s teachings, the second by the truth of His teachings, and the third by good examples and virtues of the Sangha. Beside the ceremony of taking refuge in the Triratna, there is also the ceremony of three taking refuge and receiving five precepts, the ceremony which makes the recipient Laymen or laywomen (upasaka or upasika) taking refuge in the Triratna, receiving the Law and accepting the five commandments. Take refuge in the Triratna, receiving of the Law, or admission of a lay disciple, after recantation and repentance of his previous wrong belief and sincere repetition to the abbot or monk of the three surrenders (to Buddha, Dharma, Sangha).

Besides, many people want to cultivate Buddha's dharma, unfortunately, they take the false refuge. Devout Buddhists should always remember that according to Buddhism, false refuge means not to take refuge in the Buddha, the Dharma, and the Sangha. From the beginningless time, we had taken refuge in momentary and transitory pleasures with the hope to find some satisfaction in these pleasures. We consider them as a way out of our depression and boredom, only end up with other sufferings and afflictions. When the Buddha talked about “taking refuge”, he wanted to advise us to break out of such

desperate search for satisfaction. Taking true refuge involves a changing of our attitude; it comes from seeing the ultimate worthlessness of the transitory phenomena we are ordinarily attached to. When we see clearly the unsatisfactory nature of the things we have been chasing after, we should determine to take refuge in the Triple Gem.

In the Dharmapada Sutra, the Buddha taught: “Men were driven by fear to go to take refuge in the mountains, in the forests, and in sacred trees (Dharmapada 188). But that is not a safe refuge or no such refuge is supreme. A man who has gone to such refuge, is not delivered from all pain and afflictions (Dharmapada 189). On the contrary, he who take refuge in the Buddhas, the Dharma and the angha, sees with right knowledge (Dharmapada 190). With clear understanding of the four noble truths: suffering, the cause of suffering, the destruction of suffering, and the eightfold noble path which leads to the cessation of suffering (Dharmapada 191). That is the secure refuge, the supreme refuge. He who has gone to that refuge, is released from all suffering (Dharmapada 192).

According to Buddhism, to take refuge in the Triratna, an admission of a lay disciple, after recantation of his previous wrong belief and sincere repetition to the abbot or monk of the Three Refuges. According to Buddhist teachings, taking refuge in the three Refuges are three of the most important entrances to the great enlightenment. There are several problems for a Buddhist who does not take refuge in the Three Gems. The first problem is that there is no chance to meet the Sangha for guidance. Buddhist sutras always say, “If one does not take refuge in the Sangha, it’s easier to be reborn into the animal kingdom.” Not taking refuge in the Sangha means that there is no good example for one to follow. If there is no one who can show us the right path to cultivate all good and eliminate all-evil, then ignorance arises, and ignorance is one of the main causes of rebirth in the animal realms. The second problem is that there is no chance to study Dharma in order to distinguish right from wrong, good from bad. Thus desire appears, and desire is one of the main causes of rebirth in the hungry ghost. Therefore, Buddhist sutras always say, “If one does not take refuge in the Dharma, it’s easier to be reborn in the hungry ghost realms.” The third problem is that there is not any chance to get

blessings from Buddhas, nor chance to imitate the compassion of the Buddhas. Thus, anger increased, and anger is one of the main causes of the rebirth in hell. Therefore, Buddhist sutras always say, “If one does not take refuge in Buddha, it’s easier to be reborn in hell.

Buddhists including Zen practitioners who do not take refuge in the Three Gems will have a lot of problems for their cultivation. *First*, there is no chance to meet the Sangha for guidance. Buddhist sutras always say, “If one does not take refuge in the Sangha, it’s easier to be reborn into the animal kingdom.” Not taking refuge in the Sangha means that there is no good example for one to follow. If there is no one who can show us the right path to cultivate all good and eliminate all-evil, then ignorance arises, and ignorance is one of the main causes of rebirth in the animal realms. *Second*, there is no chance to study Dharma in order to distinguish right from wrong, good from bad. Thus desire appears, and desire is one of the main causes of rebirth in the hungry ghost. Therefore, Buddhist sutras always say, “if one does not take refuge in the Dharma, it’s easier to be reborn in the hungry ghost realms.” *Third*, there is not any chance to get blessings from Buddhas, nor chance to imitate the compassion of the Buddhas. Thus, anger increased, and anger is one of the main causes of the rebirth in hell. Therefore, Buddhist sutras always say, “if one does not take refuge in Buddha, it’s easier to be reborn in hell. To take refuge in the Triratna, a Buddhist must first find a virtuous monk who has seriously observed precepts and has profound knowledge to represent the Sangha in performing an ordination ceremony.

For Zen practitioners, to take refuge in the Buddha as a supreme teacher. To take refuge in the Buddha means acknowledging the seed of enlightenment that is within ourselves, and we all have the possibility of emancipation. It also means taking refuge in those qualities which the Buddha embodies, qualities like fearlessness, wisdom, loving kindness, compassion, joy and letting go, and so on. Take refuge in the Dharma as the best medicine in life. Taking refuge in the Dharma means taking refuge in the law, in the way things are; it is acknowledging that our mind surrenders to the truth. Take refuge in the Sangha, wonderful Buddha’s disciples. For Zen practitioners, taking refuge in the Sangha means taking support in those who have the same

goal with us; those in the Buddhist community who can support, help, and guide us to achieve our goals of enlightenment and freedom.

Any Buddhist follower must attend an initiation ceremony with the Three Gems, Buddha, Dharma, and Sangha, i.e., he or she must venerate the Buddha, follow his teachings, and respect all his ordained disciples. Buddhists swear to avoid deities and demons, pagans, and evil religious groups. A refuge is a place where people go when they are distressed or when they need safety and security. There are many types of refuge. When people are unhappy, they take refuge with their friends; when they are worried and frightened they might take refuge in false hope and beliefs. As they approach death, they might take refuge in the belief of an eternal heaven. But, as the Buddha says, none of these are true refuges because they do not give comfort and security based on reality. Taking refuge in the Three Gems is necessary for any Buddhists. It should be noted that the initiation ceremony, though simple, is the most important event for any Buddhist disciple, since it is his first step on the way toward liberation and illumination. This is also the first opportunity for a disciple to vow to diligently observe the five precepts, to become a vegetarian, to recite Buddhist sutras, to cultivate his own mind, to nurture himself with good deeds, and to follow the Buddha's footsteps toward his own enlightenment. Especially for Zen practitioners, taking refuge in the Three Gems is an indispensable foundation. Therefore, owing to the taking refuge in the Three Gems, Zen practitioners, especially lay practitioners, know how to keep precepts. In fact, keeping precepts is extremely necessary for meditation practice, for it is a way of maintaining a basic purity of body, speech, and mind. The five precepts which should be followed are: not killing, which means refraining from knowingly taking any life, not even swatting a mosquito or stepping on an ant; not stealing, which means not taking anything which is not given; refraining from sexual misconduct, for lay practitioners, which means keep our body and mind purity; not lying or speaking falsely or harshly; and not taking intoxicants, which means not taking alcohol or drugs.

Truly speaking, Buddhism has indeed proved to be the genuine article and has given those people where it has come the highest right conduct for a human being. The gentle, courtesy and upright lives of

the Buddhists from all over the world show that Buddhism has indeed proved to be the genuine article and has given those people where it has come the highest right conduct for a human being. If happiness is the result of good thoughts, words and actions; then indeed devout Buddhists have found the secret of right living. In fact, have we ever found true happiness resulting from wrong thinking and wrong doing, or can we ever sow evil cause and reap sweet fruits? Furthermore, Can any of us escape from the Law of Change or run away from the sufferings and afflictions? Devout Buddhists, especially laypeople, should try to understand the Four Noble Truths because the more we have the understanding of the Four Noble Truths, the more we respect the Buddha, the Dharma, and the Sacred Disciples of the Buddha. Of course we all respect the Buddha, but all of us should gain a profound admiration for the Dharma too for at the time we do not have the Buddha, the Dharma is the true refuge for us, the lighthouse that guide us in our path of cultivation towards liberation. The process of "Taking refuge" is not a process that happens on the day of the ceremony of "Taking refuge", or take place within just a few days, or a few years. It takes place not only in this very life, but also for many many aeons in the future. Besides, there are other benefits of taking refuge: First, we become a Buddhist. Second, we can destroy all previously accumulated karma. Third, we will easily accumulate a huge amount of merit. Fourth, we will seldom be bothered by the harmful actions of others. Fifth, we will not fall to the lower realms. Sixth, we will effortlessly achieve our goal in the path of cultivation. Seventh, it is a matter of time, we will soon be enlightened.

Tuyển Luận Thứ Hai Mươi Hai
The Twenty-Second Selective Essay

Hiểu Biết Cơ Bản Về Tâm

Trong Phật giáo, tâm là gốc của muôn pháp. Tâm hay ý là Tạng nghiệp, hay nơi tồn trữ nghiệp, thiện hay bất thiện. Thuật ngữ Bắc Phạn Citta còn được định nghĩa như là toàn bộ hệ thống của thức, bản nguyên thanh tịnh, hay tâm. Citta thường được dịch là “ý tưởng.” Trong Kinh Lăng Già cũng như trong các kinh điển Đại Thừa khác, citta được dịch đúng hơn là “tâm.” Khi nó được định nghĩa là “sự chất chứa” hay “nhà kho” trong đó các chủng tử nghiệp được cất chứa, thì citta không chỉ riêng nghĩa ý tưởng mà nó còn có ý nghĩa có tính cách hữu thể học nữa. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Tâm dẫn đầu các hành vi, tâm là chủ, tâm tạo tác tất cả.” Tâm là một tên khác của A Lại Da Thức (vì nó tích tập hạt giống của chư pháp hoặc huân tập các hạt giống từ chủng tử chủng pháp mà nó huân tập). Không giống như xác thân vật chất, cái tâm là phi vật chất. Chúng ta nhận thức được những tư tưởng và cảm nghĩ của chúng ta cùng nhiều điều khác bằng trực giác, và chúng ta kết luận sự hiện hữu của chúng bằng phép loại suy. Tâm là gốc của muôn pháp. Trong Tâm Địa Quán Kinh, Đức Phật dạy: “Trong Phật pháp, lấy tâm làm chủ. Tất cả các pháp đều do tâm sanh.” Tâm tạo ra chư Phật, tâm tạo thiên đường, tâm tạo địa ngục. Tâm là động lực chính làm cho ta sung sướng hay đau khổ, vui hay buồn, trầm luân hay giải thoát. Người xưa tin rằng ‘tâm’ nằm ngay vùng ngực. Trong Thiền, từ này chỉ hoặc là tinh thần của một người theo nghĩa toàn bộ những sức mạnh về ý thức, tinh thần, trái tim, hay tâm hồn, hoặc là sự hiện thực tuyệt đối, tinh thần thật sự nằm bên ngoài nhị nguyên của tâm và vật. Để cho hành giả dễ hiểu hơn về Tâm, các vị thầy Phật giáo thường chia Tâm ra làm nhiều giai tầng, nhưng đối với Thiền, Tâm là một toàn thể vĩ đại, không có những thành phần hay phân bộ. Các đặc tính thể hiện, chiếu diệu và vô tướng của Tâm hiện hữu đồng thời và thường hằng, bất khả phân ly trong cái toàn thể.

Theo Phật giáo, trí tuệ không phải là sự chất đọng của tri thức. Trái lại, nó là sự vùng vẫy để thoát khỏi các tri thức ấy. Nó đập vỡ những tri thức cũ để làm phát sinh những tri thức mới phù hợp với thực tại hơn. Khi Copernicus phát hiện trái đất quay xung quanh nó và quay

xung quanh mặt trời, có biết bao nhiêu ý niệm cũ về thiên văn học bị sụp đổ, trong đó có ý niệm trên và dưới. Thuyết Lượng Tử hiện thời đang phấn đấu mãnh liệt để vượt thoát các ý niệm đồng nhất và nhân quả vốn là những ý niệm căn bản xưa nay của khoa học. Khoa học cũng đang dần thân trên con đường rũ bỏ ý niệm như đạo học. Cái hiểu biết nơi con người được diễn dịch thành khái niệm, tư tưởng và ngôn ngữ. Cái biết ở đây là tri thức thu lượm được bằng cách chất chứa. Nó là cái thấy trực tiếp và mau lẹ. Về mặt tình cảm thì gọi là cảm xúc. Về mặt tri thức thì gọi là tri giác. Nó là một trực giác chứ không phải là kết quả của suy luận. Có khi nó hiện hữu tràn đầy trong chúng ta, nhưng chúng ta không diễn dịch nó thành khái niệm được, không dùng hình thức tư duy để chuyên chở nó được và do đó không diễn tả được thành lời. Không thể diễn tả nên lời, đó là tâm trạng của chúng ta vào lúc đó. Có những tri thức được nói trong đạo Phật là “bất khả tư, bất khả nghị, bất khả thuyết,” nghĩa là không thể suy tư, nghị luận và lập thành học thuyết được. Ngoài ra, sự hiểu biết còn là miếng chắn giúp bảo vệ hành giả khỏi sự tấn công của tham, sân và si. Con người thường hành động sai quấy là do bởi vô minh hoặc không thấy rõ được chính mình, không thấy rõ những khát vọng muốn đạt hạnh phúc cũng phương cách nào để đạt được chân hạnh phúc. Sự hiểu biết còn giúp hành giả có khả năng triệt tiêu nhiễm trước và tăng cường đức tính tốt nơi chính mình.

Hành giả nên luôn nhớ rằng tất cả dục vọng ham muốn khởi lên do tâm sở hành. Khi chúng ta thấy cái gì hấp dẫn thì chúng ta khởi sinh lòng ham muốn và muốn đạt cho bằng được. Ngược lại, khi chúng ta thấy cái gì không hấp dẫn thì chúng ta sanh tâm nhàm chán không muốn, có khi còn sanh tâm oán ghét nó nữa là khác. Những chức năng của tâm rất rộng lớn và không tính đếm được. Chính vì vậy mà Phật luôn nhắc nhở tứ chúng, “Tâm như vượn chuyền cây.” Tâm biến hóa vô cùng (nó hoạt động không giới hạn); tâm phát khởi mê lầm; tâm phát khởi giác ngộ. Theo Hoàng Bá Ngữ Lục, một hôm Thiền sư Hoàng Bá thượng đường dạy chúng: “Tâm là Phật, đừng tâm phân biệt ấy là Đạo.” Tất cả sự vật đều do tâm tạo; tâm tạo Niết bàn; tâm tạo địa ngục. Một cái tâm ô nhiễm bị vây hãm bởi thế giới ô nhiễm. Tâm thanh tịnh xuất hiện trong một thế giới thanh tịnh. Tâm làm ngoại giới biến hóa vô hạn; tâm làm Phật; tâm làm chúng sanh. Tâm là một họa sĩ kỳ tài có khả năng vẽ vời mọi thứ thế giới; không có thứ gì trên thế

gian này mà không do tâm tạo; sanh tử đều khởi lên và tồn tại từ tâm này. Tâm sanh khởi tham, sân, si; tuy nhiên, cũng chính tâm ấy sanh khởi bố thí, nhẫn nhục và trí huệ. Một cái tâm bị vây hãm trong thế giới ảo tưởng sẽ dẫn dắt chúng sanh đến cảnh sống si mê u tối. Nếu chúng ta thấy rằng không có thế giới ảo tưởng ngoài tâm này, thì tâm u tối trở thành trong sáng, không còn tạo cảnh bất tịnh, nên Bồ Đề hiển lộ. Tâm làm chủ tất cả. Do tâm mê mờ mà thế giới đầy phiền não xuất hiện. Thế giới thường lạc lại cũng do tâm tạo, nhưng là cái tâm trong sáng. Tâm như bánh xe theo bò kéo, vì vậy mà khổ đau phiền não đi liền với người nào dùng tâm bất tịnh để nói năng hành động.

Trong Nghiên Cứu Kinh Lăng Già, Thiền Sư D.T. Suzuki đã phân biệt hai loại vận hành của tâm. Thứ nhất là Vận Hành Tùy Thuộc vào Tâm Phân Biệt: Còn gọi là sự phân biệt trí, được hàng nhị thừa nhận biết. Nó được gọi là Ứng Thân hay cái thân đáp ứng. Vì họ không biết rằng đây là do cái tâm sinh khởi hay chuyển thức phóng chiếu ra, nên họ tưởng nó là cái gì ở bên ngoài họ, và khiến cho nó mang một hình tướng có thân thể mà không thể có một cái biết thông suốt về bản chất của nó. Thứ nhì là Vận Hành Tùy Thuộc Vào Nghiệp Thức: Đây là loại vận hành xuất hiện với tâm Bồ Tát nào đã nhập vào con đường Bồ Tát tính cũng như đối với tâm của những vị đã đạt đến địa cao nhất. Loại này được gọi là Báo Thân. Cái thân có thể nhìn thấy được trong vô số hình tướng, mỗi hình tướng có vô số nét, và mỗi nét cao vợi với vô số cách, và cái thế giới trong đó thân trú ngụ cũng được trang nghiêm theo vô số thể cách. Vì thân thể hiện khắp mọi nơi nên nó không có giới hạn nào cả, nó có thể không bao giờ suy diệt, nó vượt khỏi mọi hoàn cảnh. Tùy theo yêu cầu của chúng sanh tín thủ. Nó không bị đoạn diệt cũng không biến mất. Những đặc điểm ấy của thân là những kết quả huân tập của những hành động thuần khiết như các đức hạnh toàn hảo hay Ba La Mật, và cũng là sự huân tập vi diệu vốn sẵn có trong Như Lai Tạng. Vì có được các tính chất vô lượng an lạc như thế nên nó được gọi là Báo Thân.

Tâm Hiểu Biết Chính Mình, hiểu biết chính mình là sáng suốt hiểu biết tường tận sự vật đúng như thật sự sự vật là như vậy, là thấu triệt thực tướng của sự vật, tức là thấy rõ bản chất vô thường, khổ, vô ngã của ngũ uẩn ngay trong chính mình. Không phải tự mình hiểu biết mình một cách dễ dàng vì những khái niệm sai lầm, những ảo tưởng vô căn cứ, những thành kiến và ảo giác. Thật là khó mà thấy được con người

thật của chúng ta. Đức Phật dạy rằng muốn có thể hiểu được chính mình, chúng ta phải trước hết thấy và hiểu sự vô thường nơi ngũ uẩn. Ngài ví sắc như một khối bọt, thọ như bong bóng nước, tưởng như ảo cảnh, hành lậu bều như lục bình trôi, và thức như ảo tưởng. Đức Phật dạy: “Bất luận hình thể vật chất nào trong quá khứ, vị lai và hiện tại, ở trong hay ở ngoài, thô thiển hay vi tế, thấp hay cao, xa hay gần... đều trống rỗng, không có thực chất, không có bản thể. Cùng thế ấy, các uẩn còn lại: thọ, tưởng, hành, thức...lại cũng như vậy. Như vậy ngũ uẩn là vô thường, mà hễ cái gì vô thường thì cái đó là khổ, bất toại và vô ngã. Ai hiểu được như vậy là hiểu được chính mình.”

Theo Tỳ Kheo Piyananda trong Những Hạt Ngọc Trí Tuệ Phật Giáo, bạn không thể chạy trốn khỏi tâm. Với thiền bạn có thể huấn luyện cho tâm bình tĩnh và thoát khỏi những xáo trộn bên trong hay bên ngoài. Áp dụng tập trung tỉnh thức với những hỗn loạn bên trong và mâu thuẫn tinh thần, quan sát hay chú tâm đến tất cả những trạng thái thay đổi của tâm. Khi tâm được phát triển đúng cách, nó sẽ mang lại niềm vui và hạnh phúc nhất. Nếu tâm bị xao lãng nó sẽ mang lại cho bạn trở ngại và khó khăn không thể kể xiết. Tâm kỹ luật rất mạnh mẽ và hữu hiệu. Người trí huấn luyện tâm họ như người ta huấn luyện ngựa vậy. Vì thế bạn nên quan sát tâm mình. Khi bạn ngồi một mình bạn nên quan sát những thay đổi nơi tâm. Chỉ nên quan sát mà không chống cự lại hay trốn chạy hay kiểm soát những thay đổi ấy. Khi tâm đang ở trạng thái tham dục, nên tỉnh thức biết mình đang có tâm tham dục. Khi tâm đang ở trạng thái sân hận hay không sân hận, nên tỉnh thức biết mình đang có tâm sân hận hay tâm không sân hận. Khi tâm tập trung hay tâm mê lung, bạn nên tỉnh thức biết mình đang có tâm tập trung hay tâm mê lung. Bạn nên luôn nhớ nhiệm vụ của mình là quan sát những hoàn cảnh thay đổi mà không đồng hóa với chúng. Nhiệm vụ của bạn là không chú tâm vào hoàn cảnh bên ngoài mà chú tâm vào chính bạn. Quả là khó khăn, nhưng có thể làm được. Trong mọi sinh hoạt của đời sống hằng ngày, bạn nên luôn quan sát tâm mình và quan sát tâm trong tất cả mọi hoàn cảnh. Quan sát sự làm việc của tâm nhưng không đồng nhất hay bào chữa cho tư tưởng của bạn mà không xây bức màn thành kiến; không mong chờ tưởng thưởng hay thỏa mãn. Quan sát thấy những cảm giác ham muốn, sân hận, ganh ghét, và nhiều trạng thái bất thiện khác phát sanh và làm đảo lộn sự quân bình của tâm, từ đó tiếp tục hành thiền để loại bỏ chúng. Hành

giả nên luôn nhớ rằng tâm viên leo trèo nháy nhót như vượn chuyền cây. Có ai đó hỏi vị Thiền sư làm sao nhìn vào tự tánh của mình. Vị Thiền sư đáp: “Làm sao thấy được? Vì nếu có một cái lồng với sáu cửa sổ và một con khỉ trong đó. Nếu có ai gọi ‘khỉ ơi,’ con khỉ liền trả lời, và nếu có ai khác lại gọi nữa ‘khỉ ơi’ thì khỉ lại trả lời. Và cứ thế nó tiếp tục trả lời. Tâm con người lại cũng như thế ấy”.

Theo quan điểm Phật giáo, tâm hay thức là phần cốt lõi của kiếp nhân sinh. Tất cả những kinh nghiệm tâm lý như đau đớn hay sung sướng, buồn hay vui, thiện hay ác, sống hay chết, đều không do một nguyên lý bên ngoài nào, mà chỉ là kết quả của những tư tưởng của chúng ta và những hành động do những tư tưởng ấy đưa đến mà thôi. Tâm thật sự ảnh hưởng đến thân thể con người trong từng giây từng phút trong đời sống. Nếu chúng ta để mặc cho những tư tưởng hằn hộc dày xéo, những trò tiêu khiển không lành mạnh thao túng, thì tâm này có thể gây nên thảm họa, thậm chí có thể giết chết sinh mạng khác. Tuy nhiên, chính tâm này lại có thể cứu được một thân xác bệnh hoạn. Khi tâm được tập trung vào những tư tưởng chính đáng, với những nỗ lực chân thành, và những hiểu biết xác đáng thì nó có thể mang lại một kết quả thù thắng. Chính vì vậy mà Đức Phật dạy: “Không một kẻ thù nào có thể hại được mình hơn tâm niệm khát ái, sân hận và đố kỵ của chính mình.” Tâm với những niệm tưởng thanh tịnh và thiện lành thực sự sẽ mang lại cuộc sống an lành và thanh thản.

Tâm không phải là một thực tại biệt lập với thế giới cảm giác và suy tưởng để đi ra khỏi thế giới ấy rồi rút về tự thân. Khi chúng ta nhìn cái cây trước mặt chúng ta, tâm chúng ta không đi ra ngoài chúng ta để đi vào rừng, nó cũng không mở cửa để đón cảnh rừng đi vào. Tâm chúng ta chỉ nhắm vào cái cây, nhưng những cái cây ấy không phải là một đối tượng biệt lập. Mà lúc đó tâm và cảnh là một. Cảnh chỉ là những biểu hiện kỳ diệu của tâm mà thôi. Theo Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Chương 31, Đức Phật dạy: “Có người lo lắng vì lòng dâm dục không dứt nên muốn đoạn âm. Đoạn âm không bằng đoạn tâm. Tâm như người hướng dẫn, một khi người hướng dẫn ngừng thì những kẻ tùy sự đều phải ngừng. Tâm tà không ngừng thì đoạn âm có ích gì? Đức Phật Ca Diếp có dạy rằng: ‘Dục sinh từ nơi ý. Ý do tư tưởng sinh, hai tâm đều tịch lặng, không mê sắc cũng không hành dâm’.”

Tâm luôn vận hành không ngăn ngại. Khi nói đến tâm, người ta nghĩ đến những hiện tượng tâm lý như cảm giác, tư tưởng và nhận thức,

cũng như khi nói đến vật, chúng ta nghĩ ngay đến những hiện tượng vật lý như núi, sông, cây, cỏ, động vật. Như vậy là khi chúng ta nói đến tâm hay vật, chúng ta chỉ nghĩ đến hiện tượng (tâm tượng và cảnh tượng), chứ không nói đến tâm thể và vật thể. Chúng ta thấy rằng cả hai loại hiện tượng (tâm tượng và cảnh tượng) đều nương nhau mà thành, và thể tính của chúng là sự tương duyên, vậy sao chúng ta không thấy được rằng cả hai loại hiện tượng đều cùng một thể tính? Thể tính ấy có người thích gọi là “tâm”, có người thích gọi là “vật,” có người thích gọi là “chân như.” Dầu gọi là cái gì đi nữa, chúng ta không thể dùng khái niệm để đo lường thể tánh này được. Vì thể tánh ấy không bị ngăn ngại hoặc giới hạn. Từ quan điểm hợp nhất, người ta gọi nó là “Pháp thân.” Từ quan điểm nhị nguyên, người ta gọi nó là “Tâm không ngăn ngại” đối mặt với “thế giới vô ngại.” Kinh Hoa Nghiêm gọi nó là Tâm vô ngại và cảnh vô ngại. Cả hai dung hợp nhau một cách viên mãn nên gọi là “tâm cảnh viên dung.”

Trong Nghiên Cứu Kinh Lăng Già, Thiền Sư D.T. Suzuki đã phân biệt hai loại vận hành của tâm. Thứ nhất là *Vận Hành Tùy Thuộc vào Tâm Phân Biệt*: Còn gọi là sự phân biệt trí, được hàng nhị thừa nhận biết. Nó được gọi là Ứng Thân hay cái thân đáp ứng. Vì họ không biết rằng đây là do cái tâm sinh khởi hay chuyển thức phóng chiếu ra, nên họ tưởng nó là cái gì ở bên ngoài họ, và khiến cho nó mang một hình tướng có thân thể mà không thể có một cái biết thông suốt về bản chất của nó. Thứ nhì là *Vận Hành Tùy Thuộc Vào Nghiệp Thức*: Đây là loại vận hành xuất hiện với tâm Bồ Tát nào đã nhập vào con đường Bồ Tát tính cũng như đối với tâm của những vị đã đạt đến địa cao nhất. Loại này được gọi là Báo Thân. Cái thân có thể nhìn thấy được trong vô số hình tướng, mỗi hình tướng có vô số nét, và mỗi nét cao vời với vô số cách, và cái thế giới trong đó thân trú ngụ cũng được trang nghiêm theo vô số thể cách. Vì thân thể hiện khắp mọi nơi nên nó không có giới hạn nào cả, nó có thể không bao giờ suy diệt, nó vượt khỏi mọi hoàn cảnh. Tùy theo yêu cầu của chúng sanh tín thủ. Nó không bị đoạn diệt cũng không biến mất. Những đặc điểm ấy của thân là những kết quả huân tập của những hành động thuần khiết như các đức hạnh toàn hảo hay Ba La Mật, và cũng là sự huân tập vi diệu vốn sẵn có trong Như Lai Tạng. Vì có được các tính chất vô lượng an lạc như thế nên nó được gọi là Báo Thân.

Định nghĩa về “Tâm” đổi khác tùy theo dân tộc và văn hóa. Nếu hỏi một người Việt Nam bình thường rằng tâm ở chỗ nào, người ấy sẽ chỉ vào trái tim hay lồng ngực; tuy nhiên, để trả lời cho cùng câu hỏi này, người Tây phương sẽ chỉ vào cái đầu của họ. Theo Phật giáo, tâm hay yếu tố tinh thần được định nghĩa là sự sáng suốt và hiểu biết. Nó không có hình tướng, không ai nhìn thấy nó; tuy nhiên, tâm tạo tác mọi hành động khiến chúng ta đau khổ và lăn trôi trong luân hồi sanh tử. Tất cả mọi hoạt động vật chất, lời nói hay tinh thần đều tùy thuộc tâm ta. Phạm sự của tâm là nhận biết được đối tượng. Nó phân biệt giữa hình thức, phẩm chất, vân vân. Cách duy nhất để đạt được Phật tánh là huấn luyện và chuyển hóa tâm cho đến khi chúng ta hoàn toàn thoát khỏi những nhiễm trược. Trong Anh ngữ, “mind” có nghĩa là trái tim, tinh thần, hay linh hồn. Mind với chữ “m” thường có nghĩa là chỗ ở của lý trí, “Mind” với chữ “M” viết hoa có nghĩa là chân lý tuyệt đối. Theo kinh nghiệm nhà thiền, thì tâm là toàn bộ tỉnh thức, nói cách khác lắng nghe khi nghe là tỉnh thức. Khi tâm trí được tập trung về những tư tưởng lành mạnh với cố gắng và hiểu biết chính đáng, hiệu quả mà nó có thể sinh ra rất rộng lớn. Tâm trí với tư tưởng trong sáng và lành mạnh thực sự đưa đến một cuộc sống khỏe mạnh thoải mái. Chỉ khi tâm trí được kiềm chế và giữ đúng trên con đường chính đáng của sự tiến bộ nhàn thơi thì nó sẽ trở nên hữu ích cho sở hữu chủ và cho xã hội. Tâm phóng túng bừa bãi sẽ là mối nguy cơ. Tất cả sự tàn phá gieo rắc trên thế giới này đều do sự tạo thành loài người mà tâm trí không được huấn luyện, kiềm chế, cân nhắc và thăng bằng..

Đức Phật dạy: “Không có kẻ thù nào làm hại chúng ta bằng tư tưởng tham dục, đố kỵ, ganh ghét, vân vân. Một người không biết điều chỉnh tâm mình cho thích hợp với hoàn cảnh thì chẳng khác gì thầy ma trong quan tài. Hãy nhìn vào nội tâm và cố gắng tìm thấy lạc thú trong lòng và bạn sẽ thấy một suối nguồn vô tận lạc thú trong nội tâm sẵn sàng cho bạn vui hưởng. Bình tĩnh không phải là yếu đuối. Một thái độ bình tĩnh luôn thấy trong con người có văn hóa. Chẳng khó khăn gì cho một người giữ được bình tĩnh trước những điều thuận lợi, nhưng giữ được bình tĩnh khi gặp việc bất ổn thì thực là khó khăn vô cùng. Bằng sự bình tĩnh và tự chủ, con người xây được sức mạnh nghị lực. Nóng giận là kẻ thù tệ hại nhất của chính bạn. Tâm là người bạn tốt nhất, mà cũng là kẻ thù tệ hại nhất. Bạn phải cố gắng tiêu diệt những đam mê của tham, sân, si tiềm ẩn trong tâm bằng cách tu tập giới định huệ.

Bí quyết để có an tâm, đời sống hạnh phúc và thành công là phải làm những gì cần làm ngay từ bây giờ, và đừng lo lắng về quá khứ cũng như tương lai. Chúng ta không thể trở lại tái tạo được quá khứ và cũng không thể tiên liệu mọi thứ có thể xảy ra cho tương lai. Chỉ có khoảng thời gian mà chúng ta có thể phần nào kiểm soát được, đó là hiện tại. Huệ Khả, một học giả nổi tiếng thời bấy giờ, tìm đến Bồ Đề Đạt Ma lúc ông đang tọa thiền, phàn nàn với ông rằng mình không an tâm và làm thế nào để tâm được an. Bồ Đề Đạt Ma đuổi Huệ Khả đi, bảo rằng muốn đạt được an tâm phải tu lâu và khó nhọc không tự phụ và nản lòng. Sau khi đứng hàng giờ dưới tuyết, Huệ Khả bèn chặt đứt bàn tay trái của mình để dâng lên Bồ Đề Đạt Ma. Bấy giờ tin chắc vào lòng chân thành và quyết tâm của Huệ Khả, Bồ Đề Đạt Ma nhận Huệ Khả làm môn đệ. Câu chuyện trên đây nhấn mạnh đến tầm quan trọng mà các thiền sư buộc vào kẻ khao khát sự an tâm vào việc tọa thiền, vào lòng chân thành và khiêm tốn, sự kiên nhẫn và nghị lực như là những tiên đề trong sự đạt thành đạo vô thượng. Vì thương kẻ tinh thành nên Tổ bèn chỉ cho chân đạo: “Bích quán là phép an tâm, tứ hạnh là phép phát hạnh, phòng ngừa sự chê hiềm là phép thuận vật, và đừng chấp trước là phương tiện tu hành cũng như cứu độ chúng sanh.”

Tâm là gốc của muôn pháp. Trong Tâm Địa Quán Kinh, Đức Phật dạy: “Trong Phật pháp, lấy tâm làm chủ. Tất cả các pháp đều do tâm sanh.” Tâm tạo ra chư Phật, tâm tạo thiên đường, tâm tạo địa ngục. Tâm là động lực chính làm cho ta sung sướng hay đau khổ, vui hay buồn, trầm luân hay giải thoát. Trong kinh Pháp Cú, đức Phật dạy: Trong các pháp, tâm dẫn đầu, tâm là chủ, tâm tạo tác tất cả. Nếu đem tâm ô nhiễm nói năng hoặc hành động, sự khổ sẽ theo nghiệp kéo đến như bánh xe lăn theo chân con vật kéo xe (1). Trong các pháp, tâm dẫn đầu, tâm làm chủ, tâm tạo tác tất cả. Nếu đem tâm thanh tịnh tạo nghiệp nói năng hoặc hành động, sự vui sẽ theo nghiệp kéo đến như bóng với hình (2). Nhà lợp không kín ắt bị mưa dột thế nào, kẻ tâm không tu tất bị tham dục lọt vào cũng thế (13). Nhà khéo lợp kín ắt không bị mưa dột, kẻ tâm khéo tu tất không bị tham dục lọt vào (14). Tâm kẻ phàm phu thường xao động biến hóa rất khó chế phục gìn giữ, nhưng kẻ trí lại chế phục tâm mình làm cho chánh trực một cách dễ dàng, như thợ khéo uốn nắn mũi tên (33). Như con cá bị quăng lên bờ sợ sệt và vùng vẫy thế nào, thì cũng như thế, các người hãy đem tâm lo sợ, phấn đấu để mau thoát khỏi cảnh giới ác ma (34). Tâm phàm

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

Basic Understanding on the Mind

In Buddhism, mind is the root of all dharmas. The mind or thoughts is the storehouse of karma, wholesome or unwholesome. The Sanskrit term Citta is defined as the whole system of vijnanas, originally pure, or mind. Citta is generally translated as “thought.” In the Lankavatara Sutra as well as in other Mahayana sutras, citta may better be rendered “mind.” When it is defined as “accumulation” or as “store-house” where karma seeds are deposited, it is not mere thought, it has an ontological signification also. In The Dhammapada Sutta, the Buddha taught: “Mind fore-runs deeds; mind is chief, and mind-made are they.” “Mind” is another name for Alaya-vijnana. Unlike the material body,

immaterial mind is invisible. We are aware of our thoughts and feelings and so forth by direct sensation, and we infer their existence in others by analogy. The mind is the root of all dharmas. In Contemplation of the Mind Sutra, the Buddha taught: "All my tenets are based on the mind that is the source of all dharmas." The mind has brought about the Buddhas, the Heaven, or the Hell. It is the main driving force that makes us happy or sorrowful, cheerful or sad, liberated or doomed. Ancient people believed that 'heart' is in the chest area. In Zen, it means either the mind of a person in the sense of all his powers of consciousness, mind, heart and spirit, or else absolutely reality, the mind beyond the distinction between mind and matter. It is for the sake of giving practitioners an easier understanding of Mind, Buddhist teachers usually divide the mind into aspects or layers, but to Zen, Mind is one great Whole, without parts or divisions. The manifesting, illuminating, and nonsubstantial characteristics of Mind exist simultaneously and constantly, inseparable and indivisible in their totality.

According to Buddhism, understanding is not an accumulation of knowledge. To the contrary, it is the result of the struggle to become free of knowledge. Understanding shatters old knowledge to make room for the new that accords better with reality. When Copernicus discovered that the Earth goes around the sun, most of the astronomical knowledge of the time had to be discarded, including the ideas of above and below. Today, physics is struggling valiantly to free itself from the ideas of identity and cause effect that underlie classical science. Science, like the Way, urges us to get rid of all preconceived notions. Understanding, in human, is translated into concepts, thoughts, and words. Understanding is not an aggregate of bits of knowledge. It is a direct and immediate penetration. In the realm of sentiment, it is feeling. In the realm of intellect, it is perception. It is an intuition rather than the culmination of reasoning. Every now and again it is fully present in us, and we find we cannot express it in words, thoughts, or concepts. "Unable to describe it," that is our situation at such moments. Insights like this are spoken of in Buddhism as "impossible to reason about, to discuss, or to incorporate into doctrines or systems of thought." Besides, understanding also means a shield to protect cultivator from the attack of greed, hatred and ignorance. A man often

does wrong because of his ignorance or misunderstanding about himself, his desire of gaining happiness, and the way to obtain happiness. Understanding will also help cultivators with the ability to remove all defilements and strengthen their virtues.

Practitioners should always remember that all of our desires develop because of the thoughts of our mental factor intention. When we see an attractive object, we develop a wish to obtain that object. In contrary, when we see an unattractive object, we develop a wish not to obtain that object; sometimes we hate the object. The functions of mind are very extensive and numberless. That's why the Buddha always reminded his disciples, "Mind is like an unrest monkey jumping from one tree to another." The activities of the mind have no limit; mind originates delusion; mind originates Enlightenment. According to the Zen Teaching of Huang Po, one day, Zen Master Huang Po entered the hall to preach the assembly: "Mind is Buddha, while the cessation of conceptual thought is the Way." Everything existence or phenomenon arises from the functions of the mind; mind creates Nirvana; mind creates Hells. An impure mind surrounds itself with impure things. A pure mind surrounds itself with pure things. Surroundings have no more limits than the activities of the mind; mind creates Buddhas (Buddha is like our mind); mind creates ordinary men (sentient beings are just like our mind). The mind is a skilful painter who creates pictures of various worlds; there is nothing in the world that is not mind-created; both life and death arise from the mind and exist within the mind. The mind creates greed, anger and ignorance; however, that very mind is also able to create giving, patience and wisdom. A mind that is bewildered by its own world of delusion will lead beings to an unenlightened life. If we learn that there is no world of delusion outside of the mind, the bewildered mind becomes clear, we cease to create impure surroundings and we attain enlightenment. The mind is the master of every situation (it rules and controls everything). The world of suffering is brought about by the deluded mortal mind. The world of eternal joy is also brought about by the mind, but a clear mind. The mind is as the wheels follow the ox that draws the cart, so does suffering follow the person who speaks and acts with an impure mind. If the mind is impure, it will cause the feet to stumble along a rough and

difficult road; but if a mind is pure, the path will be smooth and the journey peaceful.

In *The Studies of The Lankavatara Sutra*, Zen Master D.T. Suzuki distinguished two kinds of functioning of the mind. First, functioning is dependent on the Individualizing Mind and is perceived by the minds of the two-vehicle followers. It is known as Responding Body. As they do not know that this is projected by their Evolving Mind, they take it for something external to themselves, and making it assume a corporeal form, fail to have a thorough knowledge of its nature. Second, functioning is dependent on the Karma-consciousness, that is, it appears to the minds of those Bodhisattvas who have just entered upon the path of Bodhisattvahood as well as of those who have reached the highest stage. This is known as the Recompense Body. The body is visible in infinite forms, each form has infinite marks, and each mark is excellent in infinite ways, and the world in which the Body has its abode is also embellished in manners infinite varying. As the Body is manifested everywhere, it has no limitations whatever, it can never be exhausted, it goes beyond all the conditions of determination. According to the needs of all beings it becomes visible and is always held by them, it is neither destroyed nor lost sight of. All such characteristics of the Body are the perfuming effect of the immaculate deeds such as the virtues of perfection and also the work of the mysterious perfuming innate in the Tathagata-garbha. As it is thus possession of immeasurably blissful qualities, it is called Recompense Body.

Mind of Understanding Ourselves, understanding ourselves means understanding things as they really are, that is seeing the impermanent, unsatisfactory, and non-substantial or non-self nature of the five aggregates of clinging in ourselves. It is not easy to understand ourselves because of our wrong concepts, baseless illusions, perversions and delusions. It is so difficult to see the real person. The Buddha taught that in order to be able to understand ourselves, we must first see and understand the impermanence of the five aggregates. He compares material form or body to a lump of foam, feeling to a bubble, perception to a mirage, mental formations or volitional activities to water-lily plant which is without heartwood, and consciousness to an illusion. The Buddha says: "Whatever material

form there be whether past, future or present, internal, external, gross or subtle, low or lofty, far or near that material form is empty, unsubstantial and without essence. In the same manner, the remaining aggregates: feeling, perception, mental formation, and consciousness are also empty, unsubstantial and without essence. Thus, the five aggregates are impermanent, whatever is impermanent, that is suffering, unsatisfactory and without self. Whenever you understand this, you understand yourselves.”

According to Bikkhu Piyananda in *The Gems of Buddhism Wisdom*, you cannot run away from your mind. By meditation, you can train the mind to keep calm and be free from disturbances either from within or outside. Apply concentrated awareness to the internal confusions and mental conflicts, and observe or pay attention to all the changing states of your mind. When the mind is properly developed, it brings happiness and bliss. If the mind is neglected, it runs you into endless troubles and difficulties. The disciplined mind is strong and effective, while the wavering mind is weak and ineffective. The wise train their minds as thoroughly as a horse-trainer train their horses. Therefore, you should watch you mind. When you sit alone, you should observe the changing conditions of the mind. The task is only a matter of observing the changing states, not fighting with the mind, or avoid it, or try to control it. When the mind is in a state of lust, be aware that we are having a mind of lust. When the mind is in a state of hatred or when it is free from hatred, be aware that we are having a mind of hatred or free from hatred. When you have the concentrated mind or the scattered mind, you should be aware that we are having a concentrated or a scattered mind. You should always remember that your job is to observe all these changing conditions without identifying yourself with them. Your job is to turn your attention away from the outside world and focus in yourself. This is very difficult, but it can be done. In all activities of your daily life, you should always watch your mind and to observe your mind in all kinds of situations. To observe the working of your mind without identifying with or finding justification for your thoughts without erecting the screen of prejudice; without expecting reward or satisfaction. To observe the senses of desire, hatred, jealousy and other unwholesome states that arise and upset the balance of the mind. Continue meditation practices to check and eliminate these

harmful elements. Practitioners should always remember that the mind is climbing and jumping like a monkey. Someone asks a Zen master on how to look into one's self-nature. The Zen master replies: "How can? For if there is a cage with six windows, in which there is a monkey. Someone calls at one window, 'O, monkey,' and he replies. Someone else calls at another window, and again he replies. And so on. Human's mind is no different from that monkey."

According to the Buddhist point of view, the mind or consciousness is the core of our existence. All our psychological experiences, such as pain and pleasure, sorrow and happiness, good and evil, life and death, are not attributed to any external agency. They are only the result of our own thoughts and their resultant actions. Mind actually influences the body in every minute of life. If we allow it to function with the vicious and unwholesome thoughts, mind can cause disaster; it can even kill another being. However, when the mind is concentrated on right thoughts with right effort and understanding, it can produce an excellent effect. Thus, the Buddha taught: "No enemy can harm one so much as one's own thoughts of craving, thoughts of hate, thoughts of jealousy, and so on." A mind with pure and wholesome thoughts really lead to a peaceful and relaxed life.

Mind is not separate from the world of thoughts and feelings, how can it leave and retire into itself? When we look at the tree in front of us, our mind does not go outside of us into the forest, nor does it open a door to let the trees in. Our mind fixes on the trees, but they are not a distinct object. Our mind and the trees are one. The trees are only one of the miraculous manifestations of the mind. According to the Sutra In Forty-Two Sections, Chapter 31, the Buddha said: "There was once someone who, plagued by ceaseless sexual desire, wished to castrate himself. To cut off your sexual organs would not be as good as to cut off your mind. Your mind is like a supervisor; if the supervisor stops, his employees will also quit. If the deviant mind is not stopped, what good does it do to cut off the organs?" The Kasyapa Buddha taught: 'Desire is born from your will; your will is born from thought. When both aspects of the mind are still, there is neither form nor activity.'

The Mind is always functioning without limitations or obstacles. When we speak of mind, we usually think of psychological phenomena, such as feelings, thoughts, or perceptions. When we speak

of objects of mind, we think of physical phenomena, such as mountains, trees, or animals. Speaking this way, we see the phenomenal aspects of mind and its objects, but we don't see their nature. We have observed that these two kinds of phenomena, mind and objects of mind, rely on one another for their existence and are therefore interdependent. But we do not see that they themselves have the same nature. This nature is sometimes called "mind" and sometimes called "suchness." Whatever we call it, we cannot measure this nature using concepts. It is boundless and all inclusive, without limitations or obstacles. From the point of view of unity, it is called Dharmakaya. From the point of view of duality, it is called "mind without obstacle" encountering "world without obstacle." The Avatamsaka Sutra calls it unobstructed mind and unobstructed object. The mind and the world contain each other so completely and perfectly that we call this "perfect unity of mind and object."

In *The Studies of The Lankavatara Sutra*, Zen Master D.T. Suzuki distinguished two kinds of functioning of the mind. *The first kind of functioning of the mind is the dependence on the Individualizing Mind:* This functioning is dependent on the Individualizing Mind and is perceived by the minds of the two-vehicle followers. It is known as Responding Body. As they do not know that this is projected by their Evolving Mind, they take it for something external to themselves, and making it assume a corporeal form, fail to have a thorough knowledge of its nature. *The second kind of functioning of the mind is the dependence on the Karma-consciousness:* This functioning is dependent on the Karma-consciousness, that is, it appears to the minds of those Bodhisattvas who have just entered upon the path of Bodhisattvahood as well as of those who have reached the highest stage. This is known as the Recompense Body. The body is visible in infinite forms, each form has infinite marks, and each mark is excellent in infinite ways, and the world in which the Body has its abode is also embellished in manners infinite varying. As the Body is manifested everywhere, it has no limitations whatever, it can never be exhausted, it goes beyond all the conditions of determination. According to the needs of all beings it becomes visible and is always held by them, it is neither destroyed nor lost sight of. All such characteristics of the Body are the perfuming effect of the immaculate deeds such as the virtues of perfection and

also the work of the mysterious perfuming innate in the Tathagata-garbha. As it is thus possession of immeasurably blissful qualities, it is called Recompense Body.

The definition of Mind varies with different people in different cultures. If you ask an ordinary Vietnamese where his mind is and chances are he will point to his heart or chest; however, when you ask the same question of a Westerner and he will indicate his head. According to the Buddha, mind (or heart as the seat of thought or intelligence or mental factors) is defined as clarity and knowing. It is formless which no one can see it; however, it is our mind which has created the actions which cause us to experience suffering and to be born in cyclic existence or samsara. All our physical, verbal and mental actions depend on our mind. The function of the mind is to perceive, to apprehend and to know its objects. It discerns and discriminates between forms, qualities, aspects and so forth. The only way to reach Buddhahood is by training in the control and transformation of our mind until we are completely free from all obscurations and defilements. In English "mind" means "heart," "spirit," "psyche," or "soul." Mind with a small "m" means the seat of the intellect. Mind with a capital "M" stands for absolute reality. From the standpoint of Zen experience, "mind" means total awareness. In other words, just listening when hearing. When the mind is concentrated on right thoughts with right effort and understanding the effect it can produce is immense. A mind with pure and wholesome thoughts really does lead to healthy relaxed living.

The Buddha taught: "No enemy can harm one so much as one's own thoughts of craving, thoughts of hate, thoughts of jealousy, and so on. A man who does not know how to adjust his mind according to circumstances would be like a corpse in a coffin. Turn your mind to yourself, and try to find pleasure within yourself, and you will always find therein an infinite source of pleasure ready for your enjoyment. It is only when the mind is controlled and is kept to the right road of orderly progress that it becomes useful for its possessor and for society. A disorderly mind is a liability both to its owner and to others. All the havoc in the world is created by men who have not learned the way of mind control, balance and poise. Calmness is not weakness. A calm attitude at all times shows a man of culture. It is not too difficult for a

man to be calm when things are favourable, but to be calm when things are going wrong is difficult indeed. Calmness and control build up a person's strength and character. Angry is the most dangerous enemy. Mind is your best friend and worst foe. You must try to kill the passions of lust, hatred and ignorance that are latent in your mind by means of morality, concentration and wisdom.

The secret of having a peaceful mind, a happy, and successful living lies in doing what needs to be done now, and not worrying about the past and the future. We cannot go back into the past and reshape it, nor can we anticipate everything that may happen in the future. There is one moment of time over which we have some conscious control and that is the present. Hui-K'e, a scholar of some repute, complains to Bodhidharma, who is silently doing meditation, that he has no peace of mind and asks how he can acquire it. Bodhidharma turns him away, saying that the attainment of inward peace involves long and hard discipline and is not for the conceited and fainthearted. Hui-K'e, who has been standing outside in the snow for hours, implores Bodhidharma to help him. Again he is rebuffed. In desperation he cuts off his left hand and offers it to Bodhidharma. Now convinced of his sincerity and determination, Bodhidharma accepts him as a disciple. This story emphasizes the importance which Zen masters attach to the hunger for self-realization, to meditation, and to sincerity and humility, perseverance and fortitude as prerequisites to the attainment of the highest truth. He was moved by the spirit of sincerity of Hui-K'o, so he instructed him: "Meditating facing the wall is the way to obtain peace of mind, the four acts are the ways to behave in the world, the protection from slander and ill-disposition is the way to live harmoniously with the surroundings, and detachment is the upaya to cultivate and to save sentient beings."

The mind is the root of all dharmas. In Contemplation of the Mind Sutra, the Buddha taught: "All my tenets are based on the mind that is the source of all dharmas." The mind has brought about the Buddhas, the Heaven, or the Hell. It is the main driving force that makes us happy or sorrowful, cheerful or sad, liberated or doomed. In the Dharmapada, the Buddha taught: Of all dharmas, mind is the forerunner, mind is chief. We are what we think, we have become what we thought (what we are today came from our thoughts of yesterday).

If we speak or act with a deluded mind or evil thoughts, suffering or pain follows us, as the wheel follows the hoof of the draught-ox (Dharmapada 1). Of all dharmas, mind is the forerunner, mind is chief. We are what we think, we have become what we thought. If we speak or act with a pure mind or thought, happiness and joy follows us, as our own shadow that never leaves (Dharmapada 2). As rain penetrates and leaks into an ill-thatched hut, so does passion enter an untrained mind (uncultivated mind)—Dharmapada 13. As rain does not penetrate a well-thatched hut, so does passion not enter a cultivated mind (Dharmapada 14). The wavering and restless, or unsteady mind, difficult to guard, difficult to hold back; a wise man steadies his trembling mind and thought, as a fletcher makes straight his arrow (Dharmapada 33). As a fish drawn from its watery abode and thrown upon the dry land, our thought quivers all over in its effort to escape the realm of Mara (Dharmapada 34). It is good to control the mind, which is difficult to hold in and flighty, rushing wherever it wishes; a controlled mind brings happiness (Dharmapada 35). The mind is hard to perceive, extremely subtle, flits whenever it wishes. Let the wise person guard it; a guarded mind is conducive to happiness (Dharmapada 36). Traveling far, wandering alone, bodiless, lying in a cave, is the mind. Those who subdue it are freed from the bonds of Mara (Dharmapada 37). He whose mind is not steady, he who does not know the True Law, he whose confidence wavers, the wisdom of such a person will never be perfect (Dharmapada 38). He whose mind is free from lust of desires, he who is not affected by hatred, he who has renounced both good and evil, for such a vigilant one there is no fear (Dharmapada 39). Whatever harm an enemy may do to an enemy, or a hater to a hater, an ill-directed mind can do one far greater harm (Dharmapada 42). What neither mother, nor father, nor any other relative can do, a well-directed mind can do one far greater good (Dharmapada 43). Like the earth, Arhats who are balanced and well-disciplined, resent not. He is like a pool without mud; no new births are in store for him (Dharmapada 95). Those Arhats whose mind is calm, whose speech and deed are calm. They have also obtained right knowing, they have thus become quiet men (Dharmapada 96). In the past times, this mind went wandering wherever it liked, as it wished and as it pleased. But now I shall completely hold it under control as a rider with his hook a rutting elephant (Dharmapada 326). Take delight in heedfulness, check your mind and be on your guard. Pull yourself out of the evil path, just like the elephant draws itself out of the mud (Dharmapada 327).

Tuyển Luận Thứ Hai Mươi Ba
The Twenty-Third Selective Essay

Bồ Đề Tâm

Trong Phật giáo, trạng thái giác ngộ cao nhất được gọi là Bồ Đề. “Bồ Đề” là trạng thái thiền định cao nhất nơi đó tâm luôn giác ngộ và ngời sáng. Theo Nguyên thủy Bồ đề có nghĩa là sự hiểu biết hoàn toàn và sự thực hiện Tứ Diệu đế để chấm dứt khổ đau. Từ Bồ Đề được phát âm theo chữ Bodhi, rút ra từ gốc Phạn ngữ “Budh” có nghĩa là “tri thức,” “hiểu biết,” hay “toàn trí.” Thuật ngữ thường được các nhà phiên dịch Tây phương dịch là “Giác Ngộ,” có nghĩa đen là “Tỉnh Thức.” Giống như thuật ngữ “Buddha,” được rút ra từ gốc Phạn ngữ “buddh,” có nghĩa là “tỉnh thức,” và trong Phật giáo từ này chỉ một người đã tỉnh thức khỏi giấc ngủ si mê, trong đó hầu hết chúng sanh đang trải qua. Theo truyền thuyết Phật giáo, Đức Phật thành đạt đạo quả Bồ Đề tại Bồ Đề Đạo Tràng trong khi ngồi dưới gốc cây Bồ Đề. Bồ đề có nghĩa là giác ngộ hay trí tuệ hay sự thức tỉnh toàn diện về tự thân, tha nhân và thế giới hiện tượng. Bodhi có nghĩa là trí tuệ toàn hảo hay trí tuệ siêu việt. Bodhi là sự giác ngộ hay điều kiện tinh thần của chư Phật và chư Bồ Tát. Bồ đề chính là nhân của trí tuệ bát nhã và lòng từ bi. Đây là trạng thái thiền định cao nhất nơi đó tâm luôn giác ngộ và ngời sáng. Theo Nguyên thủy Bồ đề có nghĩa là sự hiểu biết hoàn toàn và sự thực hiện Tứ Diệu đế để chấm dứt khổ đau. Theo Đại thừa, bồ đề có nghĩa là ý thức dựa vào trí năng. **Có ba loại Bồ Đề:** Thứ nhất là Thanh Văn Bồ Đề, Bồ Đề mà hàng Thanh Văn đạt được. Thứ nhì là Duyên Giác Bồ Đề, Bồ Đề mà hàng Duyên Giác đạt được. Thứ ba là Phật Bồ Đề, Bồ Đề mà Phật đạt được. Nói về Bồ đề tâm, có ba thứ Bồ Đề tâm: Thứ nhất là Hành nguyện Bồ Đề Tâm; thứ nhì là Thắng Nghĩa Bồ Đề Tâm; và thứ ba là Tam Ma Địa Bồ Đề Tâm. **Ngoài ra, còn có năm loại Bồ Đề hay năm giai đoạn giác ngộ:** Thứ nhất vì vô thượng Bồ Đề mà phát tâm. Thứ nhì là Phục tâm bồ đề, chế phục phiền não mà tu hành các hạnh Ba La Mật. Thứ ba là minh tâm bồ đề, quán sát các pháp để tu hành Bát Nhã Ba La Mật. Thứ tư là xuất đáo bồ đề, xuất ly tam giới và đạt đến nhất thiết trí. Thứ năm là vô thượng bồ đề, đạt tới tình trạng vô dục và vô thượng Bồ Đề.

Theo Kinh Hoa Nghiêm, Bồ đề thuộc về chúng sanh; nếu không có chúng sanh thì chư Bồ tát sẽ không bao giờ đạt được chánh đẳng chánh giác. Theo Đại thừa, bồ đề có nghĩa là ý thức dựa vào trí năng. Thuật ngữ “Bodhi” còn có nghĩa là giác ngộ (trí tuệ hay sự thức tỉnh toàn diện về tự thân, tha nhân và thế giới hiện tượng). Bodhi có nghĩa là trí tuệ toàn hảo hay trí tuệ siêu việt. Bodhi là sự giác ngộ hay điều kiện tinh thần của chư Phật và chư Bồ Tát. Bồ đề chính là nhân của trí tuệ bát nhã và lòng từ bi.

Bồ Đề Tâm là một khái niệm quan trọng trong Phật giáo, cả Nguyên Thủy lẫn Đại Thừa, mặc dù không được nói trực tiếp rõ ràng trong Phật giáo Nguyên Thủy. Tuy nhiên, khái niệm Bồ Đề Tâm ở Phật giáo Đại Thừa đã phát triển cả về đạo đức lẫn tâm lý học, và sự phát triển này cũng được tìm thấy trong Kim Cang Thừa, trong đó Bồ Đề Tâm được xem như ‘Đại Lạc’. Trong Đại Thừa phát triển cùng lúc với thuyết phiếm thân xuất hiện đã chủ trương rằng Bồ Đề tâm tiềm ẩn trong tất cả chúng sanh và được hiển lộ trong Pháp thân hoặc chân như nơi chúng sanh tánh. Mặc dù Bồ Đề tâm không thấy trong kinh điển Pali, nhưng khái niệm Bồ Đề tâm cũng có ảnh hưởng chẳng hạn như sau khi Đức Phật rời bỏ cung điện đã lập nguyện ‘dù cho xương thịt có tan rã cũng quyết tìm ra con đường giải thoát sanh tử cho tất cả chúng sanh.’ Chính sau khi Bồ Đề tâm này thành tựu, Ngài đã được tôn xưng là bậc giác ngộ. Tâm Bồ đề hay tâm vị tha là tâm luôn mong đạt được giác ngộ cho mình, đồng thời cũng đạt được giác ngộ cho người. Bồ Đề Tâm được định nghĩa là ý hướng vị tha, muốn đạt giác ngộ để giúp chúng sanh. Sự đạt đến giác ngộ cần thiết chẳng những để mang lại lợi lạc cho người khác, mà còn cho chính sự hoàn thiện bản chất của chính mình. Tâm Bồ đề là cửa ngõ giác ngộ và đạt thành quả vị Phật. Đây là trí huệ bẩm sinh, hay giác tâm bốn hữu, hay là sự khao khát giác ngộ. Đức Phật dạy: “Chúng sanh đều bình đẳng vì ai cũng có Phật tánh như nhau. Nghĩa là mỗi chúng ta đều có hạt giống Phật, có từ bi đối với mọi chúng sanh, nghĩa là khả năng giác ngộ và hoàn thiện nằm ngay trong mỗi chúng ta.” “Bodhicitta” là thuật ngữ Bắc Phạn có nghĩa là “Tâm giác ngộ.” Trong Phật giáo Đại Thừa, từ này chỉ ước nguyện của một vị Bồ Tát là đạt thành Phật quả để làm lợi lạc chúng sanh. Như vậy, tâm Bồ Đề là tâm giác ngộ, tâm thấy được bản mặt thật của chư pháp, tâm tin nơi nhân quả và Phật tánh nơi chúng sanh cũng như luôn dụng công tu hành hướng về quả vị Phật.

Bồ Đề Tâm liên hệ tới hai chiều hướng. Thứ nhất là thượng cầu Phật Đạo. Thứ nhì là hạ hóa chúng sanh. Bồ đề tâm là tâm giác ngộ, tâm của yêu thương, tâm của sự đòi hỏi sâu sắc là tự chứng ngộ và làm việc lợi lạc cho tất cả chúng sanh. Tinh thần thức tỉnh hay khát vọng đại giác của Bồ tát vì lợi ích của tha nhân. Tâm Bồ Đề thường chia làm hai phần: 1) ý định giác ngộ Bồ Đề; và 2) thực hành ý định trên bằng cách theo đuổi con đường giác ngộ.

Theo Thiền Sư Suzuki trong Đại Thừa Phật Giáo Khái Luận, Bồ Đề tâm là đặc tánh quan trọng nhất của Bồ Tát, nên thuyết giảng về siêu việt tánh của Bồ Đề Tâm trong Triết Học Trung Quán của Ngài Long Thọ có nhấn mạnh về các đặc tánh của Bồ Đề Tâm. Thứ nhất, Bồ Đề Tâm siêu việt tất cả mọi hạn định của ngũ uẩn, thập nhị xứ, thập bát giới. Nó không phải cá biệt mà là phổ quát. Thứ nhì, từ bi chính là bản chất của Bồ Đề Tâm, vì thế tất cả Bồ Tát coi Bồ Đề tâm là lý do tồn tại của họ. Thứ ba, Bồ đề tâm cư ngụ trong trái tim của bình đẳng tánh, tạo nên những phương tiện giải thoát cho cá nhân. Thứ tư, Bồ Tát Di Lạc trút hết tài của ngài để tán dương sự quan trọng của Bồ Đề tâm trong sự nghiệp của một vị Bồ Tát. Bởi vì nếu Thiện Tài Đồng Tử không in đậm sự kiện đó trong lòng, đã không dễ gì bước vào cung điện Tỳ Lô Giá Na. Cung điện đó tàng ẩn tất cả những bí mật trong đời sống tâm linh của người Phật tử cao tuyệt. Nếu đồng tử đó chưa được chọn kỹ để bắt đầu, những bí mật ấy không có nghĩa gì hết. Chúng có thể bị hiểu lầm nghiêm trọng và hậu quả cố nhiên là khốc hại. Vì lý do đó, Ngài Di Lạc chỉ cho Thiện Tài thấy đủ mọi góc cạnh đâu là ý nghĩa đích thực của Bồ Đề tâm.

Theo Kinh Hoa nghiêm, Đức Phật đã dạy: “Nầy thiện nam tử! Bạc Bồ Tát phát lòng Vô Thượng Bồ Đề là ‘khởi lòng đại bi cứu độ tất cả chúng sanh. Khởi lòng cúng dường chư Phật, cứu cánh thừa sự. Khởi lòng khắp cầu chánh pháp, tất cả không sên tiếc. Khởi lòng thụ hưởng rộng lớn, cầu nhưt thiết trí. Khởi lòng đại bi vô lượng, khắp nhiếp tất cả chúng sanh. Khởi lòng không bỏ rơi các loài hữu tình, mặc áo giáp kiên thệ để cầu Bát Nhã Ba La Mật. Khởi lòng không siểm dối, vì cầu được trí như thật. Khởi lòng thực hành y như lời nói, để tu đạo Bồ Tát. Khởi lòng không dối với chư Phật, vì gìn giữ thệ nguyện lớn của tất cả Như Lai. Khởi lòng nguyện cầu nhưt thiết trí, cùng tận kiếp vị lai giáo hóa chúng sanh không dừng nghỉ. Bồ Tát dùng những công đức Bồ Đề Tâm nhiều như số bụi nhỏ của cõi Phật như thế, nên được sanh vào

nhà Như Lai. Này thiện nam tử! Như người học bắn, trước phải tập thế đứng, sau mới học đến cách bắn. Cũng thế, Bồ Tát muốn học đạo như thế thiết trí của Như Lai, trước phải an trụ nơi Bồ Đề Tâm, rồi sau mới tu hành tất cả Phật pháp. Thiện nam tử! Ví như vương tử tuy hãy còn thơ ấu, song tất cả đại thần đều phải kính lễ. Cũng thế, Bồ Tát tuy mới phát Bồ Đề tâm tu Bồ Tát hạnh, song tất cả bậc kỳ cựu hàng nhị thừa đều phải kính trọng nể vì. Thiện nam tử! Như thái tử tuy đối với quần thần chưa được tự tại, song đã đủ tướng trạng của vua, các bầy tôi không thể sánh bằng, bởi nhờ chỗ xuất sanh tôn quý. Cũng thế Bồ Tát tuy đối với tất cả nghiệp phiền não chưa được tự tại, song đã đầy đủ tướng trạng Bồ Đề, hàng nhị thừa không thể sánh bằng, bởi nhờ chủng tánh đứng vào bậc như thế. Thiện Nam Tử! Như người máy bằng gỗ, nếu không có mấu chốt thì các thân phần rời rạc chẳng thể hoạt động. Cũng thế, Bồ Tát nếu thiếu Bồ Đề tâm, thì các hạnh đều phân tán, không thể thành tựu tất cả Phật pháp. Thiện nam tử! Như chất kim cương tất cả vật không thể phá hoại, trái lại nó có thể phá hoại tất cả vật, song thể tánh của nó vẫn không tổn giảm. Bồ Đề tâm của Bồ Tát cũng thế, khắp ba đời trong vô số kiếp, giáo hóa chúng sanh, tu các khổ hạnh, việc mà hàng nhị thừa không thể muốn làm đều làm được, song kết cuộc vẫn chẳng chán mỗi giảm hư.” Kinh Hoa Nghiêm cũng nói: “Nếu quên mất Bồ Đề Tâm mà tu các pháp lành, đó là ma nghiệp.” Lời này xét ra rất đúng. Ví như người cất bước khởi hành mà chẳng biết mình sẽ đến đâu, và đi với mục đích gì, thì cuộc hành trình chỉ là quanh quẩn, mỗi mệt và vô ích mà thôi. Người tu cũng thế, nếu dụng công khổ nhọc mà quên sót mục tiêu cầu thành Phật để lợi mình lợi sanh, thì bao nhiêu hạnh lành chỉ đem đến kết quả hưởng phước như thiên, chung cuộc vẫn bị chìm mê quanh quẩn trong nẻo luân hồi, chịu vô biên nỗi khổ, nghiệp ma vẫn còn. Như vậy phát tâm Bồ Đề lợi mình lợi người là bước đi cấp thiết của người tu.

Tâm Bồ Đề của một vị Bồ Tát là chẳng những tự nguyện đập tắt tham ái nơi chính mình, mà giúp còn đập tắt lửa tham ái nơi chúng sanh. Lúc xảy ra nạn đói trong thời hoại kiếp, người ấy nguyện sẽ là thức ăn thức uống cho hết thảy chúng sanh giúp họ thoát khỏi nạn đói khát. Con người ấy luôn nguyện làm thầy thuốc, làm thuốc hay hay làm y tá trị lành cho đến khi nào mọi người đều được chữa lành (không còn một chúng sanh nào bệnh nữa). Con người ấy luôn nguyện làm kho báu vô tận cho người nghèo và những kẻ cùng khổ cô độc. Vì

muốn làm lợi lạc cho hết thảy chúng sanh nên người phát tâm Bồ Đề luôn nguyện xả bỏ hết thảy công đức, tài vật, sự hưởng thụ và ngay cả thân mạng không mệt mỏi, không luyến tiếc, không thối chuyển. Con người ấy luôn vững tin rằng Niết Bàn không là cái gì khác hơn là sự xả bỏ (xả bỏ không có nghĩa là liệng bỏ hay quăng bỏ, mà là cho ra vì lợi ích của chúng sanh) hoàn toàn mọi sự mọi việc. Trong cuộc sống hằng ngày, dù có bị giết hại, chửi mắng hay đánh đập, con người ấy vẫn như như bất động. Con người ấy luôn nguyện làm người bảo vệ những kẻ yếu đuối, làm người dẫn đường khách lữ hành, làm cầu hay làm thuyền cho những ai muốn qua sông, làm đèn cho những ai đang đi trong đêm tối.

Người Phật tử thuần thành luôn có hành nguyện Bồ Đề Tâm, nghĩa là tu hành những gì mình phát nguyện (nguyện là tất cả chúng sanh đều hàm chứa Như Lai tạng tính, đều có thể an trụ ở vô thượng Bồ Đề, nên nguyện đem pháp Đại Thừa Vi Diệu mà độ tận). Kinh Đại Tỳ Lô Giá Na nói: “Bồ Đề Tâm làm nhân, đại bi làm căn bản, phương tiện làm cứu cánh.” Ví như người đi xa, trước tiên phải nhận định mục tiêu sẽ đến, phải ý thức chủ đích cuộc hành trình bởi lý do nào, và sau dùng phương tiện hoặc xe, thuyền, hay phi cơ mà khởi tiến. Người tu cũng thế, trước tiên phải lấy quả vô thượng Bồ Đề làm mục tiêu cứu cánh; lấy lòng đại bi lợi mình lợi sanh làm chủ đích thực hành; và kế đó tùy sở thích căn cơ mà lựa chọn các pháp môn hoặc Thiền, hoặc Tịnh, hoặc Mật làm phương tiện tu tập. Phương tiện với nghĩa rộng hơn, còn là trí huệ quyền biến tùy cơ nghi, áp dụng tất cả hạnh thuận nghịch trong khi hành Bồ Tát đạo. Cho nên Bồ Đề Tâm là mục tiêu cần phải được hành giả thông hiểu trước khi khởi công hạnh huân tu.

Bodhicitta

In Buddhism, the supreme state of enlightenment is called “Bodhi”. Bodhi is the highest state of Samadhi in which the mind is awakened and illuminated. The term “Bodhi” is derived from the Sanskrit root “Budh,” meaning “knowledge,” “Understanding,” or “Perfect wisdom” and the practice of the four noble truths to eliminate sufferings. Bodhi is derived from the Sanskrit root “Budh,” meaning “knowledge,” “Understanding,” or “Perfect wisdom.” A term that is often translated as “enlightenment” by Western translators, but which literally means

“Awakening.” Like the term BUDDHA, it is derived from the Sanskrit root buddh, “to wake up,” and in Buddhism it indicates that a person has “awakened” from the sleep of ignorance in which most beings spend their lives. According to Buddhist legend, the Buddha attained bodhi in the town of BODHGAYA while sitting in meditation under the Bodhi Tree or Bodhi-Vrksa. The word ‘Bodhi’ means ‘Perfect Wisdom’ or ‘Transcendental Wisdom,’ or ‘Supreme Enlightenment.’ Bodhi is the state of truth or the spiritual condition of a Buddha or Bodhisattva. The cause of Bodhi is Prajna (wisdom) and Karuna (compassion). The highest state of Samadhi in which the mind is awakened and illuminated. According to the Hinayana, bodhi is equated with the perfection of insight into and realization of the four noble truths, which means the cessation of suffering. According to the Mahayana, bodhi is mainly understood as enlightened wisdom. There are three kinds of bodhi: First, the enlightenment of sravakas. Second, the enlightenment of Pratyeka-buddhas. Third, the enlightenment of Buddhas. To talk about Bodhi-mind, there are three kinds of Bodhi-mind: First, to start out for bodhi-mind to act out one’s vows to save all living beings. Second, Bodhi-mind which is beyond description, and which surpasses mere earthly ideas. And third, Samadhi-bodhi mind. Besides, there are five bodhi or stages of enlightenment: First, resolve on supreme bodhi. Second, mind control the passions and observance of the paramitas. Third, mental enlightenment, study and increase in knowledge and in the prajnaparamitas. Fourth, mental expansion, freedom from the limitations of reincarnation and attainment of complete knowledge. Fifth, attainment of a passionless condition and of supreme perfect enlightenment.

According to the Avatamsaka Sutra, Bodhi (enlightenment) belongs to living beings. Without living beings, no Bodhisattva could achieve Supreme, Perfect Enlightenment. According to the Mahayana, bodhi is mainly understood as enlightened wisdom. The word ‘Bodhi’ also means ‘Perfect Wisdom’ or ‘Transcendental Wisdom,’ or ‘Supreme Enlightenment.’ Bodhi is the state of truth or the spiritual condition of a Buddha or Bodhisattva. The cause of Bodhi is Prajna (wisdom) and Karuna (compassion). According to the Hinayana, bodhi is equated with the perfection of insight into and realization of the four noble truths, which means the cessation of suffering.

Bodhicitta, or the 'Thought of Enlightenment' is an important concept in both Theravada and Mahayana Buddhism. Though not directly mentioned, the idea is explicit in the Theravada Buddhism. It was in Mahayana, however, that the Bodhicitta concept developed along both ethical and metaphysical lines and this development is found in Vajrayana too, wherein it also came to be regarded as a state of 'great bliss'. In Mahayana it developed along with pantheistic lines, for it was held that Bodhicitta is latent in all beings and that it is merely a manifestation of the Dharmakaya, or Bhutatathata in the human heart. Though the term Bodhicitta does not occur in Pali, this concept is found in Pali canonical literature where, for example, we are told how Gautama after renouncing household life resolved to strive to put an end to all the sufferings. It is this comprehension that came to be known as the Enlightenment, and Gautama came to be known as the Enlightened One, the Buddha. Bodhi Mind, or the altruistic mind of enlightenment is a mind which wishes to achieve attainment of enlightenment for self, spontaneously achieve enlightenment for all other sentient beings. The spirit of Enlightenment, the aspiration to achieve it, the Mind set on Enlightenment. Bodhicitta is defined as the altruistic intention to become fully enlightened for the benefit of all sentient beings. The attainment of enlightenment is necessary for not only in order to be capable of benefitting others, but also for the perfection of our own nature. Bodhi mind is the gateway to Enlightenment and attainment of Buddha. An intrinsic wisdom or the inherently enlightened heart-mind, or the aspiration toward perfect enlightenment. The Buddha taught: "All sentient beings are perfectly equal in that they all possess the Buddha nature. This means that we all have the Bodhi seed or the seed of kindness of a Buddha, and the compassion of a Buddha towards all living beings, and therefore the potential for enlightenment and for perfection lies in each one of us. "Bodhicitta" is a Sanskrit term means "Mind of Awakening." In Mahayan Buddhism, this refers to Bodhisattva's aspiration to attain Buddhahood in order to benefit other sentient beings (the aspiration of a bodhisattva for supreme enlightenment for the welfare of all). Therefore, the mind for or of Bodhi (the Mind of Enlightenment, the awakened or enlightened mind) is the mind that perceives the real

behind the seeming, believes in moral consequences, and that all have the Buddha-nature, and aims at Buddhahood.

The spirit of enlightenment, the aspiration to achieve it, the mind set on Enlightenment. It involves two parallel aspects. First, the determination to achieve Buddhahood (above is to seek Bodhi). Second, the aspiration to rescue all sentient beings (below is to save or transform all beings). Mind of enlightenment, mind of love, mind of deepest request to realize oneself and work for the well-being of all. The mind of enlightenment or the aspiration of a Bodhisattva for supreme enlightenment for the welfare of all sentient beings. It is often divided into two aspects: 1) the intention to become awakened; and 2) acting on the intention by pursuing the path to awakening (Bodhi). According to Zen Master Suzuki in the *Outlines of Mahayana Buddhism*, Bodhicitta is the most important characteristic of Bodhisattva, thus on the basis of Nagarjuna's *Discourse on the Transcendentality of the Bodhicitta*, he gives a detailed description of Bodhicitta. First, the Bodhicitta is free from all determinations, the five skandhas, the twelve ayatanas, and the eighteen dhatus. It is not particular, but universal. Second, love is the essence of the Bodhicitta, therefore, all Bodhisattvas find their reason of being in this. Third, the Bodhicitta abides in the heart of sameness (samata) creates individual means of salvation (upaya). Fourth, evidently Maitreya exhausted his power of speech in order to extol the importance of the Bodhicitta in the career of a Bodhisattva, for without this being fully impressed on the mind of the young Buddhist pilgrim Sudhana, he could not have been led into the interior of the Tower of Vairocana. The Tower harbors all the secrets that belong to the spiritual life of the highest Buddhist. If the novice were not quite fully prepared for the initiation, the secrets would have no signification whatever. They may even be grossly misunderstood, and the result will be calamitous indeed. For this reason, Maitreya left not a stone unturned to show Sudhana what the Bodhicitta really meant.

According to the *Avatamsaka Sutra*, the Buddha taught: "Good Buddhists! In Bodhisattvas arise the Bodhi-mind, the mind of great compassion, for the salvation of all beings; the mind of great kindness, for the unity with all beings; the mind of happiness, to stop the mass misery of all beings; the altruistic mind, to repulse all that is not good;

the mind of mercy, to protect from all fears; the unobstructed mind, to get rid of all obstacles; the broad mind, to pervade all universes; the infinite mind, to pervade all spaces; the undefiled mind, to manifest the vision of all Buddhas; the purified mind, to penetrate all knowledge of past, present and future; the mind of knowledge, to remove all obstructive knowledge and enter the ocean of all-knowing knowledge. Just as someone in water is in no danger from fire, the Bodhisattva who is soaked in the virtue of the aspiration for enlightenment or Bodhi mind, is in no danger from the fire of knowledge of individual liberation. Just as a diamond, even if cracked, relieves poverty, in the same way the diamond of the Bodhi mind, even if split, relieves the poverty of the mundane whirl. Just as a person who takes the elixir of life lives for a long time and does not grow weak, the Bodhisattva who uses the elixir of the Bodhi mind goes around the mundane whirl for countless eons without becoming exhausted and without being stained by the ills of the mundane whirl. The Avatamsaka Sutra also says: “To neglect the Bodhi Mind when practicing good deeds is the action of demons.” This teaching is very true indeed. For example, if someone begins walking without knowing the destination or goal of his journey, isn’t his trip bound to be circuitous, tiring and useless? It is the same for the cultivator. If he expends a great deal of effort but forgets the goal of attaining Buddhahood to benefit himself and others, all his efforts will merely bring merits in the human and celestial realms. In the end he will still be deluded and revolved in the cycle of Birth and Death, undergoing immense suffering. If this is not the action of demons, what, then, is it? For this reason, developing the Supreme Bodhi Mind to benefit oneself and others should be recognized as a crucial step.

A Bodhisattva’s Bodhi mind vows not only to destroy the lust of himself, but also to destroy the lust for all other sentient beings. A Bodhisattva who makes the Bodhi mind always vows to be the rain of food and drink to clear away the pain of thirst and hunger during the aeon of famine (to change himself into food and drink to clear away human beings’ famine). That person always vows to be a good doctor, good medicine, or a good nurse for all sick people until everyone in the world is healed. That person always vows to become an inexhaustible treasure for those who are poor and destitute. For the benefiting of all sentient beings, the person with Bodhi mind is willing to give up his

virtue, materials, enjoyments, and even his body without any sense of fatigue, regret, or withdrawal. That person always believes that Nirvana is nothing else but a total giving up of everything (giving up does not mean throwing away or discarding, but it means to give out for the benefit of all sentient beings). In daily life, that person always stays calm even though he may get killed, abused or beaten by others. That person always vows to be a protector for those who need protection, a guide for all travellers on the way, a bridge or a boat for those who wish to cross a river, a lamp for those who need light in a dark night.

Devout Buddhists should always have the Bodhi-mind that acts out the vows to save all living beings means to start out for bodhi-mind to act out one's vows to save all living beings (all beings possess Tathagata-garbha nature and can become a Buddha; therefore, vow to save them all). The Mahavairocana Sutra says: "The Bodhi Mind is the cause - Great Compassion is the root - Skillful means are the ultimate." For example, if a person is to travel far, he should first determine the goal of the trip, then understand its purpose, and lastly, choose such expedient means of locomotion as automobiles, ships, or planes to set out on his journey. It is the same for the cultivator. He should first take Supreme Enlightenment as his ultimate goal, and the compassionate mind which benefits himself and others as the purpose of his cultivation, and then, depending on his references and capacities, choose a method, Zen, Pure Land or Esoterism, as an expedient for practice. Expedients, or skillful means, refer, in a broader sense, to flexible wisdom adapted to circumstances, the application of all actions and practices, whether favorable or unfavorable, to the practice of the Bodhisattva Way. For this reason, the Bodhi Mind is the goal that the cultivator should clearly understand before he sets out to practice.

Tuyển Luận Thứ Hai Mươi Bốn
The Twenty-Fourth Selective Essay

Bốn Tâm Vô Lượng

Trong Phật giáo, tâm vô lượng là cái tâm rộng lớn, cái tâm không thể tính lường được. Tâm vô lượng không những làm lợi ích cho vô lượng chúng sanh, dẫn sinh vô lượng phúc đức và tạo thành vô lượng quả vị tốt đẹp trong thế giới đời sống trong một đời, mà còn lan rộng đến vô lượng thế giới trong vô lượng kiếp sau này, và tạo thành vô lượng chư Phật. Bốn tâm vô lượng, còn gọi là Tứ Đẳng hay Tứ Phạm Hạnh, hay bốn trạng thái tâm cao thượng. Được gọi là vô lượng vì chúng chiếu khắp pháp giới chúng sanh không giới hạn không ngăn ngại. Cũng còn được gọi là “Phạm Trú” vì đây là nơi trú ngụ của Phạm Chúng Thiên trên cõi Trời Phạm Thiên. Vô Lượng Tâm là những đề mục tu tập mang lại lợi lạc rất lớn cho hành giả. Hành giả tu Phật nên luôn tuân thủ bốn vô lượng tâm vì đó là bốn phẩm hạnh dẫn tới lối sống cao thượng. Chính nhờ bốn phẩm hạnh này mà hành giả có thể loại trừ được tánh ích kỷ và trạng thái bất hòa; đồng thời tạo được tánh vị tha và sự hòa hợp trong gia đình, xã hội và cộng đồng. Trong tu tập, đây là bốn tâm giải thoát, vì từ đó mình có thể nhìn thấy những gì tốt đẹp nhất nơi tha nhân. Như vậy, bốn vô lượng tâm cũng có thể được xem như những đề mục hành thiền thù thắng, qua đó hành giả có thể trau dồi những trạng thái tâm cao siêu hơn. Nhờ tu tập những phẩm chất cao thượng của tứ vô lượng tâm mà hành giả có thể an trụ nơi tâm tĩnh lặng và thanh sạch.

Trong lịch sử Phật giáo, chính tinh thần Từ Bi mà Đức Phật dạy đã ảnh hưởng sâu sắc đến trái tim của vua A Dục, một đại hoàng đế Phật tử của Ấn Độ vào thế kỷ thứ 3 trước Tây Lịch. Trước khi trở thành một Phật tử, ông đã từng là một vị quân vương hiếu chiến giống như cha mình trước là vua Bình Sa Vương, và ông nội mình là vua Candaragupta. Khát vọng muốn bành trướng lãnh thổ của mình đã khiến nhà vua đem quân xâm lăng và chiếm cứ nước láng giềng Kalinga. Trong cuộc xâm lăng này, hàng ngàn người đã bị giết, trong khi nhiều chục ngàn người khác bị thương và bị bắt làm tù binh. Tuy nhiên, khi sau đó nhà vua tin nơi lòng từ bi của đạo Phật, ông đã nhận ra sự điên rồ của việc giết hại này. Vua A Dục cảm thấy vô cùng ân

hận mỗi khi nghĩ đến cuộc thảm sát khủng khiếp này và nguyện giã từ vũ khí. Có thể nói vua A Dục là vị quân vương duy nhất trong lịch sử, là người sau khi chiến thắng đã từ bỏ con đường chinh phục bằng đường lối chiến tranh và mở đầu cuộc chinh phục bằng đường lối chánh pháp. Như chỉ dụ 13 khắc trên đá của vua A Dục cho thấy “Vua đã tra kiếm vào vỏ không bao giờ rút ra nữa. vì Ngài ước mong không làm tổn hại đến các chúng sanh.” Việc truyền bá tín ngưỡng từ bi của Đức Phật trên khắp thế giới phương Đông, phần lớn là do những nỗ lực táo bạo và không mệt mỏi của vua A Dục. Pháp Phật đã một thời làm cho tâm hồn người Á Châu trở nên ôn hòa và không hiếu chiến. Tuy nhiên, nền văn minh hiện đại đang xiết chặt trên các vùng đất Châu Á. Một điều mà ai trong chúng ta cũng phải chấp nhận là với đà tăng trưởng và phát triển của văn minh, thì sức sống nội tâm sẽ suy thoái, và con người ngày càng trở nên sa đọa. Với sự tiến triển của khoa học hiện đại rất nhiều thay đổi đã diễn ra, tất cả những thay đổi và cải tiến này, thuộc về lãnh vực vật chất bên ngoài, và có khuynh hướng làm cho con người thời nay ngày càng trở nên quan tâm đến nhục dục trần tục hơn, nên họ xao lãng những phẩm chất nơi tâm hồn, và trở nên ích kỷ hay vô lương tâm. Những đợt sóng văn minh vật chất đã ảnh hưởng đến nhân loại và tác động đến lối suy tư cũng như cách sống của họ. Con người bị trói buộc thậm tệ bởi giác quan của họ, họ sống quá thiên về thế giới vật chất đến nỗi không còn tiếp chạm được với cái thiện mỹ của thế giới bên trong. Chỉ có quan niệm sống từ bi theo lời Đức Phật dạy mới có thể lập lại sự quân bình về tinh thần và hạnh phúc cho nhân loại mà thôi.

Thật ra, có rất nhiều tế hạnh mà hành giả phải chuẩn bị trong tu tập. Hành giả phải tu tập thế nào mà khi chứng kiến sự thành công của người khác mình phải khởi tâm tùy hỷ; khi thấy người khác đau khổ mình phải khởi tâm thương xót và thông cảm. Khi chính mình thành công mình phải luôn giữ tâm khiêm cung, vân vân và vân vân. Tuy nhiên, Đức Phật đã chỉ ra bốn cái tâm lớn vô lượng. Bốn tâm vô lượng này không những làm lợi ích cho vô lượng chúng sanh, dẫn sinh vô lượng phúc đức và tạo thành vô lượng quả vị tốt đẹp trong thế giới đời sống trong một đời, mà còn lan rộng đến vô lượng thế giới trong vô lượng kiếp sau này, và tạo thành vô lượng chư Phật. Bốn tâm vô lượng, còn gọi là Tứ Đẳng hay Tứ Phạm Hạnh, hay bốn trạng thái tâm cao thượng. Được gọi là vô lượng vì chúng chiếu khắp pháp giới chúng

sanh không giới hạn không ngăn ngại. Cũng còn được gọi là “Phạm Trú” vì đây là nơi trú ngụ của Phạm Chúng Thiên trên cõi Trời Phạm Thiên.

Hành giả tu tập nên luôn tuân thủ tứ vô lượng tâm vì đó là bốn phẩm hạnh dẫn tới lối sống cao thượng. Chính nhờ bốn phẩm hạnh này mà hành giả có thể loại trừ được tánh ích kỷ và trạng thái bất hòa; đồng thời tạo được tánh vị tha và sự hòa hợp trong gia đình, xã hội và cộng đồng. Trong tu tập, đây là bốn tâm giải thoát, vì từ đó mình có thể nhìn thấy những gì tốt đẹp nhất nơi tha nhân. Như vậy, tứ vô lượng tâm cũng có thể được xem như những đề mục hành thiền thù thắng, qua đó hành giả có thể trau dồi những trạng thái tâm cao siêu hơn. Nhờ tu tập những phẩm chất cao thượng của tứ vô lượng tâm mà hành giả có thể an trụ nơi tâm tĩnh lặng và thanh sạch. Tất cả những phương pháp tu tập trong Phật giáo về thiền, tịnh độ, hay mật chú, vân vân, hành giả không bao giờ nên có tâm thái ngưng cảm thông với những người khác. Riêng hành giả đi theo con đường tu tập thiền định không phải là tự cô lập trong một cái lồng hay một cái buồng, mà là tự do cởi mở trong quan hệ với mọi người. Con đường tự nhận thức bao giờ cũng đem lại kết quả tạo nên một đường lối đối xử khác với mọi người, một đường lối thấm nhuần từ bi, thương yêu và cảm thông với mọi sanh linh.

Từ Vô Lượng Tâm: Lòng từ là một trong những đức tính chủ yếu của Phật giáo. Lòng từ thiện vô tư đối với tất cả mọi người. Thực tập lòng từ nhằm chiến thắng hận thù, trước là với người thân rồi sau với ngay cả người đứng, và sau cùng là hướng lòng từ đến với ngay cả kẻ thù, vì tâm từ là lòng ước muốn tất cả chúng sanh đều được an vui hạnh phúc. Trong kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Hận thù không chấm dứt được hận thù; chỉ có tình thương mới chấm dứt được hận thù mà thôi.” Thật vậy, lòng bi mẫn và lòng từ ái là những thứ cực kỳ quan trọng đối với con người, vì dẫu rằng có những cố gắng tự cung tự túc, nhưng con người vẫn cần có nhau. Không ai là một hòn đảo riêng biệt cả. Một hòn đảo biệt lập ngoài biển khơi có thể tự tồn một mình, nhưng con người không thể sống một mình. Chúng ta cần lẫn nhau, và chúng ta phải xem nhau như những người bạn hay những người giúp đỡ hỗ trợ lẫn nhau. Mọi người, theo thuyết luân hồi, thật ra đều là anh em với nhau, đúng nghĩa là những thành viên trong một đại gia đình, vì qua nhiều vòng liên hồi liên tục, không có một người nam hay một

người nữ nào trong quá khứ đã không từng là cha mẹ hay anh chị em của chúng ta. Vì vậy, chúng ta phải tập thương yêu nhau, kính trọng nhau, che chở cho nhau, và chia sẻ với người khác những gì mình có. Tu tập thiền định là tự tập loại trừ lòng ganh ghét, thù hận và vị kỷ, để phát triển lòng từ bi lân mẫn đến với mọi loài. Chúng ta có thân xác và đời sống của riêng mình, nhưng chúng ta vẫn có thể sống hài hòa và giúp đỡ người khác trong khả năng có được của mình. Trong đạo Phật, lòng từ là lòng yêu thương rộng lớn đối với chúng sanh mọi loài, còn gọi là từ vô lượng tâm. Từ vô lượng tâm là lòng thương yêu vô cùng rộng lớn đối với toàn thể chúng sanh mọi loài, và gây tạo cho chúng sanh cái vui chân thật. Hành giả tu thiền phải cẩn thận canh phòng cái gọi là ‘tình yêu thương dưới hình thức yêu thương xác thịt’, đó chỉ là cái vui của thế gian mà thôi. Cái vui của thế gian chỉ là cái vui giả tạm, vui không lâu bền, cái vui ấy bị phiền não chi phối; khi tham sân si được thỏa mãn thì vui; khi chúng không được thỏa mãn thì buồn. Muốn có cái vui chân thật, cái vui vĩnh viễn thì trước tiên chúng ta phải nhổ hết khổ đau do phiền não gây ra. “Từ” phải có lòng bi đi kèm. Bi để chỉ nguyên nhân của đau khổ và khuyên bảo chúng sanh đừng gây nhân khổ, từ để chỉ phương pháp cứu khổ ban vui. Tuy nhiên, lòng từ không phải là một đặc tính bẩm sinh. Nếu chúng ta muốn phát triển lòng từ chúng ta phải bỏ nhiều thời gian hơn để thực hành. Ngồi thiền tự nó không mang lại cho chúng ta cái gọi là “lòng từ.” Muốn được lòng từ, chúng ta phải đưa nó vào hành động trong cuộc sống hằng ngày của chúng ta. Trong những sinh hoạt hằng ngày của chúng ta, chúng ta phải phát triển sự cảm thông và gần gũi với người khác bằng cách suy niệm về những khổ đau của họ. Chẳng hạn như khi gặp ai đang khổ đau phiền não thì chúng ta hết lòng an ủi hoặc giúp đỡ họ về vật chất nếu cần. Nỗi khổ của chúng sanh vô lượng thì lòng từ cũng phải là vô lượng. Muốn thành tựu tâm từ này, hành giả tu thiền phải dùng đủ phương tiện để làm lợi lạc cho chúng sanh, trong khi hóa độ phải tùy cơ và tùy thời. Tùy cơ là quan sát trình độ căn bản của chúng sanh như thế nào rồi tùy theo đó mà chỉ dạy. Cũng giống như thầy thuốc phải theo bệnh mà cho thuốc. Tùy thời là phải thích ứng với thời đại, với gian đoạn mà hóa độ. Nếu không thích nghi với hoàn cảnh và không cập nhật đúng với yêu cầu của chúng sanh, thì dù cho phương pháp hay nhất cũng không mang lại kết quả tốt. Trong Kinh Tâm Địa Quán, Đức Phật đã dạy về bốn thứ không tùy cơ là nói không phải chỗ,

nói không phải thời, nói không phải căn cơ, và nói không phải pháp. Thiền định trên Tâm Từ là tu tập làm sao có được cái tâm đem lại niềm vui sướng cho chúng sanh. Ở đây hành giả với tâm đầy lòng từ trải rộng khắp nơi, trên, dưới, ngang, hết thấy phương xứ, cùng khắp vô biên giới, vị ấy luôn an trú biến mãn với tâm từ, quảng đại, vô biên, không hận, không sân. Từ vô lượng tâm còn có nghĩa là tâm ao ước mong muốn phúc lợi và hạnh phúc của chúng sanh. Sức mạnh của “Lòng Từ” là Hạnh Phúc Thế Gian, nhưng cũng là Năng Lực cho sự tu tập Thiền Định. Tâm từ có sức mạnh đem lại hạnh phúc thế tục cho chúng ta trong kiếp này. Không có tâm từ, con người trên thế giới này sẽ đương đầu với vô vàn vấn đề như hận, thù, ganh ghét, đố kỵ, kiêu ngạo, vân vân. Phật tử nên phát triển tâm từ, nên ấp ủ yêu thương chúng sanh hơn chính mình. Thương yêu nên được ban phát một cách vô điều kiện, bất vụ lợi và bình đẳng giữa thân sơ, bạn thù.

Bi Vô Lượng Tâm: Tâm bi là cái tâm hay tấm lòng bi mẫn thương xót cứu vớt người khác thoát khỏi khổ đau phiền não. Lòng bi là lòng vị tha, không vì bản ngã, mà dựa trên nguyên tắc bình đẳng. Khi thấy ai đau khổ bèn thương xót, ấy là bi tâm. Lòng bi mẫn có nghĩa là tư duy vô hại. “Karuna” được định nghĩa như “tính chất làm cho trái tim của người thiện lành rung động trước những bất hạnh của người khác” hay “tính chất làm khơi dậy những cảm xúc dịu dàng trong một người thiện lành, khi nhìn thấy những khổ đau của người khác. Độc ác, hung bạo là kẻ thù trực tiếp của lòng bi mẫn. Mặc dù sự buồn rầu hay sầu khổ có thể xuất hiện dưới dạng một người bạn, nó vẫn không phải là Karuna thật sự, mà chỉ là lòng trắc ẩn giả dối, lòng trắc ẩn như vậy là không trung thực và chúng ta phải cố gắng phân biệt tâm bi thật sự với lòng trắc ẩn giả dối này. Người có lòng bi mẫn là người tránh làm hại hay áp bức kẻ khác, đồng thời cố gắng xoa dịu những bất hạnh của họ, bố thí sự vô úy hay đem lại sự an ổn cho họ cũng như cho mọi người, không phân biệt họ là ai. Lòng Bi Mẫn không có nghĩa là thụ động. Lòng Bi Mẫn trong đạo Phật có nghĩa là từ bi lân mẫn, và từ bi lân mẫn không có nghĩa là cho phép người khác chà đạp hay tiêu diệt mình. Chúng ta phải tử tế với mọi người, nhưng chúng ta cũng phải bảo vệ chính chúng ta và nhiều người khác. Nếu cần giam giữ một người vì người ấy nguy hiểm, thì phải giam. Nhưng chúng ta phải làm việc này với tâm từ bi. Động lực là ngăn ngừa người ấy tiếp tục phá hoại và nuôi dưỡng lòng sân hận. Đối với Hành giả tu Phật, lòng Bi Mẫn có

thể giúp chế ngự được sự ngạo mạn và ích kỷ. Bi Vô Lượng Tâm là tâm cứu khổ cho chúng sanh. Ở đây hành giả với tâm đầy lòng bi mẫn trải rộng khắp nơi, trên, dưới, ngang, hết thủy phương xứ, cùng khắp vô biên giới, vị ấy luôn an trú biến mãn với tâm bi, quảng đại, vô biên, không hận, không sân. Bi vô lượng tâm còn làm tâm ta rung động khi thấy ai đau khổ. Tâm ao ước mong muốn loại trừ đau khổ của người khác, đối lại với sự tàn ác. Một khi chúng ta đã kiện toàn lòng bi mẫn thì tâm chúng ta sẽ tràn đầy những tư tưởng vị tha, và tự nhiên chúng ta nguyện cống hiến đời mình cho việc cứu khổ người khác. Ngoài ra, lòng bi mẫn còn giúp chúng ta chế ngự được sự ngạo mạn và ích kỷ. Lòng bi mẫn có nghĩa là mong cầu cho người khác được thoát khỏi những khó khăn và đau khổ mà họ đã và đang phải trải qua. Lòng bi mẫn khác với lòng thương hại và những tâm thái có tính cách chiếu cố khác. Lòng bi mẫn luôn đi kèm với nhận thức về sự bình đẳng giữa mình và những chúng sanh khác về phương diện mong cầu hạnh phúc và mong muốn thoát khỏi cảnh khổ, và từ đó làm cho chúng ta có thể giúp người khác dễ dàng như giúp chính bản thân mình. “Đồng cảm từ bi hay khoan dung,” một trong những phẩm chất quan trọng và nổi bật nhất của chư Phật và chư Bồ tát, và “bi” cũng chính là động lực phía sau sự theo đuổi cứu cánh giác ngộ Bồ Đề. Sự đồng cảm này thể hiện một cách không phân biệt đối với tất cả chúng sanh mọi loài. Từ bi là một thái độ tích cực quan tâm đến sự khổ não của các chúng sanh khác. Sự đồng cảm ở người tu tập phải được gia tăng bằng trí năng để trở thành đúng đắn và có hiệu quả. Tính từ bi thể hiện ở Bồ Tát Quán Âm. Theo Phật giáo Nguyên Thủy, bi là một trong “tứ vô lượng tâm.” Nó quan hệ tới việc phát triển lòng thương cảm nơi vô số chúng sanh. Theo Phật giáo Đại thừa, từ bi không chưa gọi là đủ, vì nó vẫn còn kém lòng “đại bi” của chư Bồ Tát đến với hết thủy chúng sanh, và từ bi phải đi đôi với trí tuệ mới có thể đạt đến đại giác được. Vì vậy hành giả phải tu tập cả bi lẫn trí, để cái này cân bằng và làm mạnh cái kia. Lòng “Bi” chính là một trong những cửa ngõ quan trọng đi đến đại giác, vì nhờ đó mà chúng ta không giết hại chúng sanh.

Lòng bi mẫn có nghĩa là mong cầu cho người khác được thoát khỏi những khó khăn và đau khổ mà họ đã và đang phải trải qua. Lòng bi mẫn khác với lòng thương hại và những tâm thái có tính cách chiếu cố khác. Lòng bi mẫn luôn đi kèm với nhận thức về sự bình đẳng giữa mình và những chúng sanh khác về phương diện mong cầu hạnh phúc

và mong muốn thoát khỏi cảnh khổ, và từ đó làm cho chúng ta có thể giúp người khác dễ dàng như giúp chính bản thân mình. Ở đây vị Tỳ Kheo với tâm đầy lòng bi mẫn trải rộng khắp nơi, trên, dưới, ngang, hết thủy phương xứ, cùng khắp vô biên giới, vị ấy luôn an trú biến mãn với tâm bi, quảng đại, vô biên, không hận, không sân. Bi vô lượng tâm còn làm tâm ta run động khi thấy ai đau khổ. Tâm ao ước mong muốn loại trừ đau khổ của người khác, đối lại với sự tàn ác. Lòng bi mẫn của chư vị Bồ Tát là không thể nghĩ bàn. Chư Bồ Tát là những bậc đã giác ngộ, những vị Phật tương lai, tuy nhiên, các Ngài nguyện sẽ tiếp tục trụ thế trong một thời gian thật dài. Tại sao vậy? Vì lợi ích cho tha nhân, vì các ngài muốn cứu vớt chúng sanh ra khỏi cơn đại hồng thủy của khổ đau phiền não. Nhưng còn lợi ích của chính các ngài ở đâu? Với các ngài, lợi ích của chúng sanh chính là lợi ích của các ngài, bởi vì các ngài muốn như vậy. Tuy nhiên, nói như vậy thì ai có thể tin được? Thật là đúng với những người khô cạn tình thương, chỉ nghĩ đến riêng mình thì thấy khó tin được lòng vị tha của vị Bồ Tát. Nhưng những người có từ tâm thì hiểu nó dễ dàng. Chúng ta chẳng thấy đó sao, một số người nguội lạnh tình thương thấy thích thú trước niềm đau nỗi khổ của người khác, dù cho niềm đau nỗi khổ chẳng mang lại lợi ích chi cho họ? Và chúng ta cũng phải thừa nhận rằng chư Bồ Tát, cương quyết trong tình thương, thấy hoan hỷ giúp ích cho kẻ khác không chút lo âu vị kỷ. Chúng ta chẳng thấy sao, những kẻ u minh trước bản chất thật sự của vạn hữu nên coi cái “Ngã” là thật nên trói buộc vào nó và hậu quả là khổ đau phiền não. Trong khi chư Bồ Tát đã xóa bỏ được cái “Ngã” nên ngừng xem những cái “Ta” và “của ta” là thật. Chính vì thế mà chư vị Bồ Tát luôn ân cần từ bi đối với tha nhân và sẵn sàng chịu muôn ngàn khổ đau phiền não vì sự ân cần từ bi này. Lòng bi mẫn chắc chắn không phải là một trạng thái ủy mị hay yếu đuối của tâm. Nó là một cái gì đó mạnh mẽ, vững chắc. Trái tim của người có lòng bi mẫn thực sự sẽ rung động, khi thấy một người nào đó trong cơn hoạn nạn. Tuy nhiên, đây không phải là một sự ưu sầu buồn bã; chính sự rung động này đã khích lệ người ấy hành động và thúc dục người ấy cứu nguy kẻ bất hạnh. Muốn làm được điều này phải cần đến sức mạnh của tâm, phải cần đến rất nhiều lòng khoan dung và tâm xả. Thật là sai lầm khi có người vội vã đi đến kết luận rằng lòng bi mẫn là sự biểu lộ một tâm hồn yếu đuối, bởi vì nó có tính chất dịu dàng, nhu mì. Quan điểm của đạo Phật về lòng bi mẫn không

có những giới hạn quy định. Mọi chúng sanh kể cả những sinh vật nhỏ bé nhất bò dưới chân chúng ta. Như vậy, nhân sinh quan của đạo Phật cho rằng không có chúng sanh nào được xem như nằm ngoài vòng từ bi và không có sự phân biệt giữa người, thú, sâu bọ, hay giữa người và người như thượng đẳng hay hạ liệt, giàu hay nghèo, mạnh hay yếu, trí hay ngu, đen hay trắng, Bà La Môn hay Chiên Đà La, vân vân, vì Từ Bi không có biên giới, và ngay khi chúng ta cố gắng phân chia con người ra trên căn bản sai lầm vừa kể trên, liền theo đó cái cảm xúc tư riêng đã lên vào và những phẩm chất vô hạn này đã trở thành hữu hạn, mà điều này trái ngược lại với những lời dạy của Đức Phật. Chúng ta cần phải thận trọng không để nhầm lẫn tâm bi với những biểu hiện bệnh hoạn của sự buồn rầu, với những cảm giác khổ thân, và với sự ủy mị. Mất một người thân, chúng ta khóc, nhưng cái khóc đó không phải là lòng bi mẫn. Nếu phân tích những cảm xúc này một cách cẩn thận, chúng ta sẽ thấy rằng chúng chỉ là những biểu hiện bề ngoài của những tư tưởng, hay ý nghĩ triu mến, ích kỷ nằm bên trong của chúng ta. Tại sao chúng ta cảm thấy buồn rầu? Bởi vì người thân của chúng ta đã qua đời. Người đó là bạn bè, họ hàng của chúng ta nay không còn nữa. Chúng ta cảm thấy rằng mình đã mất đi một niềm hạnh phúc và mọi thứ khác mà người ấy đem lại, cho nên chúng ta buồn rầu. Dầu thích hay không thích, tự lợi vẫn là nguyên nhân chính của tất cả những tình cảm đó. Không thể gọi đây là “Karuna” được, tại sao chúng ta không buồn khóc khi những người chết đó không phải là người thân của chúng ta? Đơn giản là vì chúng ta không quen với họ, chúng ta chẳng mất mát gì cả và sự qua đời của họ cũng chẳng ảnh hưởng gì đến những vui thú và lợi ích mà chúng ta đã có.

Theo Hòa Thượng Thích Nhất Hạnh trong tác phẩm “Giận,” hiểu biết và từ bi là hai nguồn năng lượng rất mạnh. Hiểu biết và từ bi ngược lại với ngu si và thụ động. Nếu cho rằng từ bi là thụ động, yếu đuối hay hèn nhát tức là không hiểu gì hết về ý nghĩa đích thực của hiểu biết và từ bi. Nếu cho rằng những người có tâm từ bi không bao giờ chống đối và phản ứng với bất công là lầm. Họ là những chiến sĩ, những anh hùng, anh thư đã từng thắng trận. Khi bạn hành động với tâm từ bi, với thái độ bất bạo động trên căn bản của quan điểm bất nhị thì bạn phải có rất nhiều hùng lực. Bạn không hành động vì sân hận, bạn không trừng phạt hay chê trách. Từ luôn lớn mạnh trong bạn và bạn có thể thành công trong việc tranh đấu chống bất công. Từ bi

không có nghĩa là chịu đau khổ không cần thiết hay mất sự khôn ngoan bình thường. Thí dụ như bạn hướng dẫn một đoàn người đi thiền hành, di chuyển thật chậm và thật đẹp. Thiền hành tạo ra rất nhiều năng lượng; thiền hành đem lại sự yên tĩnh, vững chãi và bình an cho mọi người. Nhưng nếu bất thành linh trời lại đổ cơn mưa thì bạn đâu có thể cứ tiếp tục đi chậm để cho mọi người phải bị ướt sũng được? Như vậy là không thông minh. Nếu bạn là một người hướng dẫn tốt bạn sẽ chuyển qua thiền chạy (lúp súp). Bạn vẫn duy trì được niềm vui của thiền hành. Bạn vẫn có thể cười và mỉm cười để tỏ ra mình không ngu ngơ trong tu tập. Bạn vẫn có thể giữ chánh niệm khi thực tập thiền chạy dưới cơn mưa. Chúng ta phải thực tập bằng đường lối thông minh. Thiền tập không phải là một hành động ngu ngơ. Thiền tập không phải là nhắm mắt bắt chước người kế bên. Thiền tập là khéo léo và sử dụng trí thông minh của chính mình. Người tu tập thiền quán nên luôn nhớ rằng con người không phải là kẻ thù của chúng ta. Kẻ thù của chúng ta không phải là người khác. Kẻ thù của chúng ta là bạo động, si mê, và bất công trong chính chúng ta và trong người khác. Khi chúng ta trang bị với lòng từ bi và sự hiểu biết, chúng ta không đấu tranh với người khác, nhưng chúng ta chống lại khuynh hướng chiếm đoạt, khống chế và bóc lột. Chúng ta không muốn tiêu diệt người khác, nhưng chúng ta không để cho họ khống chế và bóc lột chúng ta hay người khác. Chúng ta phải tự bảo chúng ta. Chúng ta có trí thông minh, và trí tuệ. Từ bi không có nghĩa là để cho người khác mặc tình bạo động với chính họ và với chúng ta. Từ bi có nghĩa là thông minh. Hành động bất bạo động xuất phát từ tình thương chỉ có thể là một hành động thông minh. Khi nói tới bi mẫn, vị tha và phúc lợi của người khác, chúng ta không nên lầm tưởng rằng nó có nghĩa là mình phải quên mình hoàn toàn. Lòng bi mẫn vị tha là kết quả của một tâm thức mạnh mẽ, mạnh đến độ con người đó tự thách đố lòng vị kỷ hay lòng chỉ yêu có mình từ đời này qua đời khác. Bi mẫn vị tha hay làm vì người khác là một trong những cửa ngõ quan trọng đi vào đại giác, vì nhờ đó mà chúng ta không đổ thừa đổ lỗi cho người.

Hỷ Vô Lượng Tâm: Tâm hỷ là tâm vui mừng khi thấy người khác thoát khổ được vui. Ở đây hành giả với đầy tâm hỷ trải rộng khắp nơi, trên, dưới, ngang, hết thủy phương xứ, cùng khắp vô biên giới, vị ấy luôn an trú biến mãn với tâm hỷ, quảng đại, vô biên, không hận, không sân. Hỷ tâm còn là tâm vui khi thấy người thành công thịnh vượng.

Thái độ khen ngợi hay chúc mừng này giúp loại bỏ tánh ganh tỵ bất mãn với sự thành công của người. Hỷ tâm còn là cái tâm vui theo điều thiện. Vui theo cái vui của người (thấy người làm việc thiện, lòng mình hoan hỷ vui sướng theo). Đây là hạnh nguyện thứ năm trong Phổ Hiền Thập Hạnh Nguyện. Tùy hỷ công đức là phát tâm chứng nhất thiết trí mà siêng tu cội phước, chẳng tiếc thân mạng, làm tất cả những hạnh khó làm, đầy đủ các môn Ba La Mật, chứng nhập các trú địa của Bồ Tát, đến trọn quả vô thượng Bồ đề, vân vân bao nhiêu căn lành ấy, dù nhỏ dù lớn, chúng ta đều tùy hỷ. Hỷ là cái tâm có công năng loại trừ ác cảm. Do công phu tu tập thiền định và khảo sát những thăng trầm của kiếp sống, hành giả có thể trau dồi đức hạnh cao thượng này và hoan hỷ với tình trạng an lành, hạnh phúc và tiến bộ của người khác. Kỳ thật, khi chúng ta vui được với niềm vui của người khác, tâm chúng ta càng trở nên thanh tịnh, tinh khiết và cao cả hơn.

Xả Vô Lượng Tâm: Tâm xả là nội tâm bình đẳng và không có chấp trước, một trong những đức tính chính của Phật giáo, xả bỏ sẽ đưa đến trạng thái hỷ hờ trước những vui khổ hay độc lập với cả hai thứ này. Xả được định nghĩa là tâm bình đẳng, như không phân biệt trước người vật, kỷ bỉ; xả bỏ thế giới vạn hữu, không còn bị phiền não và dục vọng trói buộc. Xả là một trong thất giác phần hay thất bồ đề phần. Đức Phật dạy: “Muốn được vào trong cảnh giới giải thoát thậm thâm của các bậc Bồ Tát, Phật tử trước hết cần phải xả bỏ tất cả dục lạc của ngũ dục của phàm phu. Theo Kinh Duy Ma Cát, khi ngài Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát đến thăm bệnh cư sĩ Duy Ma Cát, ông có hỏi về lòng “xả”. Văn Thù Sư Lợi hỏi Duy Ma Cát: “Sao gọi là lòng xả?” Duy Ma Cát đáp: “Những phước báo mà vị Bồ Tát đã làm, không có lòng hy vọng”. Xả bỏ là không luyến chấp khi làm lợi lạc cho tha nhân. Thói thường khi chúng ta làm điều gì nhất là khi được kết quả tốt, thì chúng ta hay tự hào, tự mãn, và đắc chí. Sự bất bình, cãi vã xung đột giữa người và người, nhóm này với nhóm khác cũng do tánh chấp trước mà nguyên nhân là do sự chấp ngã, chấp pháp mà ra. Đức Phật dạy rằng nếu có người lên án mình sai, mình nên trả lại họ bằng lòng thương, không nên chấp chặt. Khi họ càng cuồng dạy thì chúng ta càng xả bỏ, luôn tha thứ cho họ bằng sự lành. Làm được như vậy là vui. Các vị Bồ Tát đã ly khai quan niệm chấp pháp, nên không thấy mình là ân nhân của chúng sanh; ngược lại, lúc nào họ cũng thấy chính chúng sanh mới là ân nhân của mình trên bước đường lợi tha mãn

chúng, tiến đến công hạnh viên mãn. Thấy chúng sanh vui là Bồ tát vui vì lòng từ bi. Các ngài xả bỏ đến độ người gần xa đều xem bình đẳng, kẻ trí ngu đều coi như nhau, mình và người không khác, làm tất cả mà thấy như không làm gì cả, nói mà không thấy mình có nói gì cả, chứng mà không thấy mình chứng gì cả. Tâm xả bỏ mọi thứ vật chất cũng như vượt lên mọi cảm xúc. Ở đây hành giả với đầy tâm xả trải rộng khắp nơi, trên, dưới, ngang, hết thủy phượng xứ, cùng khắp vô biên giới, vị ấy luôn an trú biến mãn với tâm xả, quảng đại, vô biên, không hận, không sân. Xả vô lượng tâm còn được coi như là nơi mà chư Thiên trú ngụ. Đây là trạng thái tâm nhìn người không thiên vị, không luyến ái, không thù địch, đối lại với thiên vị và thù hận. Tâm ‘Xả’ giúp cho hành giả tu thiền gác qua một bên cả hai cực đoan bám víu và thù hận. Nhờ tâm ‘Xả’ mà hành giả luôn đi trên trung đạo, không còn chạy theo những thứ ưa thích hay xua đuổi những thứ làm mình không vừa ý. Nhờ tâm ‘Xả’ mà hành giả luôn có tâm bình thản, quân bình, không giận dữ, buồn phiền hay lo âu. Xả đóng vai trò rất quan trọng chẳng những cho việc tu tập, mà còn trong đời sống hằng ngày của chúng ta nữa. Thông thường, chúng ta bị những đối tượng vừa lòng và thích thú làm dính mắc hay bị dao động vì gặp phải những đối tượng không ưa thích. Đây là những trở ngại hầu như mọi người đều gặp phải. Chúng ta bị yêu ghét chi phối nên không có sự quân bình. Vì vậy mà tham lam và sân hận dễ dàng lôi kéo chúng ta. Theo Thiền Sư U. Pandita trong quyển “Ngay Trong Kiếp Này”, có năm cách để phát triển tâm xả: Xả đối với tất cả chúng sanh. Điều thiết yếu đầu tiên làm cho tâm xả phát sinh là có thái độ xả ly đối với tất cả chúng sanh, bao gồm những người thân yêu và ngay cả loài vật. Để chuẩn bị cho tâm xả phát sanh, chúng ta phải cố gắng vun bồi thái độ không luyến ái, không chấp giữ và có tâm xả đối với cả người và vật mà mình yêu thương. Phạm nhân chúng ta có thể có một ít dính mắc vào những người thân thuộc, nhưng quá nhiều dính mắc sẽ có hại cho cả mình và người. Có thái độ xả ly với vật vô tri vô giác. Muốn phát triển tâm xả chúng ta cũng phải có thái độ xả ly với vật vô tri vô giác như tài sản, y phục, quần áo thời trang. Tất cả mọi thứ rồi cũng sẽ phải bị hủy hoại theo thời gian bởi mọi thứ trên thế gian này đều bị vô thường chi phối. Tránh xa người quá luyến ái. Những người này thường dính mắc vào sự chấp giữ, chấp giữ vào người, vào vật mà họ cho là thuộc về mình. Nhiều người cảm thấy khổ sở khi thấy người khác sử dụng tài sản hay

vật dụng của mình. Thân cận người không quá luyến ái và người có tâm xả. Hưởng tâm vào việc phát triển tâm xả. Khi tâm hưởng vào việc phát triển xả ly thì nó không còn lang thang những việc phàm tình thế tục nữa.

Four Immeasurable Minds

In Buddhism, an immeasurable mind is a mind of greatness, a mind that cannot be measurable. It not only benefit immeasurable living beings, bringing immeasurable blessings to them, and producing immeasurable highly spiritual attainments in a world, in one life, but also spreads all over immeasurable worlds, in immeasurable future lives, shaping up immeasurable Buddha. The four immeasurables or infinite Buddha-states of mind (Four Immeasurable Minds—The four virtues of infinite greatness). The four kinds of boundless mind, or four divine abodes. These states are called illimitables because they are to be radiated towards all living beings without limit or obstruction. They are also called brahmaviharas or divine abodes, or sublime states, because they are the mental dwellings of the brahma divinities in the Brahma-world. Immeasurable Minds are subjects of meditation that bring great benefits to practitioners. Buddhist practitioners should always observe these four immeasurable minds, for they are four excellent virtues conducive to noble living. They banish selfishness and disharmony and promote altruism with other beings, unity in the family, and good brotherhood in communities. In meditation practice, they are four minds of deliverance, for through them we can recognize the good of others. Therefore, the four immeasurable minds can also be considered as excellent subjects of meditation, through them practitioners can develop more sublime states. By cultivating these noble virtues, practitioners can maintain a calm and pure mind.

In the history of Buddhism, it was the spirit of love and compassion taught by the Buddha that touched the heart of King Asoka, the great Buddhist Emperor of India in the third century B.C. Before he became a Buddhist he was a warlike monarch like his father, King Bimbisara, and his grandfather, King Candragupta. Wishing to extend his territories he invaded and conquered Kalinga. In this war thousands were slain, while many more were wounded and taken captive. Later,

however, when he followed the Buddha's creed of compassion he realized the folly of killing. He felt very sad when he thought of the great slaughter, and gave up warfare. He is the only military monarch on record who after victory gave up conquest by war and inaugurated conquest by righteousness. As his Rock Edict XIII says, 'he sheathed the sword never to unsheath it, and wish no harm to living beings.' The spread of the Buddha's creed of compassion throughout the Eastern world was largely due to the enterprise and tireless efforts of Asoka the Great. The Buddha-law made Asia mild and non-aggressive. However, modern civilization is pressing hard on Asian lands. It is known that with the rise and development of the so-called civilization, man's culture deteriorates and he changes for the worse. With the march of modern science very many changes have taken place, and all these changes and improvements, being material and external, tend to make modern man more and more worldly minded and sensuous with the result that he neglects the qualities of the mind, and becomes self-interested and heartless. The waves of materialism seem to influence mankind and affect their way of thinking and living. People are so bound by their senses, they live so exclusively in the material world that they fail to contact the good within. Only the love and compassion taught by the Buddha can establish complete mental harmony and well-being.

In fact, there are a lot of small virtues that practitioners need to prepare in cultivation. Practitioners should cultivate to a point that they would be happy with other's success and sympathy with other's miseries. They would keep themselves modest when achieving success. However, the Buddha pointed out four immeasurable minds. These four immeasurable minds are not only benefit immeasurable living beings, bringing immeasurable blessings to them, and producing immeasurable highly spiritual attainments in a world, in one life, but also spreads all over immeasurable worlds, in immeasurable future lives, shaping up immeasurable Buddha. The four immeasurables or infinite Buddha-states of mind, the four kinds of boundless mind, or four divine abodes. These states are called illimitables because they are to be radiated towards all living beings without limit or obstruction. They are also called brahmaviharas or divine abodes, or sublime states,

because they are the mental dwellings of the brahma divinities in the Brahma-world.

Practitioners should always observe these four immeasurable minds, for they are four excellent virtues conducive to noble living. They banish selfishness and disharmony and promote altruism with other beings, unity in the family, and good brotherhood in communities. In meditation practice, they are four minds of deliverance, for through them we can recognize the good of others. Therefore, the four immeasurable minds can also be considered as excellent subjects of meditation, through them practitioners can develop more sublime states. By cultivating these noble virtues, practitioners can maintain a calm and pure mind. All methods of cultivation on meditation, Buddha-recitation, secret mantras, and so on, practitioners should never shut ourselves off from communion with our fellow men. As for those who follow the way of meditation is not to become isolated in a cage or cell, but to become free and open in our relations with our fellow beings. The search for self-realization always has its counterpart the development of a new way of relating to others, a way imbued with compassion, love and sympathy with all that live.

Mind of Immeasurable Loving Kindness: Loving kindness means mind of benevolence, one of the principal Buddhist virtues. Maitri is a benevolence toward all beings that is free from attachment. Maitri can be developed gradually through meditation, first toward persons who are close to us, then to others, and at last to those who are indifferent and ill-disposed to us, for the mind of loving-kindness is the wish for the welfare and happiness of all beings. In the Dhammapada Sutta, the Buddha taught: "Hatred does not cease by hatred, hatred ceases only by love." In fact, compassion and loving-kindness are the utmost importance for human beings, for despite our strivings towards self-sufficiency, it remains a fact that people need one another. No man is an island at all. An island can exist alone in the sea, but a man cannot live alone. We need each other, and we must come to regard one another as friends and helpers whom we can look toward for mutual support. All men, as the doctrine of rebirth implies, are really brothers to each other, literally members of the big family, for in the repeated round of rebirth there is not one man or woman who has not at some time in the past been our father or mother, our sister or brother.

Therefore we must learn to love each other, to respect each other, to protect each other, and to give to the other what we would have for ourselves. To practice Zen is to train oneself to eliminate hatred, anger, and selfishness and to develop loving-kindness toward all. We have our physical bodies and our own lives, but still we can live in harmony with each other and help each other to the best of our ability. In Buddhism, loving kindness is the greatest love toward all sentient beings. Immeasurable loving kindness is the greatest love dedicated to all sentient beings, together with the desire to bring them joy and happiness. Practitioners should be on permanent guard against the so-called ‘carnal love disguised as loving-kindness’, it is only one of the human joys. Human joy is totally impermanent; it is governed by misery, that is, when our passions such as greed, anger, and ignorance are satisfied, we feel pleased; but when they are not satisfied, we feel sad. To have a permanent joy, we must first sever all sufferings. Loving kindness generally goes together with pity whose role is to help the subjects sever his sufferings, while the role of loving kindness is to save sentient beings from sufferings and to bring them joy. However, loving-kindness is not an inborn characteristic. If we really want to develop our loving-kindness, we have to devote more time to practice. Sitting in meditation alone cannot bring us the so-called “loving-kindness.” In order to achieve the loving-kindness, we must put loving-kindness in actions in our daily life. In our daily activities, we must develop empathy and closeness to others by reflecting on their sufferings. For example, when we know someone suffering, we should try our best to console them by kind words or to help them with our worldly possessions if needed. To respond to immeasurable human sufferings, we should have immeasurable loving kindness. To accomplish the heart of immeasurable loving kindness, practitioners have developed their immeasurable loving kindness by using all means to save mankind. They act so according to two factors, specific case and specific time. Specific case, like the physician who gives a prescription according to the specific disease, the Bodhisattva shows us how to put an end to our sufferings. Specific time means the teachings must always be relevant to the era, period and situation of the sufferers and their needs. The Contemplation of the Mind Sutra teaches that we must avoid four opportune cases: What we say is not at the right place,

what we say is not in the right time, what we say is not relevant to the spiritual level of the subject, and what we say is not the right Buddhist Dharma. Meditation on the “Loving-kindness” is cultivating to attain a mind that bestows joy or happiness. Immeasurable Love, a mind of great kindness, or infinite loving-kindness. Boundless kindness (tenderness), or bestowing of joy or happiness. Here, a practitioner, with a heart filled with loving-kindness. Thus he stays, spreading the thought of loving-kindness above, below, and across, everywhere, always with a heart filled with loving-kindness, abundant, magnified, unbounded, without hatred or ill-will. The loving-kindness is also the wish for the welfare and happiness of all living beings. It helps to eliminate ill-will. The powers of Loving-kindness is the Temporal Happiness and the Energy for Meditation Practices. Love has the power of bestowing temporal happiness upon us in this lifetime. Without love, people in this world will encounter a lot of problems (anger, hatred, jealousy, envy, arrogance, etc). A Buddhist should develop love for all sentient beings and to cherish others more than oneself. Love should be given equally to everyone including relatives or strangers, friends or foes, given without any conditions, without self-interests or attachment.

Mind of Immeasurable Compassion: Compassion means mind of sympathy, or pity (compassion) for another in distress and desire to help him or to deliver others from suffering out of pity. The compassion is selfless, non-egoistic and based on the principle of universal equality. ‘Karuna’ means pity or compassion. In Pali and Sanskrit, ‘Karuna’ is defined as ‘the quality which makes the heart of the good man tremble and quiver at the distress of others.’ The quality that rouses tender feelings in the good man at the sight of others’ suffering. Cruelty, violence is the direct enemy of ‘karuna’. Though the latter may appear in the guise of a friend, it is not true ‘karuna’, but falsely sympathy; such sympathy is deceitful and one must try to distinguish true from false compassion. The compassionate man who refrains from harming and oppressing others and endeavors to relieve them of their distress, gives the gift of security to one and all, making no distinction whatsoever. To be kind does not mean to be passive. “Karuna” in Buddhism means compassionate, and compassionate does not mean to allow others to walk all over you, to allow yourself to be destroyed.

We must be kind to everybody, but we have to protect ourselves and protect others. If we need to lock someone up because he is dangerous, then we have to do that. But we have to do it with compassion. Our motivation is to prevent that person from continuing his course of destruction and from feeding his anger. For practitioners, Compassion can help refraining from pride and selfishness. Immeasurable Compassion, a mind of great pity, or infinite compassion. Boundless pity, to save from suffering. Here a Zen practitioner, with a heart filled with compassion. Thus he stays, spreading the thought of compassion, above, below, across, everywhere, always with a heart filled with compassion, abundant, magnified, unbounded, without hatred or ill-will. Compassion also makes the heart quiver when other are subject to suffering. It is the wish to remove the suffering of others, and it is opposed to cruelty. Once we have fully developed compassion, our mind will be full with altruistic thoughts, and we automatically pledge to devote ourselves to freeing others from the the suffering. In addition, compassion also enables us to refrain from pride and selfishness. Compassion means wishing others be freed from problems and pain that they have undergone or are undergoing. Compassion is different from pity and other condescending attitudes. Compassion recognizes ourselves and others as equal in terms of wanting happiness and wanting to be free from misery, and enables us to help them with as much ease as we now help ourselves. "Active Compassion," one of the most important and the outstanding quality of all Buddhas and bodhisattvas; it is also the motivation behind their pursuit of awakening. Compassion extends itself without distinction to all sentient beings. "Karuna" refers to an attitude of active concern for the sufferings of other sentient beings. Practitioners must cultivate or increase compassion via wisdom (prajna). In Theravada, it is one of the four "immeasurables." It involves developing a feeling of sympathy for countless sentient beings. According to the Mahayana Buddhism, compassion itself is insufficient, and it is said to be inferior to the "great compassion" of Bodhisattvas, which extends to all sentient beings, and this must be accompanied by wisdom to approach enlightenment. Thus, practitioners must train both "karuna" and "prajna," with each balancing and enhancing the other. Karuna or compassion is one of the

most important entrances to the great enlightenment; for with it, we do not kill or harm living beings.

Compassion means wishing others be freed from problems and pain that they have undergone or are undergoing. Compassion is different from pity and other condescending attitudes. Compassion recognizes ourselves and others as equal in terms of wanting happiness and wanting to be free from misery, and enables us to help them with as much ease as we now help ourselves. Immeasurable Compassion, a mind of great pity, or infinite compassion. Here a monk, with a heart filled with compassion. Thus he stays, spreading the thought of compassion, above, below, across, everywhere, always with a heart filled with compassion, abundant, magnified, unbounded, without hatred or ill-will. Compassion also makes the heart quiver when other are subject to suffering. It is the wish to remove the suffering of others, and it is opposed to cruelty. Bodhisattvas' compassion is inconceivable. Bodhisattvas are enlightenment-beings, Buddhas-to-be, however, they vow to continue stay in this world for a long period of time. Why? For the good of others, because they want to become capable of pulling others out of this great flood of sufferings and afflictions. But what personal benefit do they find in the benefit of others? To Bodhisattvas, the benefit of others is their own benefit, because they desire it that way. However, in saying so, who could believe that? It is true that some people devoid of pity and think only of themselves, find it hard to believe in the altruism of the Bodhisattvas. But compassionate people do so easily. Do we not see that certain people, confirmed in the absence of pity, find pleasure in the suffering of others, even when it is not useful to them? And we must admit that the Bodhisattvas, confirmed in pity, find pleasure in doing good things to others without any egoistic preoccupation. Don't we see that certain, ignorant of the true nature of the conditioned Dharmas which constitute their so-called "Self", attach themselves to these dharmas, as a result, they suffer pains and afflictions because of this attachment. While we must admit that the Bodhisattvas, detach themselves from the conditioned Dharmas, no longer consider these Dharmas as "I" or "Mine", growing in pitying solicitude for others, and are ready to suffer pains for this solitude? Compassion is surely not a flabby state of mind. It is a strong enduring thing. When a person is in distress, it is truly compassionate

man's heart that trembles. This, however, is not sadness; it is this quacking of the heart that spurs him to action and incites him to rescue the distressed. And this needs strength of mind, much tolerance and equanimity. So, it is totally wrong to come to a hurry conclusion that compassion to be an expression of feebleness, because it has the quality of tenderness. The Buddhist conception of "Karuna" has no compromising limitations. All beings include even the tiniest creature that crawls at our feet. The Buddhist view of life is such that no living being is considered as outside the circle of "Metta and Karuna" which make no distinction between man, animal and insect, or between man and man, as, high and low, rich and poor, strong and weak, wise and unwise, dark and fair, Brahmin and Candala, and so forth; for "Metta and Karuna" are boundless and no sooner do we try to keep men apart on the false basis mentioned above, than the feeling of separateness creeps in and these boundless qualities become limited which is contrary to the teaching of the Buddha. We must be careful not to confuse compassion with morbid manifestations of sadness, with feelings of mental pain and with sentimentality. At the loss of a dear one, man weeps, but that is not compassion. If we analyze such feelings carefully we will conclude that they are outward manifestations of our inner thoughts of self affection. Why do we feel sad? Because our loved one has passed away. He who was our kin is now no more. We feel that we have lost the happiness and all else that we derived from him and so we are sad. Do we not see that all these feelings revolve round the 'I' and 'Mine'? Whether we like it or not, self interest was responsible for it all. Can we call this 'karuna', pity or compassion? Why do we not feel equally sad when others who are not our kin pass away before our eyes? Because we were not familiar with them, they were not ours, we have not lost anything and are not denied the pleasures and comforts we already enjoy.

According to Most Venerable Thich Nhat Hanh in "Anger," understanding and compassion are very powerful sources of energy. They are the opposite of stupidity and passivity. If you think that compassion is passive, weak, or cowardly, then you don't know what real understanding or compassion is. If you think that compassionate people do not resist and challenge injustice, you are wrong. They are warriors, heroes, and heroines who have gained many victories. When

you act with compassion, with non-violence, when you act on the basis of non-duality, you have to be very strong. You no longer act out of anger, you do not punish or blame. Compassion grows constantly inside of you, and you can succeed in your fight against injustice. Being compassion doesn't mean suffering unnecessarily or losing your common sense. Suppose you are leading a group of people doing walking meditation, moving slowly and beautifully. The walking meditation generates a lot of energy; it embraces everyone with calm, solidity, and peace. But suddenly it begins to rain. Would you continue to walk slowly, letting yourself and everyone else get soaked? That's not intelligent. If you are a good leader of the walking meditation, you will break into a jogging meditation. You still maintain the joy of the walking meditation. You can laugh and smile, and thus you prove that the practice is not stupid. You can also be mindful while running and avoid getting soaked. We have to practice in an intelligent way. Meditation is not a stupid act. Meditation is not just blindly following whatever the person next to you does. To meditate you have to be skillful and make good use of your intelligence. Practitioners should always remember that human beings are not our enemy. Our enemy is not the other person. Our enemy is the violence, ignorance, and injustice in us and in the other person. When we are armed with compassion and understanding, we fight not against other people, but against the tendency to invade, to dominate, and to exploit. We don't want to kill others, but we will not let them dominate and exploit us or other people. We have to protect ourselves. We are not stupid. We are very intelligent, and we have insight. Being compassionate does not mean allowing other people to do violence to themselves or to us. Being compassionate means being intelligent. Non-violent action that springs from love can only be intelligent action. When we talk about compassion, altruism and about others' well-being, we should not misunderstand that this means totally rejecting our own self-interest. Compassion and altruism is a result of a very strong state of mind, so strong that that person is capable of challenging the self-cherishing that loves only the self generation after generation. Compassion and altruism or working for the sake of others is one of the most important entrances to the great enlightenment; for with it, we do not blame others.

Mind of Immeasurable Joy: Mind of joy means a mind of great joy, or infinite joy. Boundless joy (gladness), on seeing others rescued from suffering. Here a cultivator, with a heart filled with sympathetic joy. Thus he stays, spreading the thought of sympathetic joy above, below, across, everywhere, always with a heart filled with sympathetic joy, abundant, magnified, unbounded, without hatred or ill-will. Appreciative joy is the quality of rejoicing at the success and prosperity of others. It is the congratulatory attitude, and helps to eliminate envy and discontent over the success of others. Immeasurable inner joy also means to rejoice in all good, to rejoice in the welfare of others, or to do that which one enjoys, or to follow one's inclination. This is the fifth of the ten conducts and vows of Samantabhadra Bodhisattva. Rejoice at others' merits and virtues means from the time of our initial resolve for all wisdom, we should diligently cultivate accumulation of blessings without regard for their bodies and lives, cultivate all the difficult ascetic practices and perfect the gates of various paramitas, enter bodhisattva grounds of wisdom and accomplish the unsurpassed Bodhi of all Buddhas. We should completely follow along with and rejoice in all of their good roots (big as well as small merits). Through meditation and study of the vicissitudes of life, practitioners can cultivate this sublime virtue of appreciating others' happiness, welfare and progress. As a matter of fact, when we can rejoice with the joy of others, our minds get purified, serene and noble.

Mind of Immeasurable Equanimity: Mind of equanimity means a mind of renunciation. This is one of the chief Buddhist virtues, that of renunciation, leading to a state of indifference without pleasure or pain, or independence of both. It is defined as the mind in equilibrium, i.e. above the distinction of things or persons, of self or others; indifferent, having abandoned the world and all things, and having no affections or desires. Upeksa is one of the seven Bodhyangas. The Buddha taught: "If one wishes to penetrate into the profound realm of liberation of the Maha-Bodhisattvas, Buddhists must first be able to let go of all of the five desires of ordinary people." According to the Vimalakirti Sutra, when Manjusri Bodhisattva called on to enquire after Upasaka Vimalakirti's health, Manjusri asked Vimalakirti about "Upeksa". Manjusri asked Vimalakirti: "What should be relinquish (upeksa) of a Bodhisattva?" Vimalakirti replied: "In his work of

salvation, a Bodhisattva should expect nothing (i.e. no gratitude or reward) in return.” Detachment is the attitude of those who give up, forget, do not attach any importance for what they have done for the benefit of others. In general, we feel proud, self-aggrandized when we do something to help other people. Quarrels, conflicts, or clashes between men or groups of men are due to passions such as greed or anger whose source can be appraised as self-attachment or dharma-attachment. The Buddha taught that if there is someone who misjudges us, we must feel pity for him; we must forgive him in order to have peace in our mind. The Bodhisattvas have totally liberated themselves from both self-attachment and dharma-attachment. When people enjoy material or spiritual pleasures, the Bodhisattvas also rejoice, from their sense of compassion, pity, and inner joy. They always consider human beings as their benefactors who have created the opportunities for them to practice the Four Immeasurable Minds on their way to Enlightenment. In terms of the Immeasurable Detachment, the Bodhisattvas consider all men equal, the clever as the stupid, themselves as others, they do everything as they have done nothing, say everything as they have said nothing, attain all spiritual levels as they have attained nothing. Immeasurable Equanimity, a mind of great detachment, or infinite equanimity. Limitless indifference, such as rising above all emotions, or giving up all things. Here a practitioner, with a heart filled with equanimity. Thus he stays, spreading the thought of equanimity above, below, across, everywhere, always with a heart filled with equanimity, abundant, magnified, unbounded, without hatred or ill-will. Equanimity is also considered as a divine abode. It is the state of mind that regards others with impartiality, free from attachment and aversion. An impartial attitude is its chief characteristic, and it is opposed to favouritism and resentment. Mind of Equanimity helps practitioners to put aside two extremes of attachment and resentment. Through the mind of equanimity, practitioners always follow the Middle Path, neither attached to the pleasant nor repelled by the unpleasant. Also through the mind of equanimity, practitioners’ mind can remain balanced without any temper, depression or anxiety. Equanimity plays a tremendous role for both in practice and in everyday life. Generally we get either swept away by pleasant and enticing objects, or worked up into a great state of agitation when

confronted by unpleasant, undesirable objects. These hindrances are common among ordinary people. When we lack the ability to stay balanced and unfaltering, we are easily swept into extremes of craving or aversion. According to Zen Master U. Pandita in “In This Very Life”, there are five ways to develop Equanimity: Balanced emotion toward all living beings. The first and foremost is to have an equanimity attitude toward all living beings. These are your loved ones, including animals. We can have a lot of attachment and desire associated with people we love, and also with our pets. To prepare the ground for equanimity to arise, we should try to cultivate an attitude of nonattachment and equanimity toward the people and animals we love. As worldly people, it may be necessary to have a certain amount of attachment in relationships, but excessive attachments is destructive to us as well as to loved ones. Balanced emotion toward inanimate things. To prepare the ground for equanimity to arise, we should also try to adopt an attitude of balance toward inanimate things, such as property, clothing. All of them will decay and perish because everything in this world must be subject to the law of impermanence. Avoiding people who are so attached to people and things. These people have a deep possessiveness, clinging to what they think belongs to them, both people and things. Some people find it is difficult to see another person enjoying or using their property. Choosing friends who do not have many attachments or possessions. Inclining the mind toward the state of equanimity. When the mind is focusing in the development of equanimity, it will not have time to wander off to thoughts of worldly business any more.

Tuyển Luận Thứ Hai Mươi Lăm
The Twenty-Fifth Selective Essay

Tám Thức

Thức theo thuật ngữ Bắc Phạn “Vijnana” có nghĩa là “Hồn Thân”, cũng là tên gọi khác của tâm thức. Nguyên Thủy lập ra sáu thức, Đại Thừa lập ra tám thức này đối với nhục thể gọi là “hồn thân,” mà ngoại đạo gọi là “linh hồn”. Thức là tên gọi khác của tâm. Thức có nghĩa là liễu biệt, phân biệt, hiểu rõ. Tâm phân biệt hiểu rõ được cảnh thì gọi là thức. Theo Phật giáo, “Tánh” tức là “Phật.” “Thức” tức là “Thần Thức”, “Ý” tức là “Tâm Phân Biệt”, và “Tâm” tức là sự suy nghĩ vọng tưởng. Bản tánh thì lúc nào cũng quang minh sáng suốt, không có bỉ, không có thử, không đẹp, không xấu; không rơi vào số lượng hay phân biệt... Nhưng khi có “Thức” rồi thì con người lại bị rơi vào số lượng và phân biệt. “Ý” cũng tạo nên sự phân biệt, và đây chính là thức thứ sáu. Đây là thức tương đối ô nhiễm. Trong khi thức thứ bảy và thức thứ tám thì tương đối thanh tịnh hơn. Có tám loại thức: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý, mặt na, và a lại da thức. Về mặt cơ bản mà nói, thức không phải có tám loại dù nó có tám tên gọi. Thức chỉ là một nhưng lại có tám bộ phận khác nhau. Dầu có tám bộ phận khác nhau nhưng vẫn do chỉ một thức kiểm soát. “Thức” là hành động phân biệt bao gồm sự hiểu biết, nhận biết, trí thông minh, và kiến thức. Thức gồm có tám thứ; năm thứ đầu là kết quả của những hành động liên hệ đến ngũ căn; thức thứ sáu bao gồm tất cả những cảm giác, ý kiến và sự phán đoán; thức thứ bảy là ý thức (cái ngã thâm thâm); thức thứ tám là A Lại Da hay Tầng Thức, nơi chứa đựng tất cả những nghiệp, dù thiện, dù ác hay trung tính. Thức còn có nghĩa là sự nhận thức, sự phân biệt, ý thức, nhưng mỗi từ này đều không bao gồm hết ý nghĩa chứa đựng trong vijnana. Thức là cái trí hay cái biết tương đối. Từ này lắm khi được dùng theo nghĩa đối lập với Jnana trong ý nghĩa tri thức đơn thuần. Jnana là cái trí siêu việt thuộc các chủ đề như sự bất tử, sự phi tương đối, cái bất khả đắc, vân vân, trong khi Vijnana bị ràng buộc với tánh nhị biên của các sự vật.

Khi nói đến “Thức” người ta thường lầm tưởng đến đây chỉ là phần ý thức, phần tinh thần mà theo tâm lý học Phật giáo gọi là thức thứ sáu. Kỳ thật, có sáu thức căn bản, trong đó thức thứ sáu là ý thức. Tâm lý học Phật giáo dựa trên quá trình nhận thức từ sáu năng lực nhận thức: thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm, và suy nghĩ. Mỗi năng lực liên quan đến một giác quan cùng với một thức nhận biết hoạt động đặc biệt tương ứng với giác quan đó. Thức thứ sáu hay ý thức, không phải là tâm, nó là chức năng của tâm, nó không tùy thuộc vào bất cứ căn nào, nhưng nó lệ thuộc vào sự tương tục của “Tâm”. Ý thức nhận biết tất cả sáu đối tượng (sắc, thanh, hương, vị, xúc, và hiện tượng) cả trong quá khứ, hiện tại và vị lai, rồi chuyển giao tất cả tin tức cho Mạt Na thức để nó chuyển giao cho Tàng Thức lưu trữ. Chúng ta hãy thử quan sát thân tâm để xem trong hai thứ đó chúng ta có thể tìm thấy được cái “Ta” nó nằm ở đâu, và chúng ta thấy cái “Ta” nó chẳng ở thân mà cũng chẳng ở tâm. Như vậy cái “Ta” chỉ là tên gọi của một tổng hợp những yếu tố vật chất và tinh thần. Hãy xét về sắc uẩn, sắc tương ứng với cái mà chúng ta gọi là vật chất hay yếu tố vật chất. Nó chẳng những là xác thân mà chúng ta đang có, mà còn là tất cả những vật chất chung quanh chúng ta như nhà cửa, đất đai, rừng núi, biển cả, vân vân. Tuy nhiên, yếu tố vật chất tự nó không đủ tạo nên sự nhận biết. Sự tiếp xúc đơn giản giữa mắt và đối tượng nhìn thấy, hay giữa tai và tiếng động không thể đem lại kết quả nhận biết nếu không có thức. Chỉ khi nào ý thức, năm giác quan và năm đối tượng của nó cùng hiện diện mới tạo nên sự nhận biết. Nói cách khác, khi mắt, đối tượng của mắt, và ý thức cùng hoạt động thì sự nhận biết về đối tượng của mắt mới được tạo nên. Vì vậy, ý thức là yếu tố tối cần thiết trong việc tạo nên sự nhận biết. Ý Thức tức là thức thứ sáu hay tâm. Giác quan này phối hợp với năm giác quan mắt, tai, mũi, lưỡi, và thân để tạo nên sự nhận biết. Việc phối hợp giữa những yếu tố vật chất và tinh thần tạo nên sự thành hình ý thức nội tâm, và tính chất của năm uẩn này đều ở trong trạng thái thay đổi không ngừng. Ngoài ra, chúng ta còn có thức thứ bảy, hay Mạt Na Thức, có công năng chuyển tiếp tất cả tin tức từ ý thức qua A Lại Da Thức; và A Lại Da Thức có công năng như một Tàng Thức hay nơi lưu trữ tất cả tin tức.

Thứ nhất là Nhãn Thức: Nhiệm vụ của nhãn thức là nhận biết hình dáng. Không có nhãn thức, chúng ta sẽ không nhìn thấy gì cả; tuy nhiên nhãn thức lại tùy thuộc vào nhãn căn. Khi nhãn căn gặp một

hình dạng thì nhãn thức liền phát sanh. Nếu Nhãn căn không gặp hình dáng thì nhãn thức không bao giờ phát sinh (một người bị mù không có nhãn căn, như vậy nhãn thức không bao giờ phát sinh). Người tu tập nên luôn thấu triệt điểm tối yếu này để thực tập sao cho hạn chế nhãn căn tiếp xúc với hình sắc, để làm giảm thiểu sự khởi dậy của nhãn thức. Phật nhắc nhở chúng đệ tử của Ngài rằng, phương pháp duy nhất để giảm thiểu sự khởi dậy của nhãn thức là thiền định.

Thứ nhì là Nhĩ Thức: Nhiệm vụ của Nhĩ thức là nhận biết âm thanh; tuy nhiên, nhĩ thức tùy thuộc nơi nhĩ căn. Khi nhĩ căn và âm thanh gặp nhau, nhĩ thức liền phát sanh (nơi người điếc thì nhĩ căn và âm thanh không bao giờ gặp nhau, nên nhĩ thức không bao giờ khởi sanh). Hành giả nên luôn nhớ như vậy để tu tập thiền định mà đóng bớt nhĩ căn.

Thứ ba là Tỷ Thức: Tỷ thức phát triển trên những điều kiện của khứu giác. Tỷ thức tùy thuộc hoàn toàn nơi tỷ căn. Nơi một người mất khả năng khứu giác, thì khứu giác và mùi vị không bao giờ gặp nhau, do đó tỷ thức không khởi sanh. Người tu Phật phải cố gắng đóng bớt tỷ căn.

Thứ tư là Thiệt Thức: Thiệt thức phát sinh liền khi thiệt căn tiếp xúc với một vị nào đó, lúc ấy chúng ta mới kinh qua phân biệt giữa vị này với vị khác, cũng từ đó dục vọng khởi sinh.

Thứ năm là Thân Thức: Thân thức phát triển khi điều kiện nổi bậc trong đó thân tiếp xúc với đối tượng bên ngoài. Thân căn nằm khắp các nơi trong cơ thể. Ở đây vị Tỳ Kheo, thân xúc chạm, không có hoan hỷ, không có ưu phiền, an trú xả, chánh niệm, tỉnh giác. Đây là một trong sáu pháp hằng trú mà Đức Phật dạy trong Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh.

Thứ sáu là Ý Thức: Ý Thức là sự suy nghĩ phối hợp với các căn. Ý thức hay thức của trí thông minh không phải là tâm, nó là sự vận hành của tâm. Tâm chúng sanh là một cơn xoáy không ngừng xoay chuyển, trong đó những hoạt động của tâm không bao giờ ngừng nghỉ theo bốn tiến trình sanh, trụ, dị, diệt. Ý thức không tùy thuộc vào bất cứ căn nào, nhưng lệ thuộc vào sự liên tục của tâm. Ý thức chẳng những nhận biết cả sáu đối tượng gồm sắc, thanh, hương, vị, xúc và các hiện tượng trong quá khứ, hiện tại và ngay cả vị lai. Ý thức sẽ cùng ta lữ hành từ kiếp này qua kiếp khác, trong khi năm thức trước chỉ là những tâm tạm thời. Ý thức còn là một trong năm uẩn. Chức năng của mạn na thức

theo giả thiết là suy nghĩ về mặt na, như nhãn thức suy nghĩ về thế giới hình sắc và nhĩ thức suy nghĩ về thế giới của âm thanh; nhưng thực ra, ngay khi mặt na thức phát sinh ra cái nhị biên của chủ thể và đối tượng do từ cái nhất thể tuyệt đối của A Lại Da thì mặt na thức và quả thực tất cả các thức khác cũng bắt đầu vận hành. Chính vì thế mà trong Kinh Lăng Già, Đức Phật bảo: “Niết Bàn của Phật giáo chính là sự tách xa cái mặt na thức phân biệt sai lầm. Vì mặt na thức làm nguyên nhân và sở duyên thì sự phát sinh bảy thức còn lại xảy ra. Lại nữa, khi mặt na thức phân biệt và chấp thủ vào thế giới của các đặc thù ở bên ngoài thì tất cả các loại tập khí (vasana) được sinh ra theo, và A Lại da được chúng nuôi dưỡng cùng với cái ý tưởng về “tôi và của tôi,” mặt na nắm giữ nó, bám vào nó, suy nghĩ về nó mà thành hình và phát triển. Tuy nhiên, trong bản chất, mặt na và mặt na thức không khác gì nhau, chúng nhờ A Lại Da làm nguyên nhân và sở duyên. Và khi một thế giới bên ngoài thực vốn chỉ là sự biểu hiện của chính cái tâm mình bị chấp chặt mà cho là thực, thì cái hệ thống tâm thức (tâm tụ-citta-kalapa) liên hệ hỗ tương được sinh ra trong tổng thể của nó. Giống như những con sóng biển, được vận hành bởi cơn gió của một thế giới bên ngoài là thế giới do chính cái tâm người ta biểu hiện ra, sinh khởi và biến diệt. Do đó bảy thức kia diệt theo với sự diệt của mặt na thức.” Ý thức không tùy thuộc vào bất cứ căn nào, nhưng lệ thuộc vào sự liên tục của tâm. Ý thức chẳng những nhận biết cả sáu đối tượng gồm sắc, thanh, hương, vị, xúc và các hiện tượng trong quá khứ, hiện tại và ngay cả vị lai. Ý thức sẽ cùng ta lữ hành từ kiếp này qua kiếp khác, trong khi năm thức trước chỉ là những tâm tạm thời. Ý thức còn là một trong năm uẩn. Ý thức xảy ra khi giác quan tiếp xúc với đối tượng bên ngoài. Năm thức đầu tương ứng với ngũ quan. Thức thứ sáu thông qua năm thức trước mà phán đoán về thế giới bên ngoài. Thức thứ bảy làm trung tâm lý luận, tính toán, và kiến trúc đối tượng. Đây chính là nguyên lai của sự chấp trước, nguồn gốc của tự ngã, và nguyên nhân ảo tưởng khởi lên vì cho rằng hiện tượng là có thật. Từ “ý thức” và “vô thức” được dùng với nhiều nghĩa khác nhau. Trong một ý nghĩa mà chúng ta có thể nói là có tính cách tác năng, “ý thức” và “vô thức” ám chỉ một trạng thái chủ thể trong cá nhân. Nói rằng một người ý thức được nội dung tâm thần này nọ có nghĩa là người ấy nhận thức được những tình cảm, dục vọng, phán đoán, vân vân.

Thứ bảy là Mạt-Na thức (Ý Căn): Phạm ngữ “Klista-mano-vijnana” chỉ “tri giác.” Trong Phật giáo người ta gọi nó là “Ý Căn” vì nó có khả năng làm cho con người trở thành một sinh vật có trí khôn và đạo đức. Mạt Na thường được nghĩ tương đương với “tâm” hay “thức.” Nó được rút ra từ gốc chữ Phạm “Man” có nghĩa là “suy nghĩ hay tưởng tượng,” và nó liên hệ tới sinh hoạt tri thức của “thức.” Đây là lý trí tạo ra mọi hư vọng. Nó chính là nguyên nhân gây ra bản ngã (tạo ra hư vọng về một cái “tôi” chủ thể đứng tách rời với thế giới khách thể). Mạt Na Thức cũng tác động như là cơ quan chuyển vận “hạt giống” hay “chủng tử” của các kinh nghiệm giác quan đến thức thứ tám (hay tàng thức). Mạt na thức được diễn tả như là một cái biển trong đó những dòng chảy tư tưởng cứ dâng trào lên không ngừng nghỉ. Nó là thức chuyển tiếp tất cả những tin tức từ ý thức qua A lại da thức. Mạt Na Thức và năm tâm thức tập hợp lại với nhau như các triết gia đã vạch ra. Theo Kinh Lăng Già, hệ thống năm căn thức này phân biệt cái gì thiện với cái gì không thiện. Mạt Na Thức phối hợp với năm căn thức thủ chấp các hình sắc và tướng trạng trong khía cạnh đa phức của chúng; và không có lúc nào ngưng hoạt động cả. Điều này ta gọi là đặc tính sát na chuyển (tạm bợ của các thức). Toàn bộ hệ thống các thức này bị quấy động không ngừng và vào mọi lúc giống như sóng của biển lớn. Mạt-Na thức hay Ý căn là sự suy nghĩ phối hợp với các căn. Ý thức hay thức của trí thông minh không phải là tâm, nó là sự vận hành của tâm. Tâm chúng sanh là một cơn xoáy không ngừng xoay chuyển, trong đó những hoạt động của tâm không bao giờ ngừng nghỉ theo bốn tiến trình sanh, trụ, dị, diệt. Ý thức không tùy thuộc vào bất cứ căn nào, nhưng lệ thuộc vào sự liên tục của tâm. Ý thức chẳng những nhận biết cả sáu đối tượng gồm sắc, thanh, hương, vị, xúc và các hiện tượng trong quá khứ, hiện tại và ngay cả vị lai. Ý thức sẽ cùng ta lữ hành từ kiếp này qua kiếp khác, trong khi năm thức trước chỉ là những tâm tạm thời. Ý thức còn là một trong năm uẩn. Mạt Na hoạt động như một trạm đầu thập tất cả những hoạt động của sáu thức kia. Mạt Na chính là thức thứ bảy trong tám thức, có nghĩa là “Tư Lường.” Nó là Ý thức hay những hoạt động của Ý Căn, nhưng tự nó cũng có nghĩa là “tâm.” Những cơn sóng làm gợn mặt biển A Lại Da thức khi cái nguyên lý của đặc thù gọi là vishaya hay cảnh giới thổi vào trên đó như gió. Những cơn sóng được khởi đầu như thế là thế giới của những đặc thù này đây trong đó tri thức phân biệt, tình cảm chấp thủ, và

phiền não, dục vọng đấu tranh để được hiện hữu và được sự tối thắng. Cái nhân tố phân biệt này nằm bên trong hệ thống các thức và được gọi là mạn na (manas); thực ra, chính là khi mạn na khởi sự vận hành thì một hệ thống các thức hiển lộ ra. Do đó mà các thức được gọi là “cái thức phân biệt các đối tượng” (sự phân biệt thức-vastu-prativikalpa-vijnana). Chức năng của Mạn na chủ yếu là suy nghĩ về A Lại Da, sáng tạo và phân biệt chủ thể và đối tượng từ cái nhất thể thuần túy của A Lại Da. Tập khí tích tập trong A Lại Da giờ đây bị phân ra thành cái nhị biên tính của tất cả các hình thức và tất cả các loại. Điều này được so sánh với đa phức của sóng quấy động biển A Lại Da. Mạn na là một tinh linh xấu theo một nghĩa và là một tinh linh tốt theo nghĩa khác, vì sự phân biệt tự nó không phải là xấu, không nhất thiết luôn luôn là sự phán đoán lầm lạc hay hư vọng phân biệt (abhuta-parikalpa) hay lý luận sai trái (hý luận quá ác-prapanca-daushtulya). Nhưng nó trở thành nguồn gốc của tai họa lớn lao khi nó tạo ra những khát vọng được đặt căn bản trên những phán đoán lầm lạc, như là khi nó tin vào cái thực tính của một ngã thể rồi trở nên chấp vào ngã thể mà cho rằng đấy là chân lý tối hậu. Vì mạn na không những chỉ là cái tri thức phân biệt mà còn là một nhân tố ước vọng và do đó là một tác giả. Mạn na thức cũng được phát hiện từ A Lại Da Thức. Nó là một thứ trực giác, trực giác về sự có mặt của một bản ngã tồn tại và độc lập với thế giới vạn hữu. Trực giác này có tính cách tập quán và mê muội. Tính mê vọng của nó được cầu thành bởi liễu biệt cảnh thức, nhưng nó lại trở thành căn bản cho liễu biệt cảnh thức. Đối tượng của loại tuệ giác này là một mảnh vụn biến hình của A lại da mà nó cho là cái ta, trong đó có linh hồn và thân xác. Đối tượng của nó không bao giờ là tánh cảnh mà chỉ là đối chất cảnh. Vừa là nhận thức về ngã, mạn na được xem như là chướng ngại căn bản cho sự thể nhập thực tại. Công phu thiền quán của liễu biệt cảnh thức có thể xóa được những nhận định sai lạc của mạn na. Chức năng của mạn na thức theo giả thiết là suy nghĩ về mạn na, như nhãn thức suy nghĩ về thế giới hình sắc và nhĩ thức suy nghĩ về thế giới của âm thanh; nhưng thực ra, ngay khi mạn na thức phát sinh ra cái nhị biên của chủ thể và đối tượng do từ cái nhất thể tuyệt đối của A Lại Da thì mạn na thức và quả thực tất cả các thức khác cũng bắt đầu vận hành. Chính vì thế mà trong Kinh Lăng Già, Đức Phật bảo: “Niết Bàn của Phật giáo chính là sự tách xa cái mạn na thức phân biệt sai lầm. Vì mạn na thức làm nguyên nhân và sở duyên

thì sự phát sinh bảy thức còn lại xảy ra. Lại nữa, khi mặt na thức phân biệt và chấp thủ vào thế giới của các đặc thù ở bên ngoài thì tất cả các loại tập khí (vasana) được sinh ra theo, và A Lại da được chúng nuôi dưỡng cùng với cái ý tưởng về “tôi và của tôi,” mặt na nắm giữ nó, bám vào nó, suy nghĩ về nó mà thành hình và phát triển. Tuy nhiên, trong bản chất, mặt na và mặt na thức không khác gì nhau, chúng nhờ A Lại Da làm nguyên nhân và sở duyên. Và khi một thế giới bên ngoài thực vốn chỉ là sự biểu hiện của chính cái tâm mình bị chấp chặt mà cho là thực, thì cái hệ thống tâm thức (tâm tụ—citta-kalapa) liên hệ hỗ tương được sinh ra trong tổng thể của nó. Giống như những con sóng biển, được vận hành bởi cơn gió của một thế giới bên ngoài là thế giới do chính cái tâm người ta biểu hiện ra, sinh khởi và biến diệt. Do đó bảy thức kia diệt theo với sự diệt của mặt na thức.”

Thứ tám là A Lại Da thức (Tàng Thức): A Lại Da là thức căn bản, thức thứ tám trong Bát Thức, còn gọi là Tàng Thức. Tàng thức nơi chứa đựng tất cả chủng tử của các thức, từ đây tương ứng với các nhân duyên, các hạt giống đặc biệt lại được thức Mặt Na chuyển vận đến sáu thức kia, kết thành hành động mới đến lượt các hành động này lại sản xuất ra các hạt giống khác. Quá trình này có tính cách đồng thời và bất tận. A Lại da còn được gọi là “Hiển Thức”, chứa đựng mọi chủng tử thiện ác, hiển hiện được hết thấy mọi cảnh giới. Chữ “Alaya” có nghĩa là cái nhà nơi mà tất cả những gì có giá trị cho chúng ta dùng được tàng trữ và cũng là nơi cư ngụ của chúng ta. Thức A Lại Da, cũng còn được gọi là “Tàng Thức,” hay là “thức thứ tám,” hay là “tàng nghiệp.” Tất cả mọi nghiệp đã lập thành trong quá khứ hay đang được lập thành trong hiện tại đều được tàng trữ trong A Lại Da Thức này. Giáo điển dạy Tâm Lý Học, về tám thức (nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý, Mặt na và A Lại Da). Những thức này giúp chúng sanh phân biệt phải trái. Tuy nhiên, chúng sanh con người có một cái thức thâm sâu gọi là A Lại Da Thức, là chủ thể chính của sự luân hồi sanh tử, và bị các thức khác hiểu lầm đó là một linh hồn hay một cái ngã trường cửu. Chính tại A Lại Da Thức này những ấn tượng hay kinh nghiệm của hành động được tàng trữ dưới hình thức những ‘chủng tử’ và chính những chủng tử này làm nảy nở những kinh nghiệm sắp tới tùy theo hoàn cảnh của từng cá nhân. Theo Bồ Tát Mã Minh trong Đại Thừa Khởi Tín Luận và Nhiếp Luận Tông, A Lại Da thức là nơi hòa hợp chân vọng. Khi nó trở nên thanh tịnh và không còn ô nhiễm, nó chính là “Chân Như.” A Lại

Da có nghĩa là chứa tất cả. Nó đi chung với bảy thức được sinh ra trong ngôi nhà vô minh. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật nói: “Nầy Mahamati! Như Lai Tạng chứa trong nó những nguyên nhân cả tốt lẫn xấu, và từ những nguyên nhân này mà tất cả lục đạo (sáu đường hiện hữu) được tạo thành. Nó cũng giống như những diễn viên đóng các vai khác nhau mà không nuôi dưỡng ý nghĩ nào về ‘tôi và của tôi.’” Chức năng của A Lại Da Thức là nhìn vào chính nó trong đó tất cả tập khí (vasana) từ thời vô thủy được giữ lại theo một cách vượt ngoài tri thức (bất tư nghi-acintya) và sẵn sàng chuyển biến (parinama), nhưng nó không có hoạt năng trong tự nó, nó không bao giờ hoạt động, nó chỉ nhận thức, theo ý nghĩa này thì nó giống như một tấm kiếng; nó lại giống như biển, hoàn toàn phẳng lặng không có sóng xao động sự yên tĩnh của nó; và nó thanh tịnh không bị ô nhiễm, nghĩa là nó thoát khỏi cái nhị biên của chủ thể và đối tượng. Vì nó là cái hành động nhận thức đơn thuần, chưa có sự khác biệt giữa người biết và cái được biết. Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, khi vạn vật phản chiếu trong tâm trí ta, thì thế lực phân biệt hay tưởng tượng của tâm ta sẽ sẵn sàng hoạt động ngay. Đây gọi là “thức” (vijñana). Chính vì thức kết hợp với tất cả yếu tố phản chiếu, tàng chứa chúng, nên được gọi là A Lại Da Thức hay “thức tạng.” Tạng thức chính nó là sự hiện hữu của tập hợp nhân quả và những tâm sở thanh tịnh hoặc nhiễm ô, được tập hợp hay lẫn lộn với chúng theo tương quan nhân quả. Khi tạng thức bắt đầu hoạt động và bước xuống thế giới thường nhật này, thì chúng ta có hiện hữu đa dạng vốn chỉ là thế giới tưởng tượng. Tạng thức, vốn là chủng tử thức, là trung tâm ý thức; và thế giới do thức biểu hiện là môi trường của nó. Chỉ có ở nơi sự giác ngộ viên mãn của Phật, thức thanh tịnh mới bừng chiếu lên. Tịnh thức này có thể tẩy sạch phần ô nhiễm của tạng thức và còn khai triển thế lực trí tuệ của nó. Thế giới của tưởng tượng và thế giới hỗ tương liên hệ được đưa đến chân lý chân thật, tức Viên Thành Thật tánh (parinispāna). Sau khi đạt đến đó, chủng tử tạng, tức là thức, sẽ biến mất và cuối cùng đưa đến trạng thái nơi mà chủ thể và đối tượng không còn phân biệt. Đây là vô phân biệt trí (avikalpa-vijñana). Trạng thái tối hậu là Vô Trụ Niết Bàn (apratisthita-nirvana) nghĩa là sự thành tựu tự do hoàn toàn, không còn bị ràng buộc ở nơi nào nữa. Cái tâm thứ biến hiện chư cảnh thành tám thức. A-Lại Da hay thức thứ tám được gọi là “Sơ Năng Biến” vì các thức khác đều từ đó mà ra. Một

khái niệm về giáo thuyết đặc biệt quan trọng với trường phái Du Già. Thuật ngữ này có khi được các học giả Tây phương dịch là “Tàng Thức,” vì nó là cái kho chứa, nơi mà tất cả những hành động được sản sinh ra. Tàng thức cất giữ những gì được chứa vào nó cho đến khi có hoàn cảnh thích hợp cho chúng hiện ra. Những dịch giả Tây Tạng lại dịch nó là “Căn bản của tất cả” vì nó làm nền tảng cho mọi hiện tượng trong vòng sanh tử và Niết Bàn. Qua thiền tập và tham dự vào những thiện nghiệp, người ta từ từ thay thế những chủng tử phiền não bằng những chủng tử thanh tịnh; một khi người ta thanh tịnh hóa một cách toàn diện A Lại Da, thì đó được coi như là “Tịnh Thức.” A Lại Da có nghĩa là cái tâm cất chứa tất cả. Nó đi chung với bảy thức được sinh ra trong ngôi nhà vô minh. A Lại Da tàng thức (đệ bát thức). Ý thức căn bản về mọi tồn tại hay ý thức di truyền, nơi những hạt giống karma lọt vào và gây ra hoạt động tâm thần. Tiềm thức hay tạng thức, thức thứ tám hay Nghiệp thức. Tất cả nghiệp được thành lập trong hiện đời và quá khứ đều được tàng trữ trong A Lại Da thức. A Lại Da thức hành xử như nơi tồn chứa tất cả những dữ kiện được Mạt Na thức thấu thập. Khi một sinh vật chết thì bảy thức kia sẽ chết theo, nhưng A-Lại-Da thức vẫn tiếp tục. Nó là quyết định tối hậu cho sự đầu thai trong lục đạo.

Eight Consciousnesses

“Vijnana” is another name for “Consciousness.” Theravada considered the six kinds of consciousness as “Vijnana.” Mahayana considered the eight kinds of consciousness as “Vijnana.” Externalists considered “vijnana” as a soul. Consciousness is another name for mind. Consciousness means the art of distinguishing, or perceiving, or recognizing, discerning, understanding, comprehending, distinction, intelligence, knowledge, learning. It is interpreted as the “mind,” mental discernment, perception, in contrast with the object discerned. According to Buddhism, our “Nature” is the “Buddha”. The “Consciousness” is the “Spirit”, the “Intention” or “Mano-vijnana” is the “Discriminating Mind”, and the “Mind” is what constantly engages in idle thinking. The “Nature” is originally perfect and bright, with no conception of self, others, beauty, or ugliness; no falling into numbers and discriminations. But as soon as there is “Consciousness”, one falls

into numbers and discriminations. The “Intention” or “Mano-vijnana” also makes discriminations, and it is the sixth consciousness. It is relatively turbid, while the seventh and eighth consciousnesses are relatively more pure. There are eight kinds of consciousness: eye, ear, nose, tongue, body, mind, klista-mano-vijnana, and alaya-vijnana. Fundamentally speaking, consciousness is not of eight kinds, although there are eight kinds in name. We could say there is a single headquarters with eight departments under it. Although there are eight departments, they are controlled by just one single headquarters. “Vijnana” translated as “consciousness” is the act of distinguishing or discerning including understanding, comprehending, recognizing, intelligence, knowledge. There are eight consciousnesses. The first five arise as a result of the interaction of the five sense organs (eye, ear, nose, tongue, and mind) and the five dusts (Gunas); the sixth consciousness comes into play, all kinds of feelings, opinions and judgments will be formed (the one that does all the differentiating); the seventh consciousness (Vijnana) is the center of ego; the eighth consciousness is the Alayagarbha (a lai da), the storehouse of consciousness, or the storehouse of all deeds or actions (karmas), whether they are good, bad or neutral. “Vijnana” also means cognition, discrimination, consciousness, but as any one of these does not cover the whole sense contained in Vijnana. “Vijnana” also means relative knowledge. This term is usually used as contrasted to Jnana in purely intellectual sense. Jnana is transcendental knowledge dealing with such subjects as immortality, non-relativity, the unattained, etc., whereas Vijnana is attached to duality of things.

When we talk about “Consciousnesses” we usually misunderstand with the sixth consciousness according to Buddhist psychology. In fact, there are six basic sense consciousnesses, and the sixth one being the mental consciousness. Buddhist psychology bases the perception process on six sense faculties: sight, hearing, smell, taste, touch and thought. Each faculty relates to a sense organ (eye, ear, nose, tongue, body and mind) and to a consciousness which functions specifically with that organ. The sixth consciousness, or the mind consciousness is not the mind, it is the function of the mind; it does not depend on any of the five sense faculties, but on the immediately preceding continuum of mind. Mental consciousness apprehends not only objects (form,

sound, taste, smell and touch) in the present time, but it also apprehends objects and imagines in the past and even in the future, then it transfers these objects or imagines to the seventh consciousness, and in turn, the seventh consciousness will transfer these objects to the Alaya Consciousness. Let us examine the body and mind to see whether in either of them we can locate the self, we will find in neither of them. Then, the so-called “Self” is just a term for a collection of physical and mental factors. Let us first look at the aggregate matter of form. The aggregate of form corresponds to what we would call material or physical factors. It includes not only our own bodies, but also the material objects that surround us, i.e., houses, soil, forests, and oceans, and so on. However, physical elements by themselves are not enough to produce experience. The simple contact between the eyes and visible objects, or between the ear and sound cannot result in experience without consciousness. Only the co-presence of consciousness together with the sense of organ and the object of the sense organ produces experience. In other words, it is when the eyes, the visible object and consciousness come together that the experience of a visible object is produced. Consciousness is therefore an extremely important element in the production of experience. Consciousness or the sixth sense, or the mind. This sense organ together with the other five sense organs of eyes, ears, nose, tongue, and body to produce experience. The physical and mental factors of experience worked together to produce personal experience, and the nature of the five aggregates are in constant change. Therefore, according to the Buddha’s teachings, the truth of a man is selfless. The body and mind that man misunderstands of his ‘self’ is not his self, it is not his, and he is not it.” Devout Buddhists should grasp this idea firmly to establish an appropriate method of cultivation not only for the body, but also for the speech and mind. Besides, we also have the seventh consciousness, or the *mano-vijnana*, which is the transmitting consciousness that relays sensory information from the mind to the Alaya Consciousness, or the eighth consciousness which functions as a storehouse of all sensory information.

First, Eye Consciousness: The function of the eye consciousness is to perceive and apprehend visual forms. Without the eye consciousness we could not behold any visual form; however, the eye consciousness

depends on the eye faculty. When the eye faculty and any form meet, the eye consciousness develops instantly. If the eye faculty and the form never meet, eye consciousness will never arise (a blind person who lacks the eye faculty, thus eye consciousness can never develop). Buddhist cultivators should always understand thoroughly this vital point to minimize the meeting between eye faculty and visual forms, so that no or very limited eye consciousness will ever arise. The Buddha reminded his disciples that meditation is the only means to limit or stop the arising of the eye consciousness.

Second, Ear Consciousness: The function of the ear consciousness is to perceive and apprehend sounds; however, ear consciousness depends on the ear faculty. Ear faculty and any sound meet, the ear consciousness develops instantly (in a deaf person, ear faculty and sounds never meet, therefore no ear consciousness will arise). Buddhist cultivators should always remember this and try to practise meditation stop or close the ear consciousness if possible.

Third, Smell Consciousness: The nose consciousness develops immediately from the dominant condition of the nose faculty when it focuses on smell. Nose consciousness completely depends on the nose faculty. Someone who lacks smelling capability, nose faculty and smell never meet, therefore, nose consciousness will never arise. Buddhist cultivators should always practise meditation to stop or close the nose consciousness.

Fourth, Taste Consciousness: The tongue consciousness develops immediately through the dominant condition of the tongue when the tongue faculty focuses on a certain taste. At that very moment, we experience and distinguish between tastes and desire arises.

Fifth, Tactile Sensation Consciousness: Body consciousness develops when the dominant condition in which the body faculty meets an object of touch. The location of the body faculty is throughout the entire body. Cognition of the objects of touch, one of the five forms of cognition. Here a monk, on touching a tangible object with the body, is neither pleased nor displeased, but remains equable, mindful and clearly aware. This is one of the six stable states which the Buddha taught in the Sangiti Sutta in the Long Discourses.

Sixth, Mano Consciousness: The Mano Consciousness is the thinking consciousness that coordinates the perceptions of the sense

organs. The mind consciousness, the sixth or the intellectual consciousness is not the mind, it's the function of the mind. The sentient being's mind is an ever-spinning whirlpool in which mental activities never cease. There are four stages of production, dwelling, change, and decay. A mind which does not depend on any of the five sense faculties, but on the immediately preceding continuum of mind. Mental consciousness apprehends not only objects (form, sound, taste, smell, touch) in the present time, but it also apprehends objects in the past and imagines objects even in the future. Mental consciousness will go with us from one life to another, while the first five consciousnesses are our temporary minds. Consciousness is also one of the five skandhas. The function of Manovijnana is by hypothesis to reflect on Manas, as the eye-vijnana reflects on the world of forms and the ear-vijnana on that of sounds; but in fact as soon as Manas evolves the dualism of subject and object out of the absolute unity of the Alaya, Manovijnana and indeed all the other Vijnanas begin to operate. Thus, in the Lankavatara Sutra, the Buddha said: "Buddhist Nirvana consists in turning away from the wrongfully discriminating Manovijnana. For with Manovijnana as cause (hetu) and support (alambana), there takes place the evolution of the seven Vijnanas. Further, when Manovijnana discerns and clings to an external world of particulars, all kinds of habit-energy (vasana) are generated therefrom, and by them the Alaya is nurtured. Together with the thought of "me and mine," taking hold of it and clinging to it, and reflecting upon it, Manas thereby takes shape and is evolved. In substance (sarira), however, Manas and Manovijnana are not different the one from the other, they depend upon the Alaya as cause and support. And when an external world is tenaciously held as real which is no other than the presentation of one's own mind, the mentation-system (citta-kalapa), mutually related, is evolved in its totality. Like the ocean waves, the Vijnanas set in motion by the wind of an external world which is the manifestation of one's own mind, rise and cease. Therefore, the seven Vijnanas cease with the cessation of Manovijnana." A mind which does not depend on any of the five sense faculties, but on the immediately preceding continuum of mind. Mental consciousness apprehends not only objects (form, sound, taste, smell, touch) in the present time, but it also apprehends objects in the past and imagines objects even in the future.

Mental consciousness will go with us from one life to another, while the first five consciousnesses are our temporary minds. Consciousness is also one of the five skandhas. Consciousness refers to the perception or discernment which occurs when our sense organs make contact with their respective objects. The first five consciousness correspond to the five senses. The sixth consciousness integrates the perceptions of the five senses into coherent images and make judgments about the external world. The seventh consciousness is the active center of reasoning, calculation, and construction or fabrication of individual objects. It is the source of clinging and craving, and thus the origin of self or ego and the cause of illusion that arises from assuming the apparent to be real. The terms “conscious” and “unconscious” are used with several different meanings. In one meaning, which might be called functional, “conscious” and “unconscious” refer to a subjective state within the individual. Saying that he is conscious of this or that psychic content means that he is aware of affects, of desires, of judgments, etc.

Seventh, Klistamanas Consciousness: “Klista-mano-vijnana” is a Sanskrit term for “sentience.” In Buddhism, it is called “mental faculty” for it constitutes man as an intelligent and moral being. It is commonly thought to be equated with the terms “citta” or “consciousness.” It is derived from the Sanskrit root “man,” which means “to think” or “to imagine” and is associated with intellectual activity of consciousness. This is the discriminating and constructive sense. It is more than the intellectually perceptive. It is the cause of all egoism (it creates the illusion of a subject “I” standing apart from the object world) and individualizing of men and things (all illusion arising from assuming the seeming as the real). The self-conscious defiled mind, which thinks, wills, and is the principal factor in the generation of subjectivity. It is a conveyor of the seed-essence of sensory experiences to the eighth level of subconsciousness. It is described as a sea in which currents of thought surge and seethe. It is the transmitting consciousness that relays sensory information from the mind or mano consciousness to the storehouse or Alaya-vijnana. According to The Lankavatara Sutra, this system of the five sense-vijnanas is in union with Manovijnana and this mutuality makes the system distinguish between what is good and what is not good. Manovijnana in union with the five sense-vijnanas

grasps forms and appearances in their multitudinous aspect; and there is not a moment's cessation of activity. This is called the momentary character of the Vijnanas. This system of vijnanas is stirred uninterruptedly and all the time like the waves of the great ocean. Klistamanas consciousness is the thinking consciousness that coordinates the perceptions of the sense organs. The mind consciousness, the sixth or the intellectual consciousness is not the mind, it's the function of the mind. The sentient being's mind is an ever-spinning whirlpool in which mental activities never cease. There are four stages of production, dwelling, change, and decay. A mind which does not depend on any of the five sense faculties, but on the immediately preceding continuum of mind. Mental consciousness apprehends not only objects (form, sound, taste, smell, touch) in the present time, but it also apprehends objects in the past and imagines objects even in the future. Mental consciousness will go with us from one life to another, while the first five consciousnesses are our temporary minds. Consciousness is also one of the five skandhas. This acts like the collection station for the first six consciousnesses. The seventh of the eight consciousnesses, which means thinking and measuring, or calculating. It is the active mind, or activity of mind, but is also used for the mind itself. The waves will be seen ruffling the surface of the ocean of Alayavijnana when the principle of individuation known as Vishaya blows over it like the wind. The waves thus started are this world of particulars where the intellect discriminates, the affection clings, and passions and desires struggle for existence and supremacy. This particularizing agency sits within the system of Vijnanas and is known as Manas; in fact it is when Manas begins to operate that a system of the Vijnanas manifests itself. They are thus called "object-discriminating-vijnana" (vastu-prativikalpa-vijnana). The function of Manas is essentially to reflect upon the Alaya and to create and to discriminate subject and object from the pure oceans of the Alaya. The memory accumulated (ciyate) in the latter is now divided into dualities of all forms and all kinds. This is compared to the manifoldness of waves that stir up the ocean of Alaya. Manas is an evil spirit in one sense and a good one in another, for discrimination in itself is not evil, is not necessarily always false judgment (abhuta-parikalpa) or wrong reasoning (prapanca-daushtulya). But it grows to

be the source of great calamity when it creates desires based upon its wrong judgments, such as when it believes in the reality of an ego-substance and becomes attached to it as the ultimate truth. For manas is not only a discriminating intelligence, but a willing agency, and consequently an actor. Manyana is a kind of intuition, the sense that there is a separate self which can exist independently of the rest of the world. This intuition is produced by habit and ignorance. Its illusory nature has been constructed by vijnapti, and it, in turn, becomes a basis for vijnapti. The object of this intuition is a distorted fragment of alaya which it considers to be a self, comprised of a body and a soul. It of course is never reality in itself, but just a representation of reality. In its role as a self as well as consciousness of the self, manyana is regarded as the basic obstacle to penetrating reality. Contemplation performed by vijnapti can remove the erroneous perceptions brought about by manas. The function of Manovijnana is by hypothesis to reflect on Manas, as the eye-vijnana reflects on the world of forms and the ear-vijnana on that of sounds; but in fact as soon as Manas evolves the dualism of subject and object out of the absolute unity of the Alaya, Manovijnana and indeed all the other Vijnanas begin to operate. Thus, in the Lankavatara Sutra, the Buddha said: "Buddhist Nirvana consists in turning away from the wrongfully discriminating Manovijnana. For with Manovijnana as cause (hetu) and support (alambana), there takes place the evolution of the seven Vijnanas. Further, when Manovijnana discerns and clings to an external world of particulars, all kinds of habit-energy (vasana) are generated therefrom, and by them the Alaya is nurtured. Together with the thought of "me and mine," taking hold of it and clinging to it, and reflecting upon it, Manas thereby takes shape and is evolved. In substance (sarira), however, Manas and Manovijnana are not different—the one from the other, they depend upon the Alaya as cause and support. And when an external world is tenaciously held as real which is no other than the presentation of one's own mind, the mentation-system (citta-kalapa), mutually related, is evolved in its totality. Like the ocean waves, the Vijnanas set in motion by the wind of an external world which is the manifestation of one's own mind, rise and cease. Therefore, the seven Vijnanas cease with the cessation of Manovijnana."

Eighth, Alaya Vijnana: Alaya Vijnana, the receptacle intellect or consciousness, basic consciousness, Eighth consciousness, subconsciousness, and store consciousness. The storehouse consciousness or basis from which come all seeds of consciousness or from which it responds to causes and conditions, specific seeds are reconveyed by Manas to the six senses, precipitating new actions, which in turn produce other seeds. This process is simultaneous and endless. “Alayavijnana is also called “Open knowledge”, the store of knowledge where all is revealed, either good or bad. Alaya means a house or rather a home, which is in turn a place where all the valued things for use by us are kept and among which we dwell. Also called “Store consciousness,” “eighth consciousness,” or “karma repository.” All karma created in the present and previous lifetime is stored in the Alaya Consciousness. According to the Consciousness-Only, there are eight consciousnesses (sight, hearing, smell, taste, touch, mind, Mana and Alaya). These consciousnesses enable sentient beings to discriminate between right and wrong of all dharmas (thoughts, feelings, physical things, etc). However, human beings have a deep consciousness which is called Alaya-consciousness which is the actual subject of rebirth, and is mistakenly taken to be an eternal soul or self by the other consciousnesses. It is in the Alaya-consciousness that the impressions of action and experience are stored in the form of ‘seeds’ and it is these seeds which engender further experiences according to the individual situation. According to Asvaghosa Bodhisattva in the Awakening of Faith and the Samparigraha, the Alaya or store is the consciousness in which the true and the false unite. When Alaya Consciousness becomes pure and taintless, it is Tathata (Thusness). Also known as Alayavijnana. In the Lankavatara Sutra, the Buddha told Mahamati: “Oh Mahamati! The Tathagata-garbha contains in itself causes alike good and not-good, and from which are generated all paths of existence. It is like an actor playing different characters without harboring any thought of ‘me and mine.’” Alaya means all-conserving. It is in company with the seven Vijnanas which are generated in the dwelling-house of ignorance. The function of Alayavijnana is to look into itself where all the memory (vasana) of the beginningless past is preserved in a way beyond consciousness (acintya) and ready for further evolution (parinama); but it has no

active energy in itself; it never acts, it simply perceives, it is in this exactly like a mirror; it is again like the ocean, perfectly smooth with no waves disturbing its tranquillity; and it is pure and undefiled, which means that it is free from the dualism of subject and object. For it is the pure act of perceiving, with no differentiation yet of the knowing one and the known. According to Prof. Junjiro Takakusu in *The Essentials of Buddhist Philosophy*, when all things are reflected on our mind, our discriminating or imagining power is already at work. This called our consciousness (vijñana). Since the consciousness co-ordinating all reflected elements stores them, it is called the store-consciousness or ideation-store. The ideation-store itself is an existence of causal combination, and in it the pure and tainted elements are causally combined or intermingled. When the ideation-store begins to move and descend to the everyday world, then we have the manifold existence that is only an imagined world. The ideation-store, which is the seed-consciousness, is the conscious center and the world manifested by ideation is its environment. It is only from the Buddha's Perfect Enlightenment that pure ideation flashed out. This pure ideation can purify the tainted portion of the ideation-store and further develop its power of understanding. The world of imagination and the world of interdependence will be brought to the real truth (parinirvāṇa). This having been attained, the seed-store, as consciousness, will disappear altogether and ultimately will reach the state where there is no distinction between subject and object. The knowledge so gained has no discrimination (Avikalpa-vijñana). This ultimate state is the Nirvana of No Abode (apratiṣṭhita-nirvāṇa), that is to say, the attainment of perfect freedom, not being bound to one place. The function of Alaya-vijñana is to look into itself where all the memory (vasana) of the beginningless past is preserved in a way beyond consciousness (acintya) and ready for further evolution (parinama); but it has no active energy in itself; it never acts, it simply perceives, it is in this exactly like a mirror; it is again like the ocean, perfectly smooth with no waves disturbing its tranquillity; and it is pure and undefiled, which means that it is free from the dualism of subject and object. For it is the pure act of perceiving, with no differentiation yet of the knowing one and the known. The initiator of change, or the first power of change, or mutation, i.e. the alaya-vijñana, so called because other vijñanas are

derived from it. An important doctrinal concept that is particularly important in the Yogacara tradition. This term is sometimes translated by Western scholars as “storehouse consciousness,” since it acts as the repository (kho) of the predisposition (thiên vễ) that one’s actions produce. It stores these predispositions until the conditions are right for them to manifest themselves. The Tibetan translators rendered (hoàn lại) it as “basis of all” because it serves as the basis for all of the phenomena of cyclic existence and nirvana. Through meditative practice and engaging in meritorious actions, one gradually replaces afflicted seeds with pure ones; when one has completely purified the continuum of the alaya-vijnana, it is referred to as the “purified consciousness.” Alaya means all-conserving mind. It is in company with the seven Vijnanas which are generated in the dwelling-house of ignorance. Alaya means the preconsciousness, or the eighth consciousness, or the store-consciousness. It is the central or universal consciousness which is the womb or store consciousness (the storehouse consciousness where all karmic seeds enter and cause all thought activities). All karma created in the present and previous lifetime is stored in the Alaya Consciousness. This is like a storage space receiving all information collected in the Mana consciousness. When a sentient being dies, the first seven consciousnesses die with it, but the Alaya-Consciousness carries on. It is the supreme ruler of one existence which ultimately determines where one will gain rebirth in the six realms of existence.

Tuyển Luận Thứ Hai Mươi Sáu
The Twenty-Sixth Selective Essay

Tam Độc Tham Sân Si

Sơ Lược Về Tam Độc Tham Sân Si: Độc còn gọi là Cấu hay Chương, là những thứ độc hại hay những món phiền não lớn. Đây là những thứ ác căn bản gắn liền trong đời sống khởi sanh đau khổ. Độc bao gồm lời nói đặng cay, nghịch pháp hay pháp trái duyên. Độc còn là chất độc của tham dục hay sự nhiễm ố của tham dục. Độc dục hay ái độc làm tổn hại cho việc tu hành Phật pháp. Ngoài ra, si độc, một trong tam độc, sự độc hại của ngu si (ngu si chẳng những hại mình mà còn hại người, chẳng những não loạn mình mà còn não loạn người khác); và xúc độc hay sự độc hại của xúc chạm, từ ám chỉ đàn bà. Theo Đức Phật, có bốn thứ độc trong thân thể, hay bốn con rắn độc trong giỏ ám chỉ tứ đại trong thân thể (tạo nên thân thể con người). Ý nói tứ đại đất, nước, lửa, gió có thể làm tổn hại con người. Tam Độc còn được gọi là Tam Cấu hay Tam Chương, là ba thứ độc hại hay ba món phiền não lớn. Đây là những thứ ác căn bản gắn liền trong đời sống khởi sanh đau khổ. Phiền não có rất nhiều, nói rộng thì đến 84 ngàn, nói hẹp thì có 10 loại phiền não gốc, trong đó có tam độc tham sân si. Tam Độc Tham, Sân, Si chẳng những gây phiền chuốc não cho ta, mà còn ngăn chặn không cho chúng ta hưởng được hưởng vị thanh lương giải thoát. Tham lam, sân hận và si mê vừa có thật mà cũng cùng lúc vừa là ảo tưởng. Những phiền não mà chúng ta thường gọi là tham ái, tham dục, tham lam, hay sân hận, si mê, vân vân chỉ là những cái tên bề ngoài. Giống như trường hợp chúng ta gọi cái nhà nầy đẹp, cái kia xấu, to, nhỏ, vân vân đó không phải là sự thật. Những cái tên được gọi một cách quy ước như vậy khởi phát từ sự tham ái của chúng ta. Nếu chúng ta muốn một cái nhà lớn hơn chúng ta xem cái nhà mà chúng ta đang có là nhỏ. Lòng tham ái khiến chúng ta có sự phân biệt. Thật ra, chân lý không có tên gọi. Nó thế nào thì để nó thế ấy. Hãy nhìn sự vật theo đúng thực tướng của chúng, đừng định danh theo quan niệm thiên lệch của mình. Bạn là người đàn ông hay đàn bà chỉ là sự biểu hiện bên ngoài của sự vật. Thật ra, bạn chỉ là một sự kết hợp của nhiều yếu tố, là một tổng hợp của các uẩn biến đổi không ngừng. Khi bạn có một tâm hồn tự do, cởi mở, bạn không còn sự phân biệt nữa.

Chẳng có lớn hay nhỏ, chẳng có tôi và anh. Chẳng có gì cả. Vô ngã hay không có một linh hồn vĩnh cửu. Thực ra cuối cùng thì chẳng có ngã hay vô ngã gì cả. Đó chỉ là những danh từ quy ước.

Chi Tiết Về Tam Độc Tham Sân Si: Cái Độc Thứ Nhất Là Lòng Tham: Lòng tham hay lòng ham muốn vị kỷ thúc đẩy chúng ta thỏa mãn những gì mình cần cũng như những gì mình không xứng đáng được như ăn uống, nhà cửa, xe cộ, tài sản và danh vọng, vân vân. Mắt thì ham nhìn nơi sắc đẹp không biết chán, tai ham nghe mọi thứ âm thanh du dương, mũi ham mong ngửi mùi hương các loại, lưỡi ham nếm các vị béo bở ngọt ngon, thân ham những xúc chạm mịn màng, và ý ham các sự ghét thương bỉ thử, vân vân. Lòng tham của con người như thùng không đáy, như biển cả lấy nước liên tục từ trăm ngàn sông hồ to nhỏ, hết ngày này qua ngày khác. Trong thời mạt pháp này, chúng sanh nói chung và nhân loại nói riêng, đã và đang dùng đủ mọi phương cách, thủ đoạn, mưu chước để lường gạt và tàn hại lẫn nhau. Thế nên cuộc đời của chúng sanh, nhất là nhân loại, vốn dĩ đã đau khổ, lại càng đau khổ hơn. Tất cả đều do nơi tánh tham lam, lòng ích kỷ bòn xén mà ra. Chính bằng mưu gian chước quỷ, dối gạt, phương tiện cũng như lật lọng bằng mọi thủ đoạn để đạt cho bằng được. Lòng tham là mãnh lực tinh thần mạnh mẽ khiến cho người ta đấu tranh giết chóc, lọc lừa đối trá lẫn nhau, ngay cả những hành động tàn độc cũng không chừa. Tham lam là món thứ nhất trong tam độc. Tham lam đối với tài sản người khác có nghĩa là tìm cách để chiếm đoạt vật không phải của mình. Khi tham lam nằm trong tâm ý của chúng ta thì không người nào khác thấy được vì nó vô hình vô tướng. Nhưng tâm tham này lại có thể khiến chúng ta làm những việc xu nịnh, đút lót, lừa đảo hay trộm cắp để đạt được những điều mà chúng ta mong muốn. Tham là căn bất thiện đầu tiên che đậy lòng tham tự kỷ, sự ao ước, luyến ái và chấp trước. Tánh của nó là bám víu vào một sự vật nào đó hay tham lam đắm nhiễm những gì nó ưa thích. Nghiệp dụng của nó là sự bám chặt, như thịt bám chặt vào chảo. Nó hiện lên áp chế khi chúng ta không chịu buông bỏ. Nguyên nhân gần đưa đến tham là vì chúng ta chỉ thấy sự hưởng thụ trong sự việc. Người ta thường tham tài, tham sắc, tham danh, tham thực, tham thù hay sắc, thanh, hương, vị, xúc, vân vân và vân vân. Theo Hoà Thượng Narada trong Đức Phật và Phật Pháp, có ba điều kiện cần thiết để thành lập nghiệp tham lam: thứ nhất là vật sở hữu của người khác; thứ nhì là tâm thèm muốn, ước mong được làm

chủ vật ấy; và thứ ba là lấy vật ấy không có sự cho phép của người khác. Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có năm loại xan tham: thứ nhất là xan tham đối với trú xứ; thứ nhì là xan tham đối với gia đình; thứ ba là xan tham đối với các vật thô hoạch; thứ tư là xan tham đối với sắc; và thứ năm là xan tham đối với Pháp. Lại còn năm loại tham lam bủn xỉn: thứ nhất là trụ xứ khan, hay một mình ta ở đây, chẳng cho ai khác vào đây; thứ nhì là gia chủ thí khan, hay một mình ta ở nhà này làm việc bố thí, chứ chẳng ai khác; thứ ba là thí khan hay một mình ta nhận của bố thí này; thứ tư là dư tán khan hay một mình ta nhận sự tán thán này chứ chẳng ai khác; và thứ năm là pháp khan hay một mình ta biết thâm nghĩa của kinh này chứ chẳng cho người khác biết. Theo Thanh Tịnh Đạo, có năm loại tham: thứ nhất là tham đối với chỗ ở; thứ hai là tham đối với quyền thuộc; thứ ba là tham đối với lợi lộc; thứ tư là tham đối với pháp; và thứ năm là tham đối với tiếng khen.

Tham và Dục là ham muốn của cải trần thế. Hầu hết người đời thường định nghĩa hạnh phúc trần tục như là sự thỏa mãn của mọi tham dục. Tham dục trần thế là vô hạn, nhưng chúng ta lại không có khả năng nhận ra chúng và tham dục không được thỏa mãn thường gây ra khổ đau phiền não cho mình và cho người. Khi chúng ta chỉ phần nào thỏa mãn tham dục, chúng ta luôn có khuynh hướng tiếp tục theo đuổi chúng cho đến khi được thỏa mãn, chính vì vậy mà chúng ta càng gây nên khổ đau cho mình và cho người. Ngay cả khi đã thỏa mãn tham dục, chúng ta cũng khổ đau. Chúng ta chỉ nghiệm được chân hạnh phúc và an nhin tự tại khi chúng ta có ít tham dục. Đây cũng là một trong những bước lớn đến bến bờ giải thoát của chúng ta. Đức Phật dạy: “Tham lam chính là nguồn gốc của khổ đau. Mọi vật rồi sẽ thay đổi, vì thế không nên luyến ái hay vướng víu vào một thứ gì. Nên nhiếp tâm thanh tịnh tìm chân lý và đạt đến hạnh phúc vĩnh hằng.” Biết tri túc thiếu dục là biết sẽ giúp chúng ta diệt trừ tham dục. Điều này có nghĩa là biết thỏa mãn với những điều kiện vật chất khả dĩ giúp cho chúng ta có đầy đủ sức khỏe để tu tập. Đây là phương cách hữu hiệu nhất để cắt đứt lưới tham dục, an ổn thân tâm và có nhiều thì giờ giúp đỡ tha nhân. Tham lam và sân hận vừa có thật mà cũng vừa là ảo tưởng. Những phiền não mà chúng ta thường gọi là tham ái, tham dục, tham lam, hay sân hận, si mê, vân vân chỉ là những cái tên bề ngoài. Giống như trường hợp chúng ta gọi cái nhà này đẹp, cái kia xấu, to, nhỏ, vân

vân đó không phải là sự thật. Những cái tên được gọi một cách quy ước như vậy khởi phát từ sự tham ái của chúng ta. Nếu chúng ta muốn một cái nhà lớn hơn chúng ta xem cái nhà mà chúng ta đang có là nhỏ. Lòng tham ái khiến chúng ta có sự phân biệt. Thật ra, chân lý không có tên gọi. Nó thế nào thì để nó thế ấy. Hãy nhìn sự vật theo đúng thực tướng của chúng, đừng định danh theo quan niệm thiên lệch của mình. Bạn là người đàn ông hay đàn bà chỉ là sự biểu hiện bên ngoài của sự vật. Thật ra, bạn chỉ là một sự kết hợp của nhiều yếu tố, là một tổng hợp của các uẩn biến đổi không ngừng. Khi bạn có một tâm hồn tự do, cởi mở, bạn không còn sự phân biệt nữa. Chẳng có lớn hay nhỏ, chẳng có tôi và anh. Chẳng có gì cả. Vô ngã hay không có một linh hồn vĩnh cửu. Thực ra cuối cùng thì chẳng có ngã hay vô ngã gì cả. Đó chỉ là những danh từ quy ước. Tham lam phải được quân bình bằng sự chú tâm vào đề mục bất tịnh. Dính mắc vào vóc dáng có thể là một cực đoan. Gặp trường hợp như thế chúng ta phải để tâm đến một cực đoan khác của cơ thể. Chúng ta hãy quan sát cơ thể và xem đó như một xác chết. Hãy nhìn vào tiến trình tan rã, hủy hoại của một xác chết. Cũng có thể quan sát từng bộ phận của cơ thể như tim, phổi, gan, mắt, máu, nước tiểu, mồ hôi, vân vân. Hãy nhớ lại hình ảnh của các yếu tố bất tịnh của cơ thể mỗi khi tham lam phát sanh. Làm như thế sẽ tránh khỏi tham lam quá nhiều.

Cái Độc Thứ Nhì Là Sân Hận: Sân hận là tâm từ chối các đối tượng không vừa lòng; chẳng hạn, trong lúc hành thiền, tâm khó chịu khi cơ thể bị đau nhức. Sân hận là một trong ba phiền não chính khiến tâm chúng sinh mê mờ. Hai phiền não kia là tham lam và si mê. Sân hận là sự đáp lại cảm xúc đối với việc gì không thích đáng hay không công bằng. Nếu không đạt được cái mình ham muốn cũng có thể đưa đến sân hận. Sân hận liên hệ tới việc tự bảo vệ mình. Tuy nhiên, theo giáo thuyết nhà Phật thì sân hận tự biểu lộ trong nó một tư cách thô lỗ, phá mất hành giả một cách hữu hiệu nhất. Đức Phật tuyên bố rất rõ ràng rằng một tâm đầy những sân hận và thù địch không thể hiểu một cách tốt đẹp, không thể nói một cách tốt đẹp. Một người ôm ấp nuôi dưỡng sự bất mãn và uất hận sẽ không làm dịu bớt hận thù của mình. Chỉ với tâm bất hại và lòng từ mẫn đối với chúng sanh mọi loài mới có thể chấm dứt được hận thù. Chính vì thế mà trong kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy để chế ngự sân hận, chúng ta phải phát triển lòng từ bi bằng cách thiền quán vào lòng từ bi. Theo Phật giáo, căn bản của sự sân

giận thường thường là do sự sợ hãi mà ra. Vì khi chúng ta nổi giận lên thường chúng ta không còn sợ hãi điều gì nữa, tuy nhiên, đây chỉ là một loại năng lượng mù quáng. Năng lượng của sự giận dữ có tính cách tàn phá và không xây dựng được chuyện gì hết. Thật vậy, giận dữ thái quá có thể dẫn đến việc tự mình kết liễu đời mình. Vì vậy Đức Phật dạy: “Khi mình giận ai, hãy lui lại và ráng mà nghĩ đến một vài điều tốt của người ấy. Làm được như vậy, cơn giận tự nó sẽ nguôi đi.” Sự sân hận đốt cháy trong lòng chúng sanh, gây nên biết bao cảnh trái ý và thù nghịch cho người khác. Người sân hận nói năng thô bỉ không có chút từ bi, tạo nên không biết bao nhiêu là khổ não. Trong Tam Độc, mỗi thứ có một ác tính độc đáo khác nhau; tuy nhiên, sân hận có một tướng trạng vô cùng thô bạo, nó là kẻ thù phá hoại đường tu cũng như công hạnh của người tu Phật mạnh mẽ nhất. Lý do là khi một niệm sân hận đã sanh khởi trong tâm thì liền theo đó có muôn ngàn thứ chướng ngại khác lập tức hiện ra, ngăn trở con đường tu đạo, công hạnh cũng như sự tiến tu của người học đạo. Chính vì thế mà cổ đức có dạy rằng: “Nhứt niệm sân tâm khởi, bá vạn chướng môn khai.” (có nghĩa là khi một niệm oán thù vừa chớm khởi, thì có ngàn muôn cửa chướng khai mở). Thí dụ như đang lúc ngồi thiền, bỗng chợt nhớ đến người kia bạc ác, xấu xa, gây cho ta nhiều điều cay đắng xưa nay. Do nghĩ nhớ như thế nên tâm ta chẳng những không yên, mà còn sanh ra các sự buồn giận, bức rức. Thân tuy ngồi yên đó mà lòng đầy đầy phiền não sân hận. Thậm chí có người không thể tiếp tục tọa thiền được nữa, cũng như không thể tiếp tục làm những gì họ đang làm vì tâm họ bị tràn ngập bởi phiền não. Lại có người bức tức đến quên ăn bỏ ngủ, nhiều khi muốn làm gì cho kẻ kia phải chết liền tức khắc mới hả dạ. Qua đó mới biết cái tâm sân hận nó luôn dày xéo tâm can và phá hoại con đường tu tập của người tu như thế nào. Chính vì thấy như thế mà Đức Phật đã dạy cách đối trị sân hận trong Kinh Pháp Hoa như sau: “Lấy đại từ bi làm nhà, lấy nhẫn nhục làm áo giáp, lấy tất cả pháp không làm tòa ngồi.” Chúng ta phải nên nghĩ rằng khi ta khởi tâm giận hờn phiền não là trước tiên tự ta làm khổ ta. Chính ngọn lửa sân hận ấy bên trong thì thiêu đốt nội tâm, còn bên ngoài thì nó khiến thân ta ngồi đứng chẳng yên, than dài, thở vắn. Như thế ấy, chẳng những chúng ta không cải hóa được kẻ thù, mà còn không đem lại chút nào an vui lợi lạc cho chính mình.

Sân hận là nguyên nhân chính của khổ đau và địa ngục. Sân hận là căn bản phiền não “Sân Khuể” hay sự nóng nảy. Sân Hận xảy ra khi chúng ta đè nén sự cảm xúc giận vào sâu bên trong. Sân hận là một trong tam độc, hay một trong ba ngọn lửa đang đốt cháy tâm. Sân hận là nhiên liệu đốt cháy cả rừng công đức của kẻ tu hành. Người tu phải luôn chế ngự sân hận và phát triển lòng từ bi trong tâm. Theo tâm lý học Phật giáo, yếu tố tâm thức về sân hận luôn nối kết với kinh nghiệm khổ đau. Người ta có thể tham và lạc cùng một lúc, nhưng không thể nào vừa sân hận mà lại vừa vui vẻ cùng một lúc được. Bất kỳ ai vun xới oán ghét, sân hận, giận dữ, tính ác nuôi dưỡng sự trả thù hay bảo tồn lòng căm giận đều bị trói buộc vào kinh nghiệm khổ đau như thế, vì người ấy đã chấp chặt vào một nguồn cội rất mạnh của khổ đau. Những ai gieo hận thù cho người khác như giết chóc hay hành hạ hay cắt xéo thân thể, có thể sẽ tái sinh vào những cảnh giới nơi mà họ phải cảm thọ những kinh nghiệm cực kỳ đau đớn, nhức nhối, khắc nghiệt. Chỉ trong những hoàn cảnh như thế họ mới có thể kinh nghiệm những nỗi khổ mà do sự bất thiện của chính họ, họ đã tự đem đến cho chính họ. Đức Phật dạy: “Giặc cướp công đức, không gì hơn sân hận. Vì khi tâm sân hận nổi lên thì chúng sanh lập tức tạo nghiệp, và do đó mà muôn ngàn chướng ngại lập tức hiện ra, ngăn che Thánh đạo, lấp mờ Phật tánh. Cho nên nói ‘Nhứt niệm sân tâm khởi, bá vạn chướng môn khai,’ nghĩa là chỉ vì một niệm giận tức mà phải lãnh chịu bao nhiêu chướng nạn.”

Theo Hòa Thượng Narada trong Đức Phật và Phật Pháp, có hai điều kiện cần thiết để thành lập nghiệp sân hận: thứ nhất là từ một người khác; và thứ nhì là từ tư tưởng muốn tạo phiền não cho người đó. Đặc tánh của sân hận là ghét hay không ưa những cảnh trái nghịch. Nghiệp dụng của nó là tự bành trướng và đốt cháy thân tâm của chính nó. Sân hận là một trong tam độc, hay một trong ba ngọn lửa đang đốt cháy tâm. Sân hận là nhiên liệu đốt cháy cả rừng công đức của kẻ tu hành. Người tu phải luôn chế ngự sân hận và phát triển lòng từ bi trong tâm. Theo tâm lý học Phật giáo, yếu tố tâm thức về sân hận luôn nối kết với kinh nghiệm khổ đau. Người ta có thể tham và lạc cùng một lúc, nhưng không thể nào vừa sân hận mà lại vừa vui vẻ cùng một lúc được. Bất kỳ ai vun xới oán ghét, sân hận, giận dữ, tính ác nuôi dưỡng sự trả thù hay bảo tồn lòng căm giận đều bị trói buộc vào kinh nghiệm khổ đau như thế, vì người ấy đã chấp chặt vào một nguồn cội rất mạnh

của khổ đau. Những ai gieo hận thù cho người khác như giết chóc hay hành hạ hay cắt xéo thân thể, có thể sẽ tái sinh vào những cảnh giới nơi mà họ phải cảm thọ những kinh nghiệm cực kỳ đau đớn, nhức nhối, khắc nghiệt. Chỉ trong những hoàn cảnh như thế họ mới có thể kinh nghiệm những nỗi khổn khổ mà do sự bất thiện của chính họ, họ đã tự đem đến cho chính họ.

Khi sân hận nổi lên phải niệm tâm từ. Khi tâm nóng giận nổi lên chúng ta phải quân bình chúng bằng cách khai triển tâm từ. Nếu có ai làm điều xấu đối với chúng ta hay giận chúng ta, chúng ta cũng đừng nóng giận. Nếu sân hận nổi lên, chúng ta càng mê muội và tối tăm hơn người đó nữa. Hãy sáng suốt giữ tâm từ ái và thương người đó vì họ đang đau khổ. Hãy làm cho tâm tràn đầy tình thương, xem người đang giận đối mình như anh, chị, em thân yêu của mình. Lúc bấy giờ chúng ta hãy chú tâm vào cảm giác từ ái, và lấy sự từ ái làm đề mục thiền định. Trải lòng từ đến tất cả chúng sanh trên thế gian này. Chỉ có lòng từ ái mới thắng được sự sân hận mà thôi. Cũng theo Hòa Thượng Narada trong Đức Phật và Phật Pháp, đây là những hậu quả tất yếu của sự sân hận: thứ nhất là thân hình xấu xa; thứ nhì là cơ thể bệnh hoạn; và thứ ba là bầm tánh khó thương. Muốn sám hối tâm sân hận trước nhất chúng ta nên sám hối ý nghiệp. Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng tất cả năm thức từ nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, sở dĩ gây nên vô số tội lỗi là do ở nơi ý thức. Ý thức này cũng ví như mệnh lệnh của vua ban xuống quần thần. Mắt ưa ngắm bậy, tai ham nghe âm thanh du dương, mũi ưa ngửi mùi hương hoa, son phấn, lưỡi ưa phát ngôn tà vạy, thân ưa thích sự xúc chạm mịn màng. Tất cả tội nghiệp gây ra từ năm thức này đều do chủ nhân ông là tâm hay ý thức mà phát sanh ra. Cuối cùng phải bị đọa vào tam đồ ác đạo, chịu vô lượng thống khổ nơi địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Phòng ý như phòng thành, giữ tâm như giữ gìn tròn con mắt. Giặc cướp công đức, một đời hay nhiều đời, không gì hơn ý.” Nay muốn sám hối ý nghiệp, trước hết phải nghĩ rằng ba nghiệp tham sân si (see Tam Độc) của ý là mầm mống gây tạo nên vô lượng nghiệp tội, là màng vô minh che mắt trí huệ, là phiền não bao phủ chơn tâm. Thật là đáng sợ. Phật tử chơn thuần phải đem hết tâm ý sám hối ăn năn, thề không tái phạm.

Nói về thái độ chấp nhận hay không chấp nhận phần nộ và không hoan hỷ, theo Kinh Trung Bộ, Đức Phật dạy: “Phần nộ và không hoan hỷ, Bà la môn Akkosaka Bharadvaja đi đến Thế Tôn, sau khi đến y nói

những lời không tốt đẹp, ác ngữ, phỉ báng và nhiếc mắng Thế Tôn. Được nghe nói như vậy, Thế Tôn nói với Bà la môn Akkosaka Bharadvaja: “Này Bà la môn, ông nghĩ thế nào? Các thân hữu bà con huyết thống, các khách có đến viếng thăm ông không? Bà la môn Akkosaka Bharadvaja trả lời: “Thỉnh thoảng các thân hữu bà con huyết thống, các khách có đến viếng. Đức Phật bảo: “Này Bà la môn, ông nghĩ thế nào? Ông có sửa soạn cho họ các món ăn loại cứng, loại mềm và các đồ nếm không?” Bà la môn Akkasoka trả lời: “Thỉnh thoảng có sửa soạn cho họ các món ăn loại cứng, loại mềm và các loại đồ nếm.” Đức Phật hỏi tiếp: “Nhưng này Bà la môn, nếu họ không nhận, thời các món ăn ấy sẽ về ai?” Bà la môn Akkasoka đáp: “Nếu họ không nhận, thời các món ăn ấy sẽ về lại chúng tôi.” Đức Phật nói tiếp: “Cũng vậy, này Bà la môn, nếu ông phỉ báng chúng tôi là người không phỉ báng lại, mắng nhiếc chúng tôi là người không mắng nhiếc lại, xỉ vả chúng tôi là người không xỉ vả lại, chúng tôi không thấu nhận sự việc ấy từ ông, thời này Bà la môn, sự việc ấy lại về ông. Này Bà la môn, ai phỉ báng lại khi bị phỉ báng, nhiếc mắng lại khi bị nhiếc mắng, xỉ vả lại khi bị xỉ vả, thời như vậy, này Bà la môn, người ấy được xem là hưởng thọ, đã san sẻ với ông. Còn chúng tôi không cùng hưởng thọ sự việc ấy với ông, không cùng san sẻ sự việc ấy với ông, thời này Bà la môn, tất cả sự việc ấy lại về với ông và tất cả sự việc ấy chỉ về lại với ông mà thôi.” Chính vì thế mà Đức Phật thường luôn nhắc nhở chúng đệ tử rằng: “Hận thù không thể chấm dứt bằng hận thù, chỉ có tình thương mới chấm dứt được hận thù mà thôi.” Ngài cũng nhắc tiếp: “Càng gặp nhiều oan trái, Như Lai càng hành thiện vì Như Lai chỉ lấy ân trả oán mà thôi.” Có người tin rằng “lấy ân trả oán” là việc làm không thực tế và họ tin rằng “đao kiếm phải được trả bằng đao kiếm.” Vâng, “lấy đao kiếm trả đao kiếm” quả là dễ nghĩ và dễ làm, nhưng rất có thể làm như vậy chúng ta sẽ bị sa lầy trong khó khăn trắc trở. Thật là khó khăn khi phải lấy ân trả oán. Thật là khó khăn khi phải mỉm cười với kẻ vừa mới vung tay đánh mình, nhưng người con Phật phải lắng nghe lời Phật dạy, phải lấy ân trả oán trong mọi thời, mọi lúc, mọi hoàn cảnh. Đức Phật dạy: “Giặc cướp công đức, không gì hơn sân hận. Vì khi tâm sân hận nổi lên thì chúng sanh lập tức tạo nghiệp, và do đó mà muôn ngàn chướng ngại lập tức hiện ra, ngăn che Thánh đạo, lấp mờ Phật tánh. Cho nên nói ‘Nhứt niệm sân tâm khởi, bá vạn chướng môn khai,’ nghĩa là chỉ vì một niệm giận tức mà phải lãnh chịu

bao nhiêu chướng nạn.” Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Người kia lăng mạ tôi, đánh đập tôi, phá hại tôi, và cướp đoạt của tôi.” Ai còn ôm ấp tâm niệm ấy, thì sự oán hận không thể nào dứt hết (Dharmapada 3). “Người kia lăng mạ tôi, đánh đập tôi, phá hại tôi, và cướp đoạt của tôi.” Ai bỏ được tâm niệm ấy, thì sự oán giận tự nhiên san bằng (Dharmapada 4). Ở thế gian này, chẳng phải hận thù trừ được hận thù, chỉ có từ bi mới trừ được hận thù. Đó là định luật của ngàn xưa (Dharmapada 5). Xả bỏ lòng giận dữ, trừ diệt tánh kiêu căng, giải thoát mọi ràng buộc, không chấp trước danh sắc; người không có một vật chi ấy, sự khổ chẳng còn theo dõi được (221). Người nào ngăn được cơn giận dữ nổi lên như dừng được chiếc xe đang chạy mạnh, mới là kẻ chế ngự giỏi, ngoài ra chỉ là kẻ cầm cương hờ mà thôi (222). Lấy từ bi thắng nóng giận, lấy hiền lành thắng hung dữ, lấy bố thí thắng xan tham, lấy chơn thật thắng ngoa ngụy (223). Nói chơn thật, không giận hờn, đích thân bố thí cho người đến xin. Đó là ba việc lành đưa người đến cõi chư Thiên. (Dhammapada 224). Gìn giữ thân đừng nóng giận, điều phục thân hành động, xa lìa thân làm ác, dùng thân tu hạnh lành (231). Gìn giữ lời nói đừng nóng giận, điều phục lời nói chánh chơn, xa lìa lời nói thô ác, dùng lời nói tu hành (232). Gìn giữ ý đừng nóng giận, điều phục ý tính thuần, xa lìa ý hung ác, dùng ý để tu chân (233).

Cái Độc Thứ Ba Là Si Mê: Trong Phật giáo, si mê là vô minh, là không biết hay mù quáng hay sự cuồng si của tâm thức, không có khả năng phân biệt về tính thường hằng và tính không thường hằng. Vô minh là sự ngu dốt về Tứ Diệu Đế, Tam bảo, Luật Nhân quả, v.v. Vô minh là giai đoạn đầu tiên của Thập nhị nhân duyên dẫn đến mọi rắc rối trên đời và là gốc rễ của mọi độc hại trên đời. Đây là yếu tố chính làm vướng víu chúng sanh trong vòng luân hồi sanh tử. Theo nghĩa của Phật giáo, Avidya chỉ việc thiếu hiểu biết về tứ diệu đế, nghiệp báo, nhân duyên, và những giáo thuyết chủ yếu trong Phật giáo. Theo trường phái Trung Quán, “vô minh” chỉ trạng thái của một tinh thần bị những thiên kiến và những định kiến thống trị khiến cho mọi người tự mình dựng lên một thế giới lý tưởng lẫn lộn hình thức và tính đa dạng với hiện thực thường ngày, hạn chế cách nhìn đối với hiện thực. Vô minh là sự không am hiểu bản tính thật của thế giới là hư không và hiểu sai thực chất của các hiện tượng. Như vậy vô minh có hai chức năng: một là che dấu bản chất thật, và hai là dựng lên một hiện thực

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

Mọi Thứ Đều Đang Bốc Cháy: Theo Kinh Tương Ưng Bộ Kinh, quyển 35, sau khi Đức Phật gặp gỡ ba anh em Ca Diếp cùng một ngàn đồ đệ của họ, Đức Phật biết được họ là những vị khổ hạnh thờ thần lửa, nên Ngài đã thuyết giảng “Bài Giảng về Lửa” cho họ. “Như vậy tôi nghe, một thuở nọ Đức Thế Tôn đang ở tại núi Tượng Đầu Sơn với một ngàn vị tân Tỳ Kheo, nơi đó Ngài bảo các vị Tỳ Kheo: ‘Này các Tỳ Kheo, tất cả đều đang bốc cháy. Và cái gì đang thiêu đốt? Con mắt, này các Tỳ Kheo, đang bốc cháy. Sắc đang bốc cháy. Nhãn thức đang bốc cháy. Nhãn xúc đang bốc cháy: Lạc thọ, khổ thọ, hoặc không khổ không lạc phát sanh từ nhãn xúc cũng đang bốc cháy. Do nhân gì mà nó đang bốc cháy? Nó bốc cháy vì lửa tham, sân, si, sanh, già, chết, sầu, bi, khổ, ưu và não. Ta tuyên bố như vậy. Tai, mũi lưỡi, thân và ý... đều bốc cháy. Khi quán tưởng như vậy, này các Tỳ Kheo, một vị đa văn Thánh đệ tử nhằm chán mắt, hình sắc, nhãn thức, nhãn xúc, cảm

thọ... Vị ấy nhàm chán tai, âm thanh, nhĩ thức, nhĩ xúc; nhàm chán lỗ mũi, mùi, tỷ thức, tỷ xúc; nhàm chán lưỡi, vị, thiệt thức, thiệt xúc; nhàm chán thân, thân thức, thân xúc; nhàm chán ý, tâm, ý thức, ý xúc và bất cứ cảm thọ nào khởi lên. Vì nhàm chán, vị ấy thoát ly Tham Sân Si; vì thoát ly Tham Sân Si vị ấy được giải thoát. Khi vị ấy được giải thoát, có sự hiểu biết khởi lên rằng vị ấy đã được giải thoát. Và vị ấy biết: Sanh đã tận, phạm hạnh đã thành, những việc cần làm đã làm xong, không còn trở lại trạng thái này nữa.’ Đức Thế Tôn thuyết giảng như vậy, các vị tân Tỳ Kheo hoan hỷ và tín thọ lời Ngài dạy. Khi Ngài kết thúc bài giảng, tâm của cả ngàn vị Tỳ Kheo đều thoát khỏi mọi phiền trước, không còn chấp thủ và tất cả đều đắc quả A La Hán.”

Đối Trị Tham Sân Si: Để chế ngự những tư duy tham lam, sân hận và ganh tỵ và những tư duy khác mà con người phải chịu, chúng ta cần phải có nghị lực, siêng năng tinh tấn và tỉnh giác. Khi thoát khỏi những vướng bận của cuộc sống phố thị hoặc những lo toan vướng bận khác của cuộc đời, chúng ta không đến nỗi bị quyến rũ để đánh mất mình, nhưng khi hòa nhập vào nhịp sống xã hội, đó là lúc mà chúng ta cần phải tinh tấn để chặn đứng những sai sót, lầm lẫn của mình. Thiền định là sự trợ lực lớn lao giúp chúng ta điềm tĩnh khi đối diện với những tư duy xấu này. Nghiệp tham sân si biểu hiện dưới nhiều hình thức, không thể tả xiết! Theo Hòa Thượng Thích Thiền Tâm trong Niệm Phật Thập Yếu, có bốn cách đối trị tham sân si. Tùy theo trường hợp, hành giả có thể dùng một trong bốn cách này để đối trị tham sân si. Người mê với bậc giác ngộ chỉ có hai điểm sai biệt: tịnh là chư Phật, nhiễm là chúng sanh. Chư Phật do thuận theo tịnh tâm nên giác ngộ, đủ thần thông trí huệ; chúng sanh bởi tùy nơi trần nhiễm nên mê hoặc, bị luân hồi sanh tử. Tu Tịnh Độ là đi sâu vào Niệm Phật Tam Muội để giác ngộ bản tâm, chứng lên quả vị Phật. Vậy trong niệm Phật, nếu thấy bất cứ một vọng niệm vọng động nào khác nổi lên, liền phải trừ ngay và trở về tịnh tâm. Đây là cách dùng tâm để đối trị. Nếu khi vọng niệm khởi lên, dùng tâm ngăn trừ không nổi, phải chuyển sang giai đoạn hai là dùng đến quán lý. Chẳng hạn như khi tâm tham nhiễm nổi lên, quán lý bất tịnh, khổ, vô thường, vô ngã. Tâm giận hờn phát khởi, quán lý từ, bi, hỷ, xả, nhẫn nhục, nhu hòa, các pháp đều không. Những kẻ nặng nghiệp, dùng lý đối trị không kham, tất phải dùng sự, nghĩa là dùng đến hình thức. Thí dụ, người tánh dễ sân si, biết rõ nghiệp mình, khi phát nóng bực hay sắp muốn tranh cãi, họ liền bỏ đi và uống từ

một ly nước lạnh để dần cơn giận xuống. Hoặc như kẻ nặng nghiệp ái, dùng lý trí ngăn không nổi, họ lựa cách gần bậc trưởng thượng, làm Phật sự nhiều, hoặc đi xa ra để quên lãng dần tâm nhớ thương, như câu châm ngôn “xa mặt cách lòng.” Bởi tâm chúng sanh y theo cảnh, cảnh đã vắng tức tâm mất chỗ nương, lần lần sẽ phai nhạt. Ngoài ba cách trên từ tế đến thô, còn có phương pháp thứ tư là dùng sám hối trì tụng để đối trị. Sự sám hối, niệm Phật, trì chú hoặc tụng kinh, mà giữ cho đều đều, có năng lực diệt tội nghiệp sanh phước huệ. Vì thế thuở xưa có nhiều vị trước khi thọ giới hay sắp làm Phật sự lớn, thường phát nguyện tụng mấy muôn biến chú Đại Bi, hoặc một tạng kinh Kim Cang Bát Nhã. Thuở xưa, các cư sĩ khi họp lại Niệm Phật Đường để kiết thất, nếu ai nghiệp nặng niệm Phật không thanh tịnh, hay quán Phật không được rõ ràng, vị Pháp sư chủ thất thường bảo phải lạy hương sám. Đây là cách đốt một cây hương dài, rồi thành kính đánh lễ hồng danh Phật sám hối, cho đến khi nào cây hương tàn mới thôi. Có vị suốt trong thời kỳ kiết thất bảy ngày hoặc hai mươi mốt ngày, toàn là lạy hương sám.

Người tu Phật đối trị tham sân si cũng đồng nghĩa với việc chúng ta đẩy được qua một bên những chướng ngại lớn trên bước đường tu tập của chính mình. Đây là một trong những phương cách đối trị tuyệt vời nhất cho hành giả. Hành giả nên luôn nhớ rằng nghiệp tham sân si biểu hiện dưới nhiều hình thức, không thể tả xiết! Theo Hòa Thượng Thích Thiện Tâm trong Niệm Phật Thập Yếu, có bốn cách đối trị tham sân si. Tùy theo trường hợp, hành giả có thể dùng một trong bốn cách này để đối trị tham sân si. *Cách thứ nhất là “Dùng Tâm Đối Trị”*: Người mê với bậc giác ngộ chỉ có hai điểm sai biệt: tịnh là chư Phật, nhiễm là chúng sanh. Chư Phật do thuận theo tịnh tâm nên giác ngộ, đủ thần thông trí huệ; chúng sanh bởi tùy nơi trần nhiễm nên mê hoặc, bị luân hồi sanh tử. Tu Tịnh Độ là đi sâu vào Niệm Phật Tam Muội để giác ngộ bản tâm, chứng lên quả vị Phật. Vậy trong niệm Phật, nếu thấy bất cứ một vọng niệm vọng động nào khác nổi lên, liền phải trừ ngay và trở về tịnh tâm. Đây là cách dùng tâm để đối trị. *Cách thứ nhì là “Dùng Lý Đối Trị”*: Nếu khi vọng niệm khởi lên, dùng tâm ngăn trừ không nổi, phải chuyển sang giai đoạn hai là dùng đến quán lý. Chẳng hạn như khi tâm tham nhiễm nổi lên, quán lý bất tịnh, khổ, vô thường, vô ngã. Tâm giận hờn phát khởi, quán lý từ, bi, hỷ, xả, nhẫn nhục, nhu hòa, các pháp đều không. *Cách thứ ba là “Dùng Sự Đối Trị”*: Những

kẻ nặng nghiệp, dùng lý đối trị không kham, tất phải dùng sự, nghĩa là dùng đến hình thức. Thí dụ, người tánh dễ sân si, biết rõ nghiệp mình, khi phát nóng bực hay sắp muốn tranh cãi, họ liền bỏ đi và uống từ một ly nước lạnh để dẫn cơn giận xuống. Hoặc như kẻ nặng nghiệp ái, dùng lý trí ngăn không nổi, họ lựa cách gằn bực trưởng thượng, làm Phật sự nhiều, hoặc đi xa ra để quên lãng lần tâm nhớ thương, như câu châm ngôn “xa mặt cách lòng.” Bởi tâm chúng sanh y theo cảnh, cảnh đã vắng tức tâm mất chỗ nương, lần lần sẽ phai nhạt. *Cách thứ tư là “Dùng Sám Tụng Đối Trị”*: Ngoài ba cách trên từ tế đến thô, còn có phương pháp thứ tư là dùng sám hối trì tụng để đối trị. Sự sám hối, niệm Phật, trì chú hoặc tụng kinh, mà giữ cho đều đều, có năng lực diệt tội nghiệp sanh phước huệ. Vì thế thuở xưa có nhiều vị trước khi thọ giới hay sắp làm Phật sự lớn, thường phát nguyện tụng mấy muôn biến chú Đại Bi, hoặc một tạng kinh Kim Cang Bát Nhã. Thuở xưa, các cư sĩ khi họp lại Niệm Phật Đường để kiết thất, nếu ai nghiệp nặng niệm Phật không thanh tịnh, hay quán Phật không được rõ ràng, vị Pháp sư chủ thất thường bảo phải lạy hương sám. Đây là cách đốt một cây hương dài, rồi thành kính đánh lễ hồng danh Phật sám hối, cho đến khi nào cây hương tàn mới thôi. Có vị suốt trong thời kỳ kiết thất bảy ngày hoặc hai mươi một ngày, toàn là lạy hương sám.

Trong kinh Thủ Lăng Nghiêm, đức Phật dạy: Nhân tham lam quả báo là địa ngục lạnh. Theo Kinh Thủ Lăng Nghiêm, quyển Tám, Đức Phật đã nhắc nhở ngài A Nan về Tham Tập Nhân như sau: “Tham tập giao kết, phát ra thu hút mãi không thôi. Như vậy nên có chứa cái giá lạnh, trong đó lạnh lẽo. Ví dụ người lấy miệng hít gió, thấy có hơi lạnh. Hai cái tập xô đẩy nhau, nên có những việc ba ba, tra tra, la la, như băng lạnh, hoa sen trắng, đỏ, xanh. Vì thế mười phương các Đức Phật nói tham cầu như là nước tham. Bồ Tát nên tránh tham như tránh biển độc.”

Three Poisons of Lust-Anger-Ignorance

A Summary of Three Poisons of Lust-Anger-Ignorance: Poison is also called Defilement or Hindrances. These poisons are sources of all passions and delusions. The fundamental evils inherent in life which give rise to human suffering. The three poisons are regarded as the sources of all illusions and earthly desires. They pollute people’s lives.

Poisons include harsh or stern words and misleading teaching. Poisons are also the turbidity of desire or the contamination of desire. The poison of desire or love which harms devotion to Buddhist practices. Besides, the poison of delusion, one of the three poisons, and the poison of touch, a term applied to woman. According to the Buddha, there are four poisons in our body, or four poisonous snakes in a basket which imply the four elements in a body (of which a man is formed). The four elements of the body, earth, water, fire and wind which harm a man by their variation, i.e. increase and decrease. Three Poisons or three sources of all passions and delusions. The fundamental evils inherent in life which give rise to human suffering. The three poisons are regarded as the sources of all illusions and earthly desires. They pollute people's lives. Broadly speaking, men worry about many things, there are 84,000 worries. But after analysis, we can say there are only 10 serious ones including the three evil roots of greed, hatred, and delusion. Three poisons of greed, hatred and ignorance do not only cause our afflictions, but also prevent us from tasting the pure and cool flavor of emancipation (liberation). Greed, anger and ignorance are true but at the same time, they are also illusive. The defilements we call lust or greed, anger and delusion, are just outward names and appearances, just as we call a house beautiful, ugly, big, small, etc. These are only appearances of things. If we want a big house, we call this one small. We create such concepts because of our craving. Craving causes us to discriminate, while the truth is merely what is. Look at it this way. Are you a person? Yes. This is the appearance of things. But you are really only a combination of elements or a group of changing aggregates. If the mind is free it does not discriminate. No big and small, no you and me, nothing. We say 'anatta' or 'not self', but really, in the end, there is neither 'atta' nor 'anatta'.

Details of Three Poisons of Lust-Anger-Ignorance: The First Poison is Greed: Greed or selfish desires mean wanting for more than we need or deserve, such as food, house, car, wealth, honors, etc. Eyes are longing for viewing beautiful forms without any satisfaction, ears are longing for melodious sounds, nose is longing for fragrance, tongue is longing for delicate tastes, body is longing for soothing touches, and mind is longing for various emotions of love and hate from self and others. Human beings' greediness is like a barrel without bottom. It is

just as the great ocean obtaining continuously the water from hundreds and thousands of large and small rivers and lakes everyday. In this Dharma Ending Age, sentient beings, especially human beings use every method to manipulate and harm one another. Sentient beings' lives, especially, those of human beings' are already filled with pain and sufferings, now there are even more pain and sufferings. Through tricks, expedients, and manipulations we try to reach our goal irrespective of whatever happens to others. Greed is a powerful mental force that drives people to fight, kill, cheat, lie and perform various forms of unwholesome deeds. Greed is the first of the three poisons. Coveting others' possessions is when we plan how to procure something belonging to another person. While coveting is a mental action no one else can see, it can lead us to flatter, bribe, cheat or steal from others to obtain what we desire. Greed, the first unwholesome root, covers all degrees of selfish desire, longing, attachment, and clinging. Its characteristic is grasping an object. Its function is sticking, as meat sticks to a hot pan. It is manifested as not giving up. Its proximate cause is seeing enjoyment in things that lead to bondage. People usually have greed for wealth, sex, fame, food, sleep or greed for forms, sounds, smells, tastes, and objects of touch, and so on, and so on. According to Most Venerable in The Buddha and His Teachings, there are three conditions that are necessary to complete the evil of covetousness: first, another's possession; second, adverting to it, thinking "would this be mine"; and third, to actually take another's possession without permission. According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are five kinds of begrudging: first, begrudging as to dwelling-place; second, begrudging as to family; third, begrudging as to gains; fourth, begrudging as to beauty; and fifth, begrudging as to Dhamma. There are also five kinds of selfishness: first, this abode (house or place) is mine and no one else's; second, this almsgiving household is mine and no one else's; third, I am the only one who receive this alms; fourth, I am the only one who deserve this praise; no one else who deserves this; and fifth, I am the only one who has the knowledge of truth, but I don't want to share with any one else. According to The Path of Purification, there are five kinds of avarice: first, avarice about dwellings; second, avarice about families; third,

avarice about gain; fourth, avarice about Dharma; and fifth, avarice about praise.

Craving (greed, affection, or desire) means desire for and love of the things of this life. Most people define happiness as the satisfaction of all desires. The desires are boundless, but our ability to realize them is not, and unfulfilled desires always create suffering. When desires are only partially fulfilled, we have a tendency to continue to pursue until a complete fulfillment is achieved. Thus, we create even more suffering for us and for others. We can only realize the true happiness and a peaceful state of mind when our desires are few. This is one of the great steps towards the shore of liberation. The Buddha taught: "Greed and desire are the cause of all unhappiness or suffering. Everything sooner or later must change, so do not become attached to anything. Instead devote yourself to clearing your mind and finding the truth, lasting happiness." Knowing how to feel satisfied with few possessions help us destroy greed and desire. This means being content with material conditions that allow us to be healthy and strong enough to cultivate. This is an effective way to cut through the net of passions and desires, attain a peaceful state of mind and have more time to help others. The defilements we call lust or greed, anger and delusion, are just outward names and appearances, just as we call a house beautiful, ugly, big, small, etc. These are only appearances of things. If we want a big house, we call this one small. We create such concepts because of our craving. Craving causes us to discriminate, while the truth is merely what is. Look at it this way. Are you a person? Yes. This is the appearance of things. But you are really only a combination of elements or a group of changing aggregates. If the mind is free it does not discriminate. No big and small, no you and me, nothing. We say 'anatta' or 'not self', but really, in the end, there is neither 'atta' nor 'anatta'. Greed should be balanced by contemplation of loathsomeness. Attachment to bodily form is one extreme, and one should keep the opposite in mind. Examine the body as a corpse and see the process of decay, or think of the parts of the body, such as lungs, spleen, fat, feces, and so forth. Remembering these and visualizing the loathsome aspects of the body will free us from greed.

The Second Poison is Anger or Resentment: This is one of the three fires which burn in the mind until allowed to die for fuelling. Anger is

one of the three poisons in Buddhism (greed, anger and ignorance). Anger is an emotional response to something that is inappropriate or unjust. If one does not obtain what one is greedy can lead to anger. Anger is an emotion involved in self-protection. However, according to Buddhist doctrines, anger manifests itself in a very crude manner, destroying the practitioner in a most effective way. The Buddha makes it very clear that with a heart filled with hatred and animosity, a man cannot understand and speak well. A man who nurtures displeasure and animosity cannot appease his hatred. Only with a mind delighted in harmlessness and with loving kindness towards all creatures in him hatred cannot be found. Thus, according to the Buddha's teachings in the Dharmapada Sutra, to subdue anger and resentment, we must develop a compassionate mind by meditating on loving kindness, pity and compassion. According to Buddhism, the basis of anger is usually fear for when we get angry we feel we are not afraid any more, however, this is only a blind power. The energy of anger, if it's not so destructive, it may not be of any constructive. In fact, extreme anger could eventually lead us even to taking our own life. Thus the Buddha taught: "When you are angry at someone, let step back and try to think about some of the positive qualities of that person. To be able to do this, your anger would be reduced by its own." It is a fire that burns in all human beings, causing a feeling of displeasure or hostility toward others. Angry people speak and act coarsely or pitiless, creating all kinds of sufferings. Of the three great poisons of Greed, Hatred and Ignorance, each has its own unique evil characteristic. However, of these poisons, hatred is unimaginably destructive and is the most powerful enemy of one's cultivated path and wholesome conducts. The reason is that once hatred arises from within the mind, thousands of karmic obstructions will follow to appear immediately, impeding the practitioner from making progress on the cultivated path and learning of the philosophy of Buddhism. Therefore, the ancient virtuous beings taught: "One vindictive thought just barely surfaced, ten thousands doors of obstructions are all open." Supposing while you were practicing meditation, and your mind suddenly drifted to a person who has often insulted and mistreated you with bitter words. Because of these thoughts, you begin to feel sad, angry, and unable to maintain peace of mind; thus, even though your body is sitting there quietly,

your mind is filled with afflictions and hatred. Some may go so far as leaving their seat, stopping meditation, abandoning whatever they are doing, and getting completely caught up in their afflictions. Furthermore, there are those who get so angry and so depressed to the point where they can't eat and sleep; for their satisfaction, sometimes they wish their wicked friend to die right before their eyes. Through these, we know that hatred is capable of trampling the heart and mind, destroying people's cultivated path, and preventing everyone from practicing wholesome deeds. Thus the Buddha taught the way to tame hatred in the Lotus Sutra as follows: "Use great compassion as a home, use peace and tolerance as the armor, use all the Dharma of Emptiness as the sitting throne." We should think that when we have hatred and afflictions, the first thing that we should be aware of is we are bringing miseries on ourselves. The fire of hatred and afflictions internally burns at our soul, and externally influences our bodies, standing and sitting restlessly, crying, moaning, screaming, etc. In this way, not only are we unable to change and tame the enemy, but also unable to gain any peace and happiness for ourselves.

The anger or *dosa* is the root of suffering and the rebirth in hell. Anger, ire, wrath, resentment, one of the six fundamental *klesas*. Anger happens when one represses the emotional feelings deep inside. This is one of the three poisons in Buddhism (greed, anger, ignorance). One of the three fires which burn in the mind until allowed to die for fuelling. Anger manifests itself in a very crude manner, destroying the practitioner in a most effective way. To subdue anger and resentment, we must develop a compassionate mind. According to Buddhist psychology, the mental factor of aversion is always linked to the experience of pain. One may be greedy and happy, but never angry and happy at the same time. Anyone who cultures hatred, anger, or malice, nurses revenge or keeps alive a grudge is bound to experience much suffering for he has laid hold a very potent source of it. Those who exercise their hatred on others as in killing, torturing or maiming may expect birth in a state, compared in the scriptural simile to a pitfull of glowing situations, where they will experience feelings which are exclusively painful, sharp, and severe. Only in such an environment will they be able to experience all the misery which they, by their own cruelty to others, have brought upon themselves. The Buddha taught:

“Bandits who steal merits are of no comparison to hatred and anger. Because when hatred and anger arise, inevitable innumerable karma will be created. Immediately thereafter, hundreds and thousands of obstructions will appear, masking the proper teachings of enlightenment, burying and dimming the Buddha Nature. Therefore, A thought of hatred and anger had just barely risen, ten thousands of karmic doors will open immediately. It is to say with just one thought of hatred, one must endure all such obstructions and obstacles.”

According to Most Venerable Narada in *The Buddha and His Teaching*, there are two conditions that are necessary to complete the evil of ill-will: first, from another person; and second, from the thought of doing harm. Doso, the second unwholesome root, comprises all kinds and degrees of aversion, ill-will, anger, irritation, annoyance, and animosity. Its characteristic is ferocity. Its function is to spread, or burn up its own support, i.e. the mind and body in which it arises. It is manifested as persecuting, and its proximate cause is a ground for annoyance. Anger, Ill-will or hatred is one of the three poisons in Buddhism (greed, anger, ignorance). This is one of the three fires which burn in the mind until allowed to die for fuelling. Anger manifests itself in a very crude manner, destroying the practitioner in a most effective way. To subdue anger and resentment, we must develop a compassionate mind. According to Buddhist psychology, the mental factor of aversion is always linked to the experience of pain. One may be greedy and happy, but never angry and happy at the same time. Anyone who cultures hatred, anger, or malice, nurses revenge or keeps alive a grudge is bound to experience much suffering for he has laid hold a very potent source of it. Those who exercise their hatred on others as in killing, torturing or maiming may expect birth in a state, compared in the scriptural simile to a pitfull of glowing situations, where they will experience feelings which are exclusively painful, sharp, and severe. Only in such an environment will they be able to experience all the misery which they, by their own cruelty to others, have brought upon themselves.

When angry states of mind arise strongly, balance them by developing feelings of loving-kindness. If someone does something bad or gets angry, do not get angry ourselves. If we do, we are being more ignorant than they. Be wise. Keep compassion in mind, for that person

is suffering. Fill our mind with loving-kindness as if he was a dear brother. Concentrate on the feeling of loving-kindness as a meditation subject. Spread it to all beings in the world. Only through loving-kindness is hatred overcome. Also according to Most Venerable Narada in *The Buddha and His Teachings*, these are the inevitable consequences of ill-will: first, ugliness; second, manifold diseases; and third, detestable nature. In order to repent the mind of anger one must first repent the mind-karma. Sincere Buddhists should always remember that the mind consciousness is the reason to give rise to infinite offenses of the other five consciousnesses, from Sight, Hearing, Scent, Taste, and Touch Consciousnesses. The mind consciousness is similar to an order passed down from the King to his magistrates and chancellors. Eyes take great pleasure in looking and observing unwholesome things, ears take great pleasure in listening to melodious sounds, nose takes great pleasure in smelling aromas and fragrance, tongue takes great pleasure in speaking vulgarly and irresponsibly as well as finding joy in tasting the various delicacies, foods, and wines, etc; body takes great pleasure in feeling various sensations of warmth, coolness, softness, velvet clothing. Karmic offenses arise from these five consciousnesses come from their master, the Mind; the mind consciousness is solely responsible for all their actions. In the end, this will result in continual drowning in the three evil paths, enduring infinite pains and sufferings in hells, hungry ghosts, and animals. In the *Dharmapada*, the Buddha taught: “Guard one’s mind much like guarding a castle; protect the mind similar to protecting the eye ball. Mind is an enemy capable of destroying and eliminating all of the virtues and merits one has worked so hard to accumulate during one’s existence, or sometimes many lifetimes. To repent the mind-karma, sincere Buddhists should think that the three karmas of Greed, Hatred, and Ignorance of the mind are the roots and foundations of infinite karmic transgressions. The mind-karma is the web of ignorance which masks our wisdom and is the affliction and worry that cover our true nature. It should be feared and needs to be avoided. Sincere Buddhists should use their heart and mind to sincerely confess and repent, be remorseful, and vow never again to commit such offenses.

Talking about the attitude of acceptance or not acceptance of angry and displeasure, according to the *Middle Length Discourses*, the

Buddha taught: “Angry and displeased, brahmana Akkosaka-bharadvaja went to the Enlightened One, and there abused and reviled the Enlightened One in harsh and rude words. Being thus spoken the Enlightened One said to the brahmana: “What do you think Brahmana? Do your friends and acquaintances, do your blood relatives and guests pay a visit to you?” Akkosaka replied: “Yes, sometimes, friends and acquaintances, blood relatives and guests pay me a visit.” The Buddha said: “What do you think, o brahmana? Do you offer them food to chew, to eat and to taste?” Akkosaka replied: “Sometimes, I offer them food to chew, to eat and to taste.” The Buddha continued to ask: “O brahmana, if they do not accept them, to whom these foods come back? Brahmana replied: “If they do not accept them, these foods come back to us.” The Buddha continued to say: “In the same way, o brahmana! You have abused us who do not abuse. You have reviled us who do not revile. You have scolded us who do not scold. We do not accept them from you, so they are all for you. O brahmana, they are all for you. O brahmana, he who abuses back when abused at, who reviles back when reviled, who scolds back when scolded, o brahmana, this is called eating them together and sharing them together. We do not eat them with you. We do not share them with you. So they are all for you, o brahmana! They are all for you, o brahmana! Thus the Buddha always reminded his disciples: “Hatreds do not cease hatred; by love alone do they cease.” The Buddha continued to remind: “The more evil that comes to me, the more good will radiate from me, for I always return good for evil.” Some people believe that it’s not practical to return good for evil and they believe that “return swords for swords.” Yes, it’s easy to think and to do about “return sword for sword,” but in doing that we might get caught in the quagmire of troubles. It’s extremely difficult by returning good for evil. It’s extremely difficult to smile with the person who just raised his hand to beat us, but we are the Buddha’s disciples, we must listen to his teaching, we must return good for evil at all times, in all places and circumstances. The Buddha taught: “Bandits who steal merits are of no comparison to hatred and anger. Because when hatred and anger arise, inevitable innumerable karma will be created. Immediately thereafter, hundreds and thousands of obstructions will appear, masking the proper teachings of enlightenment, burying and dimming the Buddha Nature. Therefore, a

thought of hatred and anger had just barely risen, ten thousands of karmic doors will open immediately. It is to say with just one thought of hatred, one must endure all such obstructions and obstacles.” In the Dharmapada Sutra, the Buddha taught: “He abused me, he beat me, he defeated me, he robbed me.” Hatred will never leave those who dwell on such thoughts (3). “He abused me, he hit me, he defeated me, he robbed me.” Hatred will leave those who do not harbor such thoughts (4). In this world, hatred never destroys (eliminates) hatred, only love does. This is an eternal law (5). One should give up anger; one should abandon pride. One should overcome all fetters. No suffering befall him who calls nothing his own (Dharmapada 221). He who controls his anger which arises as a rolling chariot. He is a true charioteer. Other people are only holding the rein (Dharmapada 222). Conquer anger by love; conquer evil by good; conquer stingy by giving; conquer the liar by truth (Dharmapada 223). One should speak the truth. One should not be angry. One should give when asked to. These are three good deeds that help carry men the realm of heaven (224). One should guard against the bodily anger, or physical action, and should control the body. One should give up evil conduct of the body. One should be of good bodily conduct (Dharmapada 231). One should guard against the anger of the tongue; one should control the tongue. One should give up evil conduct in speech. One should be of good conduct in speech (Dharmapada 232). One should guard against the anger of the mind; one should control the mind. One should give up evil conduct of the mind. One should practice virtue with the mind (Dharmapada 233).

The Third Poison is Ignorance: In Buddhism, Avidya is noncognizance of the four noble truths, the three precious ones (triratna), and the law of karma, etc. Avidya is the first link of conditionality (pratityasampada), which leads to entanglement of the world of samsara and the root of all unwholesome in the world. This is the primary factor that enmeshes (làm vướng víu) beings in the cycle of birth, death, and rebirth. In a Buddhist sense, it refers to lack of understanding of the four noble truths (Arya-satya), the effects of actions (karma), dependent arising (pratitya-samutpada), and other key Buddhist doctrines. In Madhyamaka, “Avidya” refers to the determination of the mind through ideas and concepts that permit beings to construct an ideal world that confers upon the everyday world

its forms and manifold quality, and that thus block vision of reality. “Avidya” is thus the nonrecognition of the true nature of the world, which is empty (shunyata), and the mistaken understanding of the nature of phenomena. Thus “avidya” has a double function: ignorance veils the true nature and also constructs the illusory appearance. “Avidya” characterizes the conventional reality. For the Sautrantikas and Vaibhashikas, “Avidya” means seeing the world as unitary and enduring, whereas in reality it is manifold and impermanent. “Avidya” confers substantiality on the world and its appearances. In the Yogachara’s view, “avidya” means seeing the object as a unit independent of consciousness, when in reality it is identical with it. Ignorance means Unenlightened, the first or last of the twelve nidanas. Ignorance is Illusion or darkness without illumination, the ignorance which mistakes seeming for being, or illusory phenomena for realities. Ignorance of the way of escape from sufferings, one of the three affluences that feed the stream of mortality or transmigration. Sometimes ignorance means “Maya” or “Illusion.” It means complete darkness without illumination. The ignorance which mistakes seeming for being, or illusory phenomena for realities. Ignorance is the main cause of our non-enlightenment. Ignorance is only a false mark, so it is subject to production, extinction, increase, decrease, defilement, purity, and so on. Ignorance is the main cause of our birth, old age, worry, grief, misery, and sickness, and death. Ignorance is one of the three fires which must be allowed to die out before Nirvana is attained. The erroneous state of mind which arises from belief in self. It is due to ignorance, people do not see things as they really are, and cannot distinguish between right and wrong. They become blind under the delusion of self, clinging to things which are impermanent, changeable, and perishable.

Everything Is On Fire: According to the Samyutta Nikaya or the Kindred Sayings, volume 35, after the Buddha met the three brothers of Kasyapa and their one thousand followers, the Buddha found out that they belonged to the Fire-worshipping Sect, so the Blessed One expounded to them the discourse on fire. “Thus have I heard, the Blessed One was once staying at Gaya Sisa with a thousand Bhiksus. There he addressed the Bhiksus: “O Bhiksus, all is on fire. And what all is on fire? The eye, o Bhiksus, is on fire. Forms are on fire. Eye-

consciousness is on fire. Eye-contact is on fire. Feeling, which is pleasant or painful, or neither pleasant nor painful, arising from eye-contact is on fire. With what is it burning? It is burning with the fire of lust, the fire of hate, ignorance, birth, decay, death, sorrow, lamentation, pain, grief, and despair. So I declare. The ear, the nose, the tongue, the body, the mind... is on fire. Seeing thus, o Bhiksus, a well-taught Ariyan disciple gets disgusted with the eye, forms, eye-consciousness, eye-contact, feeling... He gets disgusted with the ear, sounds, ear-consciousness, ear-contact;... the nose, odours, nose-consciousness, nose-contact;... the body, tactile objects, body-consciousness, body-contact;... the mind, mental objects, mind-consciousness, mind-contact and any feeling that arises. With disgust, he gets detached; with detachment, he is liberated. When he is liberated, there is knowledge that he is liberated. And he understands thus: "Birth is destroyed, the holy life is lived, what should be done is done, there is no more of this state again." After the Buddha expounded the "Discourse on Fire," all the Bhiksus were pleased at his words and welcomed them. When the Buddha concluded his sermon, the hearts of the thousand Bhiksus were liberated from defilements, without attachment and they all became Arahants.

To Refrain From Lust-Anger-Ignorance: To refrain from greed, anger, ignorance, jealousy, and other evil thoughts to which people are subject, we need strength of mind, strenuous effort and vigilance. When we are free from the city life, from nagging preoccupation with daily life, we are not tempted to lose control; but when we enter in the real society, it becomes an effort to check these troubles. Meditation will contribute an immense help to enable us to face all this with calm. The karma of greed, anger and delusion manifest themselves in many forms, which are impossible to describe fully. According to Most Venerable Thích Thiên Tâm in *The Pure Land Buddhism in Theory and Practice*, there are four basic ways to subdue them. Depending on the circumstances, the practitioner can use either one of these four methods to counteract the karma of greed, anger and delusion. There are only two points of divergence between the deluded and the enlightened, i.e., Buddhas and Bodhisattvas: purity is Buddhahood, defilement is the state of sentient beings. Because the Buddhas are in accord with the Pure Mind, they are enlightened, fully endowed with

spiritual powers and wisdom. Because sentient beings are attached to worldly Dusts, they are deluded and revolve in the cycle of Birth and Death. To practice Pure Land is to go deep into the Buddha Recitation Samadhi, awakening to the Original Mind and attaining Buddhahood. Therefore, if any deluded, agitated thought develops during Buddha Recitation, it should be severed immediately, allowing us to return to the state of the Pure Mind. This is the method of counteracting afflictions with the mind. When deluded thoughts arise which cannot be suppressed with the mind, we should move to the second stage and “visualize principles.” For example, whenever the affliction of greed develops, we should visualize the principles of impurity, suffering, impermanence, and no-self. Whenever the affliction of anger arises, we should visualize the principles of compassion, forgiveness and emptiness of all dharmas. People with heavy karma who cannot suppress their afflictions by visualizing principles alone, we should use “phenomena,” that is external forms. For example, individuals who are prone to anger and delusion and are aware of their shortcomings, should, when they are on the verge of bursting into a quarrel, immediately leave the scene and slowly sip a glass of cold water. Those heavily afflicted with the karma of lust-attachment who cannot suppress their afflictions through “visualization of principle,” should arrange to be near virtuous Elders and concentrate on Buddhist activities or distant travel, to overcome lust and memories gradually as mentioned in the saying “out of sight, out of mind.” This is because sentient beings’ minds closely parallel their surroundings and environment. If the surroundings disappear, the mind loses its anchor, and gradually, all memories fade away. In addition to the above three methods, which range from the subtle to the gross, there is also a fourth: repentance and the recitation of sutras, mantras and the Buddha’s name. If performed regularly, repentance and recitation eradicate bad karma and generate merit and wisdom. For this reason, many cultivators in times past, before receiving the precepts or embarking upon some great Dharma work such as building a temple or translating a sutra, would vow to recite the Great Compassion Mantra tens of thousands of times, or to recite the entire Larger Prajna Paramita Sutra, the longest sutra in the Buddha canon. In the past, during lay retreats, if a practitioner had heavy karmic obstructions and

could not recite the Buddha's name with a pure mind or clearly visualize Amitabha Buddha, the presiding Dharma Master would usually advise him to follow the practice of "bowing repentance with incense." This method consists of lighting a long incense stick and respectfully bowing in repentance while uttering the Buddha's name, until the stick is burnt out. There are cases of individuals with heavy karma who would spend the entire seven or twenty-one-day retreat doing nothing but "bowing with incense."

Buddhist practitioners get rid of greed-anger-ignorance also means we push away great obstacles on our own path of cultivation. This is one of the most wonderful methods of letting go for practitioners. Practitioners should always remember that the karma of greed, anger and delusion manifest themselves in many forms, which are impossible to describe fully. According to Most Venerable Thích Thiên Tâm in *The Pure Land Buddhism in Theory and Practice*, there are four basic ways to subdue them. Depending on the circumstances, the practitioner can use either one of these four methods to counteract the karma of greed, anger and delusion. *The first method is "Suppressing afflictions with the mind"*: There are only two points of divergence between the deluded and the enlightened, i.e., Buddhas and Bodhisattvas: purity is Buddhahood, defilement is the state of sentient beings. Because the Buddhas are in accord with the Pure Mind, they are enlightened, fully endowed with spiritual powers and wisdom. Because sentient beings are attached to worldly Dusts, they are deluded and revolve in the cycle of Birth and Death. To practice Pure Land is to go deep into the Buddha Recitation Samadhi, awakening to the Original Mind and attaining Buddhahood. Therefore, if any deluded, agitated thought develops during Buddha Recitation, it should be severed immediately, allowing us to return to the state of the Pure Mind. This is the method of counteracting afflictions with the mind. *The second method is "Suppressing afflictions with noumenon"*: When deluded thoughts arise which cannot be suppressed with the mind, we should move to the second stage and "visualize principles." For example, whenever the affliction of greed develops, we should visualize the principles of impurity, suffering, impermanence, and no-self. Whenever the affliction of anger arises, we should visualize the principles of compassion, forgiveness and emptiness of all dharmas. *The third*

method is "Supressing afflictions with phenomena": People with heavy karma who cannot suppress their afflictions by visualizing principles alone, we should use "phenomena," that is external forms. For example, individuals who are prone to anger and delusion and are aware of their shortcomings, should, when they are on the verge of bursting into a quarrel, immediately leave the scene and slowly sip a glass of cold water. Those heavily afflicted with the karma of lust-attachment who cannot suppress their afflictions through "visualization of principle," should arrange to be near virtuous Elders and concentrate on Buddhist activities or distant travel, to overcome lust and memories gradually as mentioned in the saying "out of sight, out of mind." This is because sentient beings' minds closely parallel their surroundings and environment. If the surroundings disappear, the mind loses its anchor, and gradually, all memories fade away. *The fourth method is "Suppressing afflictions with repentance and recitation":* In addition to the above three methods, which range from the subtle to the gross, there is also a fourth: repentance and the recitation of sutras, mantras and the Buddha's name. If performed regularly, repentance and recitation eradicate bad karma and generate merit and wisdom. For this reason, many cultivators in times past, before receiving the precepts or embarking upon some great Dharma work such as building a temple or translating a sutra, would vow to recite the Great Compassion Mantra tens of thousands of times, or to recite the entire Larger Prajna Paramita Sutra, the longest sutra in the Buddha canon. In the past, during lay retreats, if a practitioner had heavy karmic obstructions and could not recite the Buddha's name with a pure mind or clearly visualize Amitabha Buddha, the presiding Dharma Master would usually advise him to follow the practice of "bowing repentance with incense." This method consists of lighting a long incense stick and respectfully bowing in repentance while uttering the Buddha's name, until the stick is burnt out. There are cases of individuals with heavy karma who would spend the entire seven or twenty-one-day retreat doing nothing but "bowing with incense."

In the Surangama Sutra, the Buddha taught: Habits of greed or covetousness results in the cold hells. According to the Surangama Sutra, book Eight, the Buddha reminded Ananda about the habit of greed as follows: "Habits of greed and intermingled scheming which

give rise to a suction. When this suction becomes dominant and incessant, it produces intense cold and solid ice where freezing occurs, just as a sensation of cold is experienced when a person draws in a blast of wind through his mouth. Because these two habits clash together, there come into being chattering, whimpering, and shuddering; blue, red, and white lotuses; cold and ice; and other such experiences.”

Tuyển Luận Thứ Hai Mươi Bảy
The Twenty-Seventh Selective Essay

Vô Minh

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

Theo Phật giáo, vô minh là không giác ngộ, là mắc xích thứ nhất hay mắt xích cuối cùng trong Thập Nhị Nhân Duyên. Vô minh là cái tâm ám độn, không chiếu rọi được rõ ràng sự lý của các pháp. Vô minh không biết gì đến con đường thoát khổ là một trong ba lậu hoặc nuôi dưỡng dòng sanh tử luân hồi. Vô minh là nguyên nhân chính của sự không giác ngộ của chúng ta. Vô minh chỉ là giả tướng nên nó chịu ảnh hưởng của sanh, diệt, tăng, giảm, uế, tịnh, vân vân. Có khi Vô minh có nghĩa là ảo tưởng. Nghĩa là bóng tối hoàn toàn không có ánh

chiếu sáng. Vô minh là lầm cái dường như với cái thật là, hay hiện tượng ảo tưởng mà cho là thực tại. Vô minh chính là nguyên nhân của, sanh, lão, lo âu, sầu muộn, khổ sở, bệnh hoạn, và chết chóc. Vô minh là một trong ba ngọn lửa cần phải dập tắt trước khi bước chân vào Niết bàn. Đây là trạng thái sai lầm của tâm làm khởi dậy sự tin tưởng về bản ngã.

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

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

Bản Giác Huân Tập Vô Minh: Bản giác hay sự giác ngộ có sẵn. Tâm thể của chúng sanh tự tánh thanh tịnh, lia mọi vọng tưởng, sáng tỏ vắng vặc, chẳng phải do tu mà thành; đối lại với “thủy giác” là bản tâm từ vô thủy đến nay bị vô minh che mờ. Thủy giác chính là thể của bản giác (ngoài bản giác không có thủy giác). Nội Huân, ở trong cái chân như của bản giác, lắng lẽ nung đốt huân tập vọng tâm để sinh ra Bồ Đề Tâm. Còn gọi là Minh Huân. Theo Khởi Tín Luận thì “nội huân” là bản giác huân tập vô minh trong tâm chúng sanh, nhân đó mà khiến vọng tâm chán nổi khổ sinh tử, để cầu cảnh vui sướng của Niết Bàn. Bản giác còn là trí huệ hay sự hiểu biết tuyệt đối bên trong hay Bồ Đề vốn sẵn có trong mỗi người, một trong bốn thứ giác ngộ theo Đại Thừa Khởi Tín Luận. Tâm thể của chúng sanh bản lai trong sáng và trống rỗng như hư không. Tâm thể của chúng sanh tự tánh thanh tịnh, lia mọi vọng tưởng, sáng tỏ vắng vặc, chẳng phải do tu mà thành; đối lại với “thủy giác” là bản tâm từ vô thủy đến nay bị vô minh che mờ. Thủy giác chính là thể của bản giác (ngoài bản giác không có thủy giác). Thuật ngữ này đặt biệt quan hệ với Không Hải (Kukai) và Chân Ngôn tông, nhằm chỉ rằng tất cả chúng sanh đều có “Phật tánh” và đã đều giác ngộ. Tuy nhiên, sự kiện này bị vô minh che mờ từ bấy lâu nay. Thật ra, chúng ta không chỉ cần phải ý thức mà còn cần phải thường xuyên cảnh giác để không bị rơi vào mê muội với những khái niệm thông thường và những ngoại diện thế tục. Ngay cả những từ ngữ tán dương chỉ thẳng như Thiền hay Đại Đạo cũng có thể biến thành những qui ước hay chỉ là những qui định. Đây cũng giống như bồi thêm những mắc xích bằng vàng vào những mắc xích bằng sắt vậy thôi. Những từ ngữ thông dụng về “nam” hay “nữ” chẳng hạn, chỉ là những chỉ định qui ước, không liên hệ gì đến sự kiện căn bản của sự ý thức. “Ngã” và “Tha” (ta và người), hữu tình và vô tình, tất cả những từ ngữ liên quan với nhau đó tạo ra những phân chia không có thật đối với Bốn Giác. Nếu người ta cứ bị ám ảnh bởi những văn hóa và thói quen

cá nhân về tư tưởng và nhận thức, tất cả mọi sắc tướng đều biến thành sự mù lòa, kể cả pho tượng Phật bằng vàng đẹp đẽ. Nói tóm lại, phiền não và cám dỗ khởi lên từ chỗ vô minh hay không hiểu chư pháp và thực tánh của chúng. Phiền não khởi lên từ căn bản vô minh làm che lấp mất chân lý. Trong Biệt Giáo và Viên Giáo, Bồ Tát khắc phục vô minh hoặc trong sơ địa (mê chấp về tướng nhị biên). Dòng chảy của vô minh là sự suy tưởng mê muội hay vô minh của tam giới, một trong bốn dòng suy tưởng, tức những thứ phiền não khiến chúng sanh trôi giạt, chìm đắm trong dòng thác luân hồi sanh tử (vô minh là nguyên nhân đưa đến luân lưu trong luân hồi sanh tử). Theo Phật giáo, vô minh, nghiệp và ái dục là ba lực chính gây ra tái sanh. Vô Minh-Nghiệp-Ái còn là ba động lực giữ cho thế giới này vận hành. Vô minh, nghiệp và ái là những mối ràng buộc bên trong. Đức Phật dạy rằng toàn thể thế giới khởi sinh từ những nguyên nhân phối hợp của vô minh, ái dục, nghiệp, và sự phân biệt.

Trí Huệ Ba La Mật Phá Vỡ Vô Minh: Trong cuộc sống này, tất cả chúng ta đều theo một số những tập quán và tiêu chuẩn chỉ chuốc lấy khổ đau. Chúng ta phải nhận thức rằng bất cứ ai hăng say tu tập thiền định sẽ trải nghiệm nơi lỏng và cuối cùng phá vỡ những thói quen đó. Nói cách khác, là một sự di chuyển dần đến phá vỡ vô minh; nhưng đây không phải là một vấn đề đơn giản. Tiến trình này có thể kéo dài rất nhiều nhiều năm. Ngay cả sự giác ngộ cũng không ngay lập tức thay đổi được chiều hướng của năng lực của những thói quen này hay năng lực của những thói quen này đã thành nề nếp lâu đời. Một lần nữa, chúng ta không thể nào quá tự nghiêm khắc với chính mình. Hành giả tu Phật nên luôn nhớ rằng theo Phật giáo, tu tập thiền định sẽ giúp đạt được trí huệ diệt trừ thói quen xấu ác và vô minh. Trong Phật giáo, Trí Ba La Mật có nghĩa là nhập Phật lực. Hiểu rõ các pháp, giữ vững trung đạo. Sự tu tập trí tuệ và tâm linh của một vị Bồ Tát đến giai đoạn đạt được trí ba la mật, từ đó các ngài thăng tiến tức thời để chuyển thành một vị Phật toàn giác. Độ thứ sáu trong lục độ Ba La Mật, trí huệ Ba La Mật có công năng đưa hành giả đến Niết Bàn. Trí huệ Ba la mật là cửa ngõ đi vào hào quang chư pháp, vì nhờ đó mà chúng ta đoạn trừ tận gốc rễ bóng tối của si mê. Trong các phiền não căn bản thì si mê là thứ phiền não có gốc rễ mạnh nhất. Một khi gốc rễ của si mê bị bật tung thì các loại phiền não khác như tham, sân, chấp trước, mạn, nghi, tà kiến, đều dễ bị bật gốc. Nhờ có trí huệ Ba La Mật mà

chúng ta có khả năng dạy dỗ và hướng dẫn những chúng sanh si mê. Để đạt được trí huệ Ba La Mật, hành giả phải nỗ lực quán chiếu về các sự thực vô thường, vô ngã, và nhân duyên của vạn hữu. Một phen đào được gốc vô minh, không những hành giả tự giải thoát tự thân, mà còn có thể giáo hóa và hướng dẫn cho những chúng sanh si mê khiến họ thoát ra khỏi vòng kềm tỏa của sanh tử.

Ignorance

A Summary of Ignorance: The term “Ignorance” in Sanskrit language is ‘Avidya’ which means noncognizance. In Buddhism, Avidya is noncognizance of the four noble truths, the three precious ones (triratna), and the law of karma, etc. Avidya is the first link of conditionality (pratityasampada), which leads to entanglement of the world of samsara and the root of all unwholesome in the world. This is the primary factor that enmeshes (làm vướng víu) beings in the cycle of birth, death, and rebirth. In a Buddhist sense, it refers to lack of understanding of the four noble truths (Arya-satya), the effects of actions (karma), dependent arising (pratitya-samutpada), and other key Buddhist doctrines. In Madhyamaka, “Avidya” refers to the determination of the mind through ideas and concepts that permit beings to construct an ideal world that confers upon the everyday world its forms and manifold quality, and that thus block vision of reality. “Avidya” is thus the nonrecognition of the true nature of the world, which is empty (shunyata), and the mistaken understanding of the nature of phenomena. Thus “avidya” has a double function: ignorance veils the true nature and also constructs the illusory appearance. “Avidya” characterizes the conventional reality. For the Sautrantikas and Vaibhashikas, “Avidya” means seeing the world as unitary and enduring, whereas in reality it is manifold and impermanent. “Avidya” confers substantiality on the world and its appearances. In the Yogachara’s view, “avidya” means seeing the object as a unit independent of consciousness, when in reality it is identical with it.

In Buddhism, ignorance means Unenlightened, the first or last of the twelve nidanas. Ignorance is Illusion or darkness without illumination, the ignorance which mistakes seeming for being, or illusory phenomena for realities. Ignorance of the way of escape from

sufferings, one of the three affluences that feed the stream of mortality or transmigration. Sometimes ignorance means “Maya” or “Illusion.” It means complete darkness without illumination. The ignorance which mistakes seeming for being, or illusory phenomena for realities. Ignorance is the main cause of our non-enlightenment. Ignorance is only a false mark, so it is subject to production, extinction, increase, decrease, defilement, purity, and so on. Ignorance is the main cause of our birth, old age, worry, grief, misery, and sickness, and death. Ignorance is one of the three fires which must be allowed to die out before Nirvana is attained. The erroneous state of mind which arises from belief in self.

Ignorance in the Zen Schools' Point of View: In Zen, ignorance is not seeing things as they really are. It is failing to understand the truth about life. As long as we have not developed our minds to obtain wisdom, we remain ignorant of the true nature of things. According to Buddhism, ignorance means regarding the self as real. Due to ignorance, people do not see things as they really are, and cannot distinguish between right and wrong. They become blind under the delusion of self, clinging to things which are impermanent, changeable, and perishable. Once anger arises, one has nothing but “ignorance.” In order to eliminate “ignorance,” you should meditate on causality. All of our psychological problems are rooted in ignorance, in delusion. Ignorance is the crowning corruption. Our greeds, hates, conceits and a host of other defilements go hand in hand with our ignorance. The solutions are to be found in the problems themselves and hence we should not run away from our problems. Analyze and scrutinize the problems, and you will see that they are human problems, so do not attribute them to non-humans. Our real problems can be solved only by giving up illusions and false concepts and bringing our lives into harmony with reality and this can be done only through meditation. Ignorance is also thoughts and impulses that try to draw us away from emancipation. If we wish to liberate ourselves from these hindrances, we should first recognize them through meditation. Just as the Buddha described in His discourses how He would exclaim, “Mara! I see you.” Zen practitioners should remember that the purpose of disciplined meditation practice is to eliminate ignorance, to open the essential nature of mind, and to stabilize awareness. Through meditation, we concentrate on things with

an undistracted awareness. We are not thinking about anything, not analyzing, not getting lost in flux of things, but just seeing the nature of what is happening in the mind. Through practices of meditation, our mind becomes clearer and clearer; it is to say 'ignorance' is gradually eliminated through the course of meditation. If you think that your mind can only be opened by a certain master out there, you are never cultivating in accordance with Buddhism at all. If you think someone out there can eliminate ignorance for you, you are not a devout Buddhist.

Primal Ignorance: Original awareness or inherent enlightenment in the form of primal intelligence), awareness, wisdom or knowledge, or the immanent mind in all things; as contrasted with initial knowledge (thủy giác). Primal ignorance or unenlightenment, or fumigation within, or inner influence. According to the Awakening of faith, inner censoring acts upon original intelligence causes the common uncontrolled mind to resent the miseries of mortality and to seek Nirvana. Original bodhi is also an absolute eternal wisdom, or bodhi which possessed by everyone, one of the four intelligences or apprehensions mentioned in the Awakening of Faith. The immanent or space-like mind in all things (dharmakaya Pháp thân). Original awareness or inherent enlightenment in the form of primal intelligence), awareness, wisdom or knowledge, or the immanent mind in all things; as contrasted with initial knowledge (thủy giác). This term is particularly associated with Kukai and the Shingon school, which implies that all beings and possess the "buddha-nature" and so are already awaked. This fact, however, is obscured by ignorance. In fact, we must not simply be aware but beware, through constant vigilance, of falling in love with conventional conceptions and mundane appearances. Even the exalted terms that point directly, such as Zen or Great Way, can become mere convention, mere stipulation. This is adding gold chains to iron chains. The common terms 'male' and 'female', for instance, are conventional designations, unrelated to the basic fact of awareness. 'Self' and 'other,' 'sentient' and 'nonsentient', such correlative terms indicate divisions that do not exist at all for Original Awakeness. If one becomes obsessed with cultural and personal routine of thought and perception, all forms can become blindness, including the beautiful golden Buddha. In short, afflictions, illusions and temptations that arise from ignorance

or failure philosophically to understand things in their reality. Illusion arising from primal ignorance which covers and hinders the truth. In the Differentiated Teaching, this illusion is overcome by the Bodhisattva from the first stage; in the Perfect Teaching, it is overcome by the Bodhisattva in the first resting-place. The stream of ignorance, or Unenlightened thinking or condition, one of the four wholesome dharmas and cause sentient beings to drift and drown in the torrential stream of Samsara (unenlightenment, or ignorance, the cause of the stream of transmigration). According to Buddhism, ignorance, karma, and desire are the three main forces that cause reincarnation. Ignorance, karma, and desire are also the three motive powers that keep the present world in motion. Ignorance, karma, and desire are the inner fetters. The Buddha taught: "The world arises from such causal combinations as ignorance, desire, karma, and discrimination.

Paramita Wisdom Destroys Ignorance: In this lifetime, we all follow certain pain-producing habits or patterns. We must realize that anybody who earnestly practices meditation will experience a loosening and eventually a breaking of these patterns. In other words, a movement in the direction of the breaking of ignorance; but this is not a simple matter. The process may take many, many years. Even enlightenment doesn't immediately redirect these habit-energies or these habit-forces that have been going in a certain direction for so long. Again, we mustn't be too hard on ourselves. Buddhist practitioners should always remember that cultivation of meditation in Buddhism will help eliminate harmful habits and ignorance. In Buddhism, transcendental wisdom means entering into the powers of Buddhas. Knowledge paramita or knowledge of the true definition of all dharmas. The cultivation of the Bodhisattva's intellectual and spiritual journey comes with his ascent to the Jnana Paramita, then immediately preceding his transformation into a fully awakened Buddha. Wisdom which brings men to nirvana, the sixth of the six paramitas. The prajna-paramita is a gate of Dharma-illumination; for with it, we eradicate the darkness of ignorance. Among the basic desires and passions, ignorance has the deepest roots. When these roots are loosened, all other desires and passions, greed, anger, attachment, arrogance, doubt, and wrong views are also uprooted. In order to obtain wisdom-paramita, practitioner must make a great effort to meditate on the truths of impermanence, no-self, and the dependent origination of all things. Once the roots of ignorance are severed, we can not only liberate ourselves, but also teach and guide foolish beings to break through the imprisonment of birth and death.

Tuyển Luận Thứ Hai Mươi Tám
The Twenty-Eighth Selective Essay

Sáu Nẻo Đường Trần &
Bốn Đường Lên Thánh

Trong Phật giáo, Sáu nẻo đường trần và bốn đường lên Thánh (Lục Phàm Tứ Thánh) có nghĩa là sáu cõi phàm đối lại với bốn cõi thánh. Mười Pháp Giới bao gồm sáu pháp giới của phàm phu là thiên, nhân, a tu la, súc sanh, ngạ quỷ, và địa ngục; và bốn pháp giới của bậc Thánh là Phật, Bồ Tát, Thanh Văn, Duyên Giác. Trong sáu nẻo đường trần thì có ba cõi thiện là Thiên, Nhân và A Tu La; còn ba cõi ác là Địa ngục, Ngạ quỷ, và Súc sanh. Nếu trồng nhân của ba đường thiện sẽ gặt quả của ba đường thiện; nếu trồng nhân của ba đường ác sẽ gặt quả của ba đường ác. Tất cả chúng sanh trong sáu nẻo này đều phải chịu sanh tử luân chuyển không ngừng theo luật nhân quả, sanh vào nẻo nào tùy theo những hành động trong kiếp trước quyết định. Trong Phật giáo, các nẻo này được miêu tả bằng các tai họa hay các phần của bánh xe sanh tử. Bánh xe này do các hành động phát sanh từ vô minh của ta về chân tánh cuộc sinh tồn, do các nghiệp lực từ quá khứ vô thủy thức đẩy, do sự thèm muốn khoái lạc của các thức giác của chúng ta, và sự bám víu của chúng ta vào những khoái lạc này tiếp tục làm nó xoay vần, đưa đến sự quay vòng bất tận của sinh tử và tái sanh mà chúng ta bị trói buộc trong ấy. Bốn cõi Thánh là cõi mà nơi đó chúng sanh đã giác ngộ, đã biết sự an lạc bên trong và sự tự do sáng tạo bởi vì bằng tri thức họ đã chiến thắng vô minh và mê hoặc, họ đã thoát khỏi sự nô lệ vào các nghiệp lực phát sinh từ hành động mê lầm trong quá khứ và bây giờ không còn gieo những hạt giống mà chúng sẽ kết trái trong hình thức trói buộc mới của nghiệp. Song giác ngộ không làm gián đoạn luật nhân quả. Khi người giác ngộ tự cắt ngón tay mình, nó cũng chảy máu, khi người ấy ăn phải thức ăn xấu thì dạ dày vẫn đau. Người giác ngộ không thể chạy trốn được hậu quả của các hành động do chính mình tạo ra. Sự khác biệt là vì người đã giác ngộ chấp nhận, tức đã thấy rõ nghiệp của mình và không còn bị trói buộc nữa mà di động tự do bên trong nghiệp. Đây là nguyên tắc căn bản của Phật giáo,

tuyệt nhiên không mê tín dị đoan. Đạo lý này luôn đúng, không sai sót và sẽ không bao giờ thay đổi.

Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có sáu nẻo đường trần hay sáu thế giới của chúng sanh mê mờ. Tất cả chúng sanh trong sáu nẻo này đều phải chịu sanh tử luân chuyển không ngừng theo luật nhân quả, sanh vào nẻo nào tùy theo những hành động trong kiếp trước quyết định. Trong Phật giáo, các nẻo này được miêu tả bằng các tai họa hay các phần của bánh xe sanh tử. Bánh xe này do các hành động phát sanh từ vô minh của ta về chân tánh cuộc sinh tồn, do các nghiệp lực từ quá khứ vô thủy thúc đẩy, do sự thêm muốn khoái lạc của các thức giác của chúng ta, và sự bám víu của chúng ta vào những khoái lạc này tiếp tục làm nó xoay vần, đưa đến sự quay vòng bất tận của sinh tử và tái sanh mà chúng ta bị trói buộc trong ấy. Sáu nẻo đường trần là sáu đường luân hồi của chúng sanh. Chúng sanh tạo các nghiệp khác nhau rồi bị nghiệp lực thúc đẩy, dẫn dắt đến sáu loại đầu thai, qua lại trong sáu nẻo, sanh rồi tử, tử rồi sanh, như bánh xe xoay vần, không bao giờ dừng nghỉ, hoặc vào địa ngục, hoặc làm quỷ đói, hoặc làm súc sanh, hoặc A Tu La, hoặc làm người, hoặc làm trời, Đức Phật gọi đó là luân chuyển trong lục đạo. Sáu nẻo đường trần gồm ba đường dưới (Hạ Tam Đồ) hay ba đường dữ, và ba đường trên (Thượng Tam Đồ) hay ba đường lành.

Ba đường dưới (Hạ Tam Đồ) hay ba đường dữ bao gồm địa ngục, ngạ quỷ và súc sanh. *Thứ nhất là địa ngục*, tiếng Phạn là Naraka, nghĩa là lãnh đủ mọi sự khổ não, không an vui. Đây là cảnh giới địa ngục. Đây là điều kiện sống thấp nhất và khốn khổ nhất. Chúng sanh (A-Lại-Da thức) bị đọa vào địa ngục vì những hành vi độc ác làm nhiều điều tội lỗi hại người hại vật (loại này ở chỗ tối tăm, bị tra tấn thường xuyên do tội hành nghiệp chiêu cảm). Trong cõi địa ngục thì sự khổ không có bút mực nào mà tả cho xiết. Trong Phật giáo, địa ngục tượng trưng cho tham sân si, những loài bị hành tội ở cõi thấp nhất. *Thứ nhì là ngạ quỷ*, tiếng Phạn là Preta. Đây là cảnh giới ngạ quỷ, nơi tái sanh của những kẻ tham lam, ích kỷ và dối gạt (trong các loài quỷ thì quỷ đói chiếm đa số. Các loài quỷ chịu quả báo không đồng, kẻ nào có chút ít phước báo thì được sanh nơi rừng núi, gò miếu; loài không có phước báo thì thác sanh vào những chỗ bất tịnh, ăn uống thất thường, bị nhiều nỗi khổ sở. Chúng sanh độc ác bị tái sanh vào ngạ quỷ, thấy suối nước như thấy máu mủ, cổ nhỏ như cây kim, bụng ỏng như cái

trống chầu, có khi đồ ăn vừa vào đến miệng, đã trở thành than hồng, không thể nào nuốt được, chịu đại khổ não suốt đời cùng kiếp). Ở cõi ngạ quỷ chúng sanh thân thể xấu xa hôi hám, bụng lớn như cái trống, cổ nhỏ như cây kim, miệng phực ra lửa mỗi khi nước thức ăn, và chịu cảnh đói khát trong muôn ngàn kiếp. Loài ngạ quỷ tiêu biểu cho những loài đã chết hay các quỷ đói. Ngoài ra, loài ngạ quỷ cũng bao gồm những quỷ thần hiếu chiến. Dù một phần thuộc Thiên giới, nhưng chúng được đặt vào cõi thấp hơn. *Thứ ba là súc sanh*, tiếng Phạn là Tiryagyoni. Đây là loài chúng sanh sanh ra để bị người đời hành hạ và ăn thịt. Đây là cảnh giới súc sanh, nơi tái sanh của những kẻ si mê, sa đọa, tửu sắc, bài bạc, dối trá và tà dâm (trên từ rồng, thú, cầm, súc; dưới đến thủy tộc và loài côn trùng, không bao giờ đi thẳng được như con người hay chư Thiên. Loài này thường giết hại và ăn thịt lẫn nhau, đồng loại thì ý mạnh hiếp yếu. Ngoài ra, chúng còn bị con người sai sử chuyên chở và đánh đập). Cõi bàng sanh như loài trâu, bò, lừa, ngựa bị sự khổ chớ kéo nặng nề. Loài dê, heo, vịt, gà, thì bị sự khổ về banh da xẻ thịt làm thức ăn cho loài người. Các loài khác thì chịu sự khổ về ngu tối, nhớ nhớt, giết hại và ăn uống lẫn nhau. Đây là những loài có bản chất mê muội, bao gồm tất cả các loài vật.

Ba đường trên (Thượng Tam Đò) hay ba đường lành. Trong ba đường lành này thì hai đường người trời rất khó được sanh vào, trong khi bị đọa vào a-tu-la và hạ tam đồ thì lại dễ dàng và thông thường. *Thứ nhất là A Tu La*, tiếng Phạn gọi là “Asura”, nghĩa là tánh tình xấu xa, cũng có nghĩa là phước báo không bằng chúng sanh ở hai cõi người và trời. Đây là cảnh giới của những chúng sanh xấu ác, hay giận dữ, tánh tình nóng nảy, thích bạo động hay gây gỗ, và si mê theo tà giáo (chúng sanh trong cảnh giới này cũng có phước báo, nhưng lại bị tham vọng, dối trá, kiêu mạn, là quả của những tiền nghiệp lấn lướt, nên tâm thường hay chứa đầy tức giận và chấp trước). *Thứ nhì là nhân chúng*, tiếng Phạn là “Manusya-gati”. Đây là cảnh giới của con người, hay thế giới của chúng ta, nơi mà những chúng sanh nào thọ trì ngũ giới sẽ được tái sanh vào (cõi này chúng sanh khổ vui lẫn lộn, tuy nhiên, thường bị cảnh khổ sở thiếu thốn, đói khát, lạnh nóng, sợ sệt, vân vân. Bên cạnh đó lại phải bị những lo âu sợ sệt về sanh, lão, bệnh, tử, chia ly, thương ghét. Khổ thì có tam khổ như khổ khổ, hoại khổ, hành khổ; hoặc ngũ khổ như sanh khổ, già khổ, bệnh khổ, chết khổ, khổ vì phạm các tội mà bị trói buộc; hoặc bát khổ như sanh, già, bệnh,

chết, ái biệt ly, oán tắng hội, cầu bất đắc, ngũ ấm thanh suy. Tuy cũng có những niềm vui, nhưng đây chỉ là niềm vui tạm bợ, vui để chờ buồn chờ khổ. Chúng sanh sanh vào cõi người, mà lại gặp được Phật pháp thì theo lời Phật dạy là một đại hạnh, vì đây là cơ hội ngàn năm một thuở cho cuộc tu giải thoát). Nhơn giới có bản chất trung hòa và tiêu biểu cho đạo đức xã hội. *Thứ bà là Thiên chúng*, tiếng Phạn gọi là “Deva-gati” có nghĩa là sáng suốt, thanh tịnh, tự tại hay tối thắng. Thiên đạo hay cảnh giới chư thiên là nơi tái sanh của những chúng sanh nào giữ tròn năm giới, thực hành thập thiện nghiệp, và tránh thập ác (người sanh lên cõi trời thân được sáng suốt, vui nhiều hơn khổ, sự ăn mặc, cung điện, nhà cửa đều được sung sướng tốt đẹp, không thiếu thốn về vật chất). Cõi trời tuy vui vẻ hơn nhân gian, nhưng cũng còn tướng ngũ suy và những điều bất như ý. Mặc dù là siêu nhân, nhưng những chúng sanh này không thể giác ngộ viên mãn nếu không có giáo thuyết của Phật.

Bốn đường lên Thánh hay Tứ Thánh tức bốn cõi Thánh là cõi mà nơi đó chúng sanh đã giác ngộ, đã biết sự an lạc bên trong và sự tự do sáng tạo bởi vì bằng tri thức họ đã chiến thắng vô minh và mê hoặc, họ đã thoát khỏi sự nô lệ vào các nghiệp lực phát sinh từ hành động mê lầm trong quá khứ và bây giờ không còn gieo những hạt giống mà chúng sẽ kết trái trong hình thức trói buộc mới của nghiệp. Song giác ngộ không làm gián đoạn luật nhân quả. Khi người giác ngộ tự cắt ngón tay mình, nó cũng chảy máu, khi người ấy ăn phải thức ăn xấu thì dạ dày vẫn đau. Người giác ngộ không thể chạy trốn được hậu quả của các hành động do chính mình tạo ra. Sự khác biệt là vì người đã giác ngộ chấp nhận, tức đã thấy rõ nghiệp của mình và không còn bị trói buộc nữa mà di động tự do bên trong nghiệp. Bốn đường lên Thánh gồm Thanh Văn, Duyên Giác, Bồ Tát, và Phật. *Thứ nhất là Thanh Văn*, những đệ tử trực tiếp của Phật. Thanh Văn còn là những học trò lắng nghe lời Phật dạy mà hiểu nguyên lý của Tứ diệu đế, để tu hành và đạt mục đích Niết bàn không còn vương bận trần thế. Thanh văn thừa là cỗ xe của những người nghe pháp tu hành mà thành tựu. Đây là cỗ xe đầu tiên trong ba cỗ xe dẫn tới Niết bàn. Thanh Văn Thừa thường chỉ những Phật tử không thuộc Đại Thừa. *Thứ nhì là Duyên giác*, hay Độc Giác Phật. Đây là một vị Phật tự giác ngộ, không giảng dạy cho kẻ khác. Độc giác Phật, người đại giác (đơn độc), đi một mình vào đại giác rồi nhập Niết bàn một mình. Người ấy đạt được đại giác

nhờ hiểu được thập nhị nhân duyên bằng nơi tự thân (tự giác, không cần thầy, và đạt đến giác ngộ cho tự thân hơn là cho tha nhân). Nói tóm lại, Độc Giác Phật là vị ẩn cư và tu giải thoát chỉ cho chính bản thân mình mà thôi. *Thứ ba là Bồ Tát*, tức một vị Phật tương lai. Theo Đại Trí Độ Luận, chữ Bodhi có nghĩa là con đường hành đạo của chư Phật, chữ sattva là bản chất của thiện pháp. Bồ Tát là vị có tâm cứu giúp tất cả chúng sanh vượt qua dòng sông sanh diệt. Bồ Tát là một chúng sanh “Đại Giác Hữu Tình” (dịch theo mới). Bồ Tát là bậc tầm cầu sự giác ngộ tối thượng, không phải chỉ cho chính mình mà cho tất cả chúng sanh. *Thứ tư là Phật*, bậc không còn ở trong vòng mười cõi thế gian này, nhưng vì Ngài thị hiện giữa loài người để giảng dạy giáo lý của mình nên Ngài được kể vào đó.

Theo tông Thiên Thai, mười cõi này tương dung tương nhiếp lẫn nhau, mỗi cõi mang trong nó chín cõi còn lại kia. Tỷ dụ như nhân giới sẽ bao hàm cả chín cõi khác, từ Phật cho đến địa ngục, và mỗi một trong mười cảnh vực kia cũng vậy. Ngay cả cảnh giới của chư Phật cũng bao gồm bản chất của địa ngục và các cõi khác, bởi vì một Đức Phật dù ở Ngài không còn bản chất của địa ngục, nhưng vì để cứu độ chúng sanh trong cõi này, nên cũng có địa ngục ngay trong tâm của Ngài. Trong ý nghĩa này Phật giới cũng bao gồm cả chín cõi khác. Theo Phật giáo, mười pháp giới này đều do một niệm hiện hữu từ trong tâm chúng ta mà ra. Chính vì vậy mà cổ đức có dạy: “Thập giới nhất tâm, bất ly đương niệm. Năng giác thử niệm, lập đăng bỉ ngạn.” Nghĩa là nếu chúng ta hiểu rõ về ý niệm hiện tại thì lập tức chúng ta sẽ trở nên giác ngộ. Theo Kinh Hoa Nghiêm: “Vạn Pháp do tâm tạo.” Ngay cả Phật cũng do tâm mình tạo ra. Nếu mình tu Phật pháp thì mình thành Phật đạo. Nếu mình tu Bồ Tát thì thành Bồ Tát. Ví bằng mình muốn đọa địa ngục, và cứ nhắm hướng địa ngục mà đi thì tương lai phải đến địa ngục không một chút nghi ngờ gì cả. Cho nên nói mười pháp giới không rời một niệm tâm này.

An Overview of Six Paths of the Samsara and Four Ways of the Saints

In Buddhism, Six Realms of the Samsara and Four Realms of the Saints means six stages of rebirth for ordinary people, as contrasted with the four saints. The gods, human beings, asuras, animals, hungry

ghosts, and hells make up the Six Dharma Realms of Ordinary Beings. The Buddhas, Bodhisattvas, Sound Hearers, and Those Enlightened by Conditions are the Four Dharma Realms of Sages. The Six Common Realms are the Three Good Realms of gods, humans, and asuras; and the Three Evil Realms of hell-beings, hungry ghosts, and animals. If one plants the causes for the Three Good Realms, one is reborn in these realms. The same applies to the Three Evil realms. All creatures in these realms are tied to the ceaseless round of birth-and-death, that is, to the law of causation, according to which existence on any one of these planes are determined by antecedent actions. In Buddhism these planes are depicted as the spokes or segments of the “wheel of life.” This wheel is set in motion by actions stemming from our basic ignorance of the true nature of existence and by karmic propensities from an incalculable past, and kept revolving by our craving for the pleasures of the senses and by our clinging to them, which leads to an unending cycle of births, deaths, and rebirths to which we remain bound. The four realms of enlightened existence, sometimes called the “four holy states.” Unlike those in the lower six realms, the enlightened know the joy of inward peace and creative freedom because, having overcome their ignorance and delusion through knowledge, they are freed from enslavement to karmic propensities arising from past delusive actions, and no longer sow seeds which will bear fruit in the form of new karmic bondage. Enlightenment, however, does not suspend the law of cause and effect. When the enlightened man cuts his finger it bleeds, when he eats bad food his stomach aches. He too cannot escape the consequences of his actions. The difference is that because he accepts, that is, he sees into his karma he is no longer bound by it, but moves freely within it. This principle of cause and effect is the basic Buddhist theory; it is not a superstition. This principle is always correct and never off by the least bit.

According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are six realms of the samsara or the realms of the unenlightened. All creatures in these realms are tied to the ceaseless round of birth-and-death, that is, to the law of causation, according to which existence on any one of these planes are determined by antecedent actions. In Buddhism these planes are depicted as the spokes or segments of the “wheel of life.” This wheel is set in motion

by actions stemming from our basic ignorance of the true nature of existence and by karmic propensities from an incalculable past, and kept revolving by our craving for the pleasures of the senses and by our clinging to them, which leads to an unending cycle of births, deaths, and rebirths to which we remain bound. These are six paths, or six ways or conditions of sentient existence, or six miserable states (sentient beings revolve in the cycle of Birth and Death, along the six paths, life after life. These are paths of hell-dwellers, hungry ghosts, animals, titanic demons or asuras, human beings and celestials). The six realms of the samsara include the three lower gatis, or three evil paths; and the three upper gatis, or three good paths.

The three lower gatis include hells, hungry ghosts and animals. *First, the realm of hells*, the Sanscrit term is “Naraka-gati”. This is the state of being miserable of being in hells. This is the lowest and most miserable condition of existence. Sentient being (alaya-consciousness) is condemned to stay in Hell due to his worse karma. In the hellish path, the sufferings there are so great that no words can describe them. In Buddhism, Naraka-gati symbolizes ignorance, greed and aggression. Depraved men or “hellish beings” who are in the lowest stage. *Second, the state of hungry ghosts*, the Sanscrit term is “Preta-gati”. This realm of starved ghosts where greedy, selfish and deceitful souls are reborn. In the path of hungry ghosts, beings have ugly, smelly bodies, with bellies as big as drums and throats as small as needles, while flames shoot out of their mouths. They are subject to hunger and thirst for incalculable eons. Hungry ghosts symbolize greed, departed beings, otherwise called “hungry spirits.” Besides, hungry ghosts also include “asura” or fighting spirits, though partially heavenly, they are placed in the lower realm. *Third, animality*, or the state of animals, the Sanscrit term is Tiragyoni. The animals’ realm reserved for those souls who are dull-witted, depraved, or have committed fornication. The path of animals, such as buffaloes, cattle, donkeys and horses, is subject to heavy toil. Other domestic animals, such as goats, pigs, chicken and ducks, are subject to be killed to make food for human beings. Still other animals suffer from stupidity, living in filth, and killing one another for food. These beings symbolize ignorance or innocent in nature, including the whole animal kingdom.

The three upper gatis, or three good paths. Among the three upper gatis, rebirth in the celestial or human paths is difficult, while descend into Asura path and other three lower gatis is easy and common. *First, the Asura*, the Sanscrit term is “Asura”. This is the state of angry demons. Asuras’ realm where those who are wicked, hot-tempered, violent or are initiated into paganism (the path of asuras is filled with quarrelling and acrimonious competition). *Second, the state of human-beings*, the Sanscrit term is “Manusya-gati”. This is our earth, place where those who keep the basic five precepts are reborn. Human beings are neutral in nature, and symbolizing social virtue. *Third, Celestials*, or the state of gods, the Sanscrit term is “Deva-gati”. The Gods’ realm is reserved to those who observe the five basic commandments and have practiced the Ten Meritorious Action and abstained to do the Ten Evil Deeds. Although the celestial path is blessed with more happiness than our world, it is still marked by the five signs of decay and the things that go against our wishes. Heavenly beings, though superhuman in nature they cannot get perfectly enlightened without the teaching of the Buddha. Celestials symbole meditation abstractions.

The four realms of enlightened existence, sometimes called the “four holy states.” Unlike those in the lower six realms, the enlightened know the joy of inward peace and creative freedom because, having overcome their ignorance and delusion through knowledge, they are freed from enslavement to karmic propensities arising from past delusive actions, and no longer sow seeds which will bar fruit in the form of new karmic bondage. Enlightenment, however, does not suspend the law of cause and effect. When the enlightened man cuts his finger it bleeds, when he eats bad food his stomach aches. He too cannot escape the consequences of his actions. The difference is that because he accepts, that is, he sees into his karma he is no longer bound by it, but moves freely within it. The Four Saints include Sound-Hearers, Pratyeka Buddhas, Bodhisattvas, and Buddhas. *First, a sound-hearer* is a direct disciple of the Buddha. A hearer, a Sound-hearer, or a voice-hearer who also undertakes the practice and becomes a Sramanera or a student who seeks personal enlightenment and an attains this only by listening to the teaching and gaining insight into the four noble truths, so that he can cultivate to reach his supreme goal of

nirvana without earthly remainder. Vehicle or class of the hearers, the first of the three vehicles that can lead to the attainment of nirvana. Sravakayana generally refers to the Buddhists who don't belong to the Mahayana. *Second, a Pratyeka-Buddha*, or a lonely enlightened one, who cultivates and gets enlightenment for himself, not teaching others. A Pratyeka Buddha is the solitary (awakened) sage of Indian life whose ideal was incompatible with that of the Bodhisattva, in that he walked alone, and having attained his Enlightenment, passed into Nirvana, indifferent to the woes of men. He attains enlightenment through the insight of the twelve nidanas by himself (independently of a teacher and attainment of his enlightenment rather than that of others). In summary, Pratyeka-buddha is one who lives in seclusion and obtains emancipation for himself only. *Third, a Bodhisattva*, a would-be Buddha. According to the Mahaprajnaparamita sastra, Bodhi means the way of all the Buddhas, and Sattva means the essence and character of the good dharma. Bodhisattvas are those who always have the mind to help every being to cross the stream of birth and death. A Bodhisattva is a conscious being of or for the great intelligence, or enlightenment. The Bodhisattva seeks supreme enlightenment not for himself alone but for all sentient beings. *Fourth, a Buddha*, who is not inside the circle of ten, but as he advents among men to preach his doctrine he is now partially included in it.

According to the T'ien-T'ai Sect, these ten realms are mutually immanent and mutually inclusive, each one having in it the remaining nine realms. For example, the realm of men will include the other nine from Buddha to Hell, and so will any of the ten realms. Even the realm of Buddhas includes the nature of hell and all the rest, because a Buddha, though not hellish himself, intends to save the depraved or hellish beings, and therefore also has hell in his mind. In this sense, the realm of the Buddhas, too, includes the other nine realms. According to Buddhism, all these ten dharma realms originate from the single thought which is existing in our mind. Thus, ancient virtues taught: "All of these ten realms-a single thought, are not apart from your present thought. If you can understand that thought, you immediately reach the other shore." That is to say, the ten Dharma Realms are not beyond our present thought. If we can understand that thought, we immediately become enlightened. According to the Avatamsaka Sutra, "The myriad

dharmas are made from the mind alone.” The Buddha is created by our mind. If our mind cultivates the Buddhahood, then we will accomplish the Buddha Way. If our mind is delighted by Bodhisattvas, then we will practice the Bodhisattva Path and become a Bodhisattva. But if our mind wishes to fall into the hells and we will head in the direction of the hells; eventually we will have to fall into the hells without any doubt. That is why it is said “The Ten Dharma Realms are not beyond a single thought.”

Tuyển Luận Thứ Hai Mươi Chín
The Twenty-Ninth Selective Essay

Sơ Lược Kinh Luật Luận Phật Giáo

Kinh Tạng: Kinh Tạng đại để gồm những bài pháp có tính cách khuyên dạy mà Đức Phật giảng cho cả hai bậc, xuất gia và hàng cư sĩ, trong nhiều cơ hội khác nhau. Một vài bài giảng của các vị đại đệ tử như các ngài Xá Lợi Phất, Mục Kiền Liên và A Na Đà cũng được ghép vào Tạng Kinh và cũng được tôn trọng như chính lời Đức Phật vì đã được Đức Phật chấp nhận. Phần lớn các bài pháp này nhắm vào lợi ích của chư Tỳ Kheo và đề cập đến đời sống cao thượng của bậc xuất gia. Nhiều bài khác liên quan đến sự tiến bộ vật chất và tinh thần đạo đức của người cư sĩ. Kinh Thi Ca La Việt chẳng hạn, dạy về bốn phận của người tại gia. Ngoài ra, còn có những bài giảng lý thú dành cho trẻ em. Tạng Kinh giống như một bộ sách ghi lại nhiều quy tắc để theo đó mà thực hành, vì đó là các bài pháp do Đức Phật giảng ở nhiều trường hợp khác nhau cho nhiều người có căn cơ, trình độ và hoàn cảnh khác nhau. Ở mỗi trường hợp Đức Phật có một lối giải thích để người thính pháp được lãnh hội dễ dàng. Thoáng nghe qua hình như mâu thuẫn, nhưng chúng ta phải nhận định đúng Phật ngôn theo mỗi trường hợp riêng biệt mà Đức Phật dạy điều ấy. Tỷ như trả lời câu hỏi về cái “Ta,” có khi Đức Phật giữ im lặng, có khi Ngài giải thích dông dài. Nếu người vấn đạo chỉ muốn biết để thỏa mãn tánh tọc mạch thì Ngài chỉ lặng thinh không trả lời. Nhưng với người cố tâm tìm hiểu chơn lý thì Ngài giảng dạy rành mạch và đầy đủ. Tạng kinh Phạn hay Đại Thừa chia làm năm phần: 1) Trường A Hàm, tương ứng với Trường Bộ Kinh của tạng kinh Pali; 2) Trung A Hàm, tương ứng với Trung Bộ Kinh của kinh tạng Pali; 3) Tạp A Hàm, tương ứng với Tạp Bộ Kinh trong kinh tạng Pali; 4) Tăng Nhất A Hàm, tương ứng với Tăng Chi Bộ Kinh; 5) trong kinh tạng Phạn ngữ, có bộ kinh gọi là Khuất Đà Ca A Hàm, tuy nhiên bộ kinh này không tương ứng với bộ Tiểu Bộ Kinh trong kinh tạng Pali.

Kinh còn được gọi là Còn gọi là Tu Đa La, Tô Đát Lãm, Tố Đát Lãm, Tu Đan La, Tu Đố Lộ, Tu Đa Lan-Tu Đan Lan Đa. Kinh có nghĩa là khâu lại thành dây cho khỏi sút ra. Khâu lại thành tràng hoa. Kinh cũng có nghĩa là sợi chỉ hay sợi dây. “Sutra” là Phạn ngữ có nghĩa “bài

giảng” hay “khế kinh.” Nghĩa đen của tiếng Phạn là “sợi chỉ khâu các hạt châu.” Những lời thuyết giảng của Phật, hay những bài thuyết pháp của Đức Phật, thỉnh thoảng, không phải thường xuyên, từ một đại đệ tử của Phật. Kinh là một trong Tam tạng giáo điển của Phật giáo. Theo lịch sử Phật giáo, thì trong lần kết tập đầu tiên ngay sau khi Phật nhập diệt, đại hội do trưởng lão Đại Ca Diếp chủ trì đã dựa vào những câu trả lời của A Nan mà trùng tụng lại những lời Phật dạy trong giỏ Kinh điển. Thường thường, kinh được bắt đầu với một công thức duy nhất: “Một thuở nọ, tôi nghe như vậy,” mà theo truyền thống đã được đại hội kết tập kinh điển lần thứ nhất tại thành Vương Xá đã chấp nhận như vậy. Kinh là Thánh Thư của Phật giáo, tức là những cuộc đối thoại có định hướng, những bài thuyết pháp của Phật Thích Ca Mâu Ni. Người ta nói có hơn vạn quyển, nhưng chỉ một phần nhỏ được dịch ra Anh ngữ. Các kinh Tiểu Thừa được ghi lại bằng tiếng Pali hay Nam Phạn, và các kinh Đại Thừa được ghi lại bằng tiếng Sanskrit hay Bắc Phạn. Đa số các tông phái Phật giáo được sáng lập theo một kinh riêng từ đó họ rút ra uy lực cho tông phái mình. Phái Thiên Thai và Pháp Hoa (Nhật Liên Tông ở Nhật: Nichiren in Japan) thì dùng Kinh Pháp Hoa; Tông Hoa Nghiêm thì dùng Kinh Hoa Nghiêm. Tuy nhiên, Thiền Tông không liên hệ với kinh nào cả, điều này cho phép các thiền sư tự do sử dụng các kinh tùy ý khi các thầy thấy thích hợp, hoặc có khi các thầy không dùng bộ kinh nào cả. Có một câu quen thuộc trong nhà Thiền là “Bất lập văn tự, giáo ngoại biệt truyền,” nghĩa là không theo ngôn ngữ văn tự, giáo lý biệt truyền ngoài kinh điển. Điều này chỉ có nghĩa là với Thiền Tông, chân lý phải được lãnh hội trực tiếp và không theo uy thế của bất cứ thứ gì ngay cả uy thế của kinh điển. Hiện tại có hai tạng kinh: kinh Đại Thừa và kinh Nguyên Thủy. Kinh Đại Thừa có nội dung hoàn toàn khác biệt với Nguyên Thủy. Người ta nói mãi vài thế kỷ sau ngày Đức Thế Tôn nhập diệt thì tạng kinh Đại Thừa mới xuất hiện tại Ấn Độ. Người ta giải thích sơ dĩ có khoảng cách thời gian như vậy là vì thời đó những tạng kinh này được cất giấu chờ ngày giao lại cho những hành giả có trình độ cao. Tuy nhiên, trường phái Nguyên Thủy bác bỏ hoàn toàn kinh điển Đại Thừa như là những ngoại điển, có thể không phải do Phật thuyết, nhưng những người trung thành với Đại Thừa lại khẳng quyết rằng giáo điển của họ chỉ dành cho những người có trình độ cao, trong khi kinh điển Pali dành cho các đệ tử có trình độ thấp hơn.

Đặc điểm trong việc giải thích và phiên dịch kinh điển. *Những đặc tính thứ nhất là Ngũ Trùng Huyền Nghĩa*: Năm tầng nghĩa huyền vi khi giải thích một bộ kinh: i) Thích nghĩa rõ cái tên đề của bộ kinh. ii) Biện luận thể chất của bộ kinh. iii) Nói về tôn chỉ của bộ kinh. iv) Nói về lực dụng của bộ kinh. v) Nói về giáo tướng của bộ kinh. *Những đặc tính thứ nhì là Ngũ Chứng Bất Phiên*: Năm loại từ ngữ chẳng phiên dịch được do Ngài Huyền Trang đời Đường quy định. i) Bí Mật Chi: Vì huyền bí thâm mật nên không phiên dịch được mà chỉ phiên âm như Chú Đà La Ni. ii) Hàm Đa Nghĩa: Vì nhiều nghĩa nên không dịch được mà chỉ phiên âm. iii) Thử Phương Sở Vô: Những thứ không có nơi này (Trung Hoa) nên không dịch được mà chỉ phiên âm. iv) Thuận Theo Cổ Lệ: Có thể phiên dịch được, nhưng vì muốn theo cổ lệ nên giữ nguyên chữ mà chỉ phiên âm. v) Vi Sinh Thiện: Muốn làm cảm động người nghe để họ phát thiện tâm nên không phiên dịch.

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

Già giới là những luật phụ hay thứ luật mà Phật chế ra như cấm uống rượu, đối lại với “tánh giới” là những giới luật căn bản của con người như cấm giết người. Giới luật trong Phật giáo có rất nhiều và đa dạng, tuy nhiên, nhiệm vụ của giới luật chỉ có một. Đó là kiểm soát những hành động của thân và khẩu, cách cư xử của con người, hay nói khác đi, là để thanh tịnh lời nói và hành vi của họ. Tất cả những điều học được ban hành trong đạo Phật đều dẫn đến mục đích chánh hạnh

này. Tuy nhiên, giới luật tự thân nó không phải là cứu cánh, mà chỉ là phương tiện, vì nó chỉ hỗ trợ cho định (samadhi). Định ngược lại là phương tiện cho sự thu thập trí tuệ, và chính trí tuệ này lần lượt dẫn đến sự giải thoát của tâm, mục tiêu cuối cùng của đạo Phật. Do đó, Giới, Định và Tuệ là một sự kết hợp hài hòa giữa những cảm xúc và tri thức của con người. Đức Phật vạch ra cho hàng đệ tử của Ngài những cách để khắc phục tà hạnh về thân và khẩu. Theo Kinh Trường Bộ (Majjhima Nikaya), Đức Phật dạy: “Sau khi điều phục lời nói, đã chế ngự được các hành động của thân và tự làm cho mình thanh tịnh trong cách nuôi mạng, vị đệ tử tự đặt mình vào nếp sống giới hạnh. Như vậy vị ấy thọ trì và học tập các học giới, giữ giới một cách thận trọng, và thấy sự nguy hiểm trong những lỗi nhỏ nhặt. Trong khi tiết chế lời nói và hành động như vị ấy phải cố gắng phòng hộ các căn. Vì nếu vị ấy thiếu sự kiểm soát các căn của mình thì các tư duy bất thiện sẽ xâm nhập đầy tâm của mình. Thấy một sắc, nghe một âm thanh, vân vân... Vị ấy không thích thú, cũng không khó chịu với những đối tượng giác quan ấy, mà giữ lòng bình thản, bỏ qua một bên mọi ưa ghét.”

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

những lời vô hại, những lời thanh nhã dịu hiền, đầy tình thương, những lời làm đẹp dạ, đúng lúc đúng nơi, đáng được ghi vào lòng, cũng như những lời hữu ích; kẻ khác có thể tham lam, nhưng ta sẽ không tham; kẻ khác có thể để tâm cong queo quàng xiên, nhưng ta luôn giữ tâm ngay thẳng. Kỳ thật, tu tập giới luật cũng có nghĩa là tu tập chánh tư duy, chánh ngữ và chánh nghiệp, vân vân, vì giữ giới là tu tập chánh tư duy về lòng vị tha, từ ái, bất tổn hại; giữ giới là tu tập chánh ngữ để có thể kiểm soát giọng lưỡi tác hại của chính mình; giữ giới là tu tập chánh nghiệp bằng cách kềm hãm không sát sanh, không trộm cắp dù trực tiếp hay gián tiếp, không tà dâm; giữ giới còn là tu tập chánh mạng, nghĩa là không sống bằng những phương tiện bất chính cũng như không thủ đắc tài sản một cách bất hợp pháp.

Trong Phật giáo, không có phép gọi là tu hành nào mà không phải trì giới, không có pháp nào mà không có giới. Giới tuy có năm giới, mười giới, hay Bồ Tát Giới, vân vân, nhưng căn bản nhất vẫn là Ngũ Giới: không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, không vọng ngữ, không uống những chất cay độc. Trì giới thì không tạo tội. Giới như những chiếc lồng nhốt những tên trộm tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng. Giới cốt yếu là giữ tất cả những giới luật đã được Đức Phật thiết lập cho sự ổn định tinh thần của các đệ tử của Ngài. Giới giúp loại bỏ những ác nghiệp. Trì giới có nghĩa là ngưng không làm những việc xấu ác. Đồng thời, làm tất cả những việc thiện lành. Trì giới là để tránh những hậu quả xấu ác do thân khẩu ý gây nên. Theo Phật Giáo Nhìn Toàn Diện của Tỳ Kheo Piyadassi Mahathera, trước khi gia công thực hành những nhiệm vụ khó khăn hơn, như tu tập thiền định, điều chánh yếu là chúng ta phải tự khép mình vào khuôn khổ kỷ cương, đặt hành động và lời nói trong giới luật. Giới luật trong Phật Giáo nhằm điều ngự thân nghiệp và khẩu nghiệp, nói cách khác, giới luật nhằm giúp lời nói và hành động trong sạch. Trong Bát Chánh Đạo, ba chi liên hệ tới giới luật là chánh ngữ, chánh nghiệp, và chánh mạng. Người muốn hành thiền có kết quả thì trước tiên phải trì giữ ngũ giới căn bản không sát sanh, trộm cắp, tà dâm, vọng ngữ và uống rượu cũng như những chất cay độc làm cho tâm thần buông lung phóng túng, không tỉnh giác. Chúng ta luôn tự cho mình đã học ba môn tăng thượng, nhưng chúng ta chỉ có một ý niệm mờ nhạt trong tâm thức về định và tuệ mà thôi. Riêng về giới, chúng ta có thể giữ giới bằng khả năng của chính mình với những biện pháp cụ thể. Muốn giữ giới chúng

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

Vào thời Đức Phật còn tại thế, lúc một môn đệ mới bắt đầu được chấp nhận vào Tăng đoàn, Đức Phật nói với họ những lời đơn giản, “hãy lại đây, Tỳ Kheo!” Nhưng khi số người gia nhập ngày càng gia tăng và giáo hội phân tán. Những quy định đã được Đức Phật ban hành. Mỗi người Phật tử phải tuân giữ “Ngũ Giới” trong sự trau dồi cuộc sống phạm hạnh, và chư Tăng Ni tuân thêm 5 giới luật phụ được Đức Phật soạn thảo tỉ mỉ như là những điều luật rèn luyện và nói chung như là những giới luật tu tập. Năm giới luật phụ cho người xuất gia thời đó là tránh việc ăn sau giờ Ngọ, tránh ca múa, tránh trang điểm

son phấn và dầu thơm, tránh ngồi hay nằm trên giường cao, và tránh giữ tiền hay vàng bạc, châu báu. Về sau này, nhiều trạng huống khác nhau khởi lên nên con số luật lệ trong “Ba La Đề Mộc Xoa” cũng khác biệt nhau trong các truyền thống khác nhau, mặc dù có một số điểm cốt lõi chung khoảng 150 điều. Ngày nay, trong các truyền thống Đại Thừa và Khất Sĩ, có 250 cho Tỳ Kheo và 348 giới cho Tỳ Kheo Ni; trong khi truyền thống Theravada có 227 giới cho Tỳ Kheo và 311 giới cho Tỳ Kheo Ni. Trong tất cả các truyền thống, cả truyền thống Đại Thừa bao gồm Khất Sĩ, và truyền thống Theravada, cứ nửa tháng một lần những giới luật này được toàn thể chư Tăng Ni tụng đọc, tạo cho chư Tăng Ni cơ hội để sám hối những tội lỗi đã gây nên.

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

Trong Phật giáo, không có phép gọi là tu hành nào mà không phải trì giới, không có pháp nào mà không có giới. Giới là những qui luật giúp chúng ta khỏi phạm tội. Giới như những chiếc lồng nhốt những

tên trộm tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng. Dù có nhiều loại giới khác nhau như ngũ giới, thập giới, Bồ Tát giới, vân vân, ngũ giới là căn bản nhất. Giới là một trong ba pháp tu quan trọng của người Phật tử. Hai pháp kia là Định và Tuệ. Trì giới là để tránh những hậu quả xấu ác do thân khẩu ý gây nên. Theo Phật Giáo Nhìn Toàn Diện của Tỳ Kheo Piyadassi Mahathera, trước khi gia công thực hành những nhiệm vụ khó khăn hơn, như tu tập thiền định, điều chánh yếu là chúng ta phải tự khép mình vào khuôn khổ kỷ cương, đặt hành động và lời nói trong giới luật. Giới luật trong Phật Giáo nhằm điều ngự thân nghiệp và khẩu nghiệp, nói cách khác, giới luật nhằm giúp lời nói và hành động trong sạch. Trong Bát Chánh Đạo, ba chi liên hệ tới giới luật là chánh ngữ, chánh nghiệp, và chánh mạng. Người muốn hành thiền có kết quả thì trước tiên phải trì giữ ngũ giới căn bản không sát sanh, trộm cắp, tà dâm, vọng ngữ và uống rượu cũng như những chất cay độc làm cho tâm thần buông lung phóng túng, không tỉnh giác.

Theo Kinh Potaliya trong Trung Bộ Kinh, có tám pháp đưa đến sự đoạn tận: “Do duyên gì, lời nói như vậy được nói lên? Ở đây, này gia chủ, vị Thánh đệ tử suy nghĩ như sau: “Do nhưn những kiết sử nào ta có thể sát sanh, ta đoạn tận, thành tựu sự từ bỏ các kiết sử ấy. Nếu ta sát sanh, không những ta tự trách mắng ta vì duyên sát sanh, mà các bậc có trí, sau khi tìm hiểu, cũng sẽ khiển trách ta vì duyên sát sanh, và sau khi thân hoại mạng chung, ác thú sẽ chờ đợi ta, vì duyên sát sanh. Thật là một kiết sử, thật là một triền cái, chính sự sát sanh này. Những lậu hoặc, phiền lao nhiệt não nào có thể khởi lên, do duyên sát sanh, đối với vị đã từ bỏ sát sanh, những lậu hoặc, phiền lao nhiệt não như vậy không còn nữa.” Y cứ không sát sanh, sát sanh cần phải từ bỏ,” do duyên như vậy, lời nói như vậy được nói lên. “Y cứ không lấy của không cho, lấy của không cho cần phải từ bỏ.” “Y cứ nói lời chân thật, nói láo cần phải từ bỏ.” “Y cứ không nói hai lưỡi, nói hai lưỡi cần phải từ bỏ.” “Y cứ không tham dục, tham dục cần phải từ bỏ.” “Y cứ không hủy báng sân hận, hủy báng sân hận cần phải từ bỏ.” “Y cứ không phần não, phần não cần phải từ bỏ.” “Y cứ không quá mạn, quá mạn cần phải từ bỏ.”

Luận Tạng: Trong Phật giáo, từ Luận Tạng thường để chỉ những luận văn bàn về vấn đề giáo lý và triết học do học thuyết Phật nêu lên. Luận tạng được các nhà tư tưởng hay tác giả Phật giáo soạn, một hệ thống triết học của các kinh điển có tính cách giáo huấn, chứ không

phải là những bài thuyết giảng của Đức Phật. Luận Tạng là một trong ba tạng kinh điển. Luận Tạng bao gồm phần giải thích và biện luận kinh điển hay những lời Phật dạy. Các học giả đều thừa nhận rằng Hội Nghị Kết Tập lần thứ nhất này chỉ bàn về Kinh Tạng (Dharma) và Luật Tạng (Vinaya), phần Luận Tạng không được nói đến trong cuộc kết tập kinh điển lần thứ nhất. Tuy nhiên, bộ Luận Tạng đầu tiên được mọi người công nhận là của ngài Đại Ca Diếp, một đệ tử của Phật biên soạn, nhưng mãi về sau này mới hoàn thành. Bộ Luận tạng Hoa Ngữ gồm ba phần: Đại Thừa Luận, Tiểu Thừa Luận, và Tổng Nguyên Tục Nhập Tạng Chư Luận (960-1368 sau Tây Lịch). Luận Tạng Phật giáo hay là cái giỏ của học thuyết cao thượng. Luận Tạng là tạng thứ ba trong Tam tạng giáo điển Phật giáo. Nghiên cứu về Phật pháp. Luận Tạng được dịch sang tiếng Trung Hoa như là Đại Pháp hay Vô Tỷ Pháp (Vô Đối Pháp). Tuy nhiên, trong những tác phẩm Phật giáo Đại Thừa về sau này, người ta thường gán cho từ “Luận Tạng A Tỳ Đạt Ma” là giáo thuyết Tiểu Thừa. Kỳ thật, đây chính là những lời giảng và phân tích về các hiện tượng tâm thần và tâm linh chứa đựng trong những thời thuyết pháp của Phật và các đệ tử của Ngài. Abhidharma với tiếp đầu ngữ “Abhi” có nghĩa là “hơn thế,” hay “nói về.” Như vậy Abhidharma có nghĩa là “Tối thắng Pháp” hay “trần thuật về Dharma.” Trong khi Dharma là giáo lý tổng quát của Phật, thì A Tỳ Đạt Ma là một trần thuật siêu hình đặc biệt do các bậc trưởng lão mang lại. A Tỳ Đạt Ma chứa đựng những minh giải trừu tượng và triết học siêu hình về Phật giáo; hai tạng kia là Luật Tạng, gồm những điều luật Phật chế ra cho tứ chúng.

Phạn ngữ “Abhidharma” có nghĩa là “giáo thuyết cao,” chỉ triết thuyết chứa đựng trong A Tỳ Đạt Ma Luận Tạng của các trường phái Phật giáo Ấn Độ. Những tài liệu về A Tỳ Đạt Ma Luận được biên soạn vào khoảng 300 năm trước Tây lịch. Theo truyền thuyết, thì A Tỳ Đạt Ma lần đầu tiên được Đức Phật thuyết giảng cho mẹ Ngài khi Ngài thăm viếng bà trên cung trời Đâu Suất. Theo các nhà triết học Đông và Tây phương, thì A Tỳ Đạt Ma Luận là một sự gạn lọc và nghiên cứu kỹ lưỡng về giáo thuyết được trình bày trong văn chương kinh điển. Vì giáo thuyết trong kinh điển không trình bày theo một hệ thống triết học trước sau như một, nên mục tiêu chính của người viết A Tỳ Đạt Ma là sắp xếp các giáo thuyết này lại cho có hệ thống. A Tỳ Đạt Ma Luận sắp xếp lại và phân loại những từ ngữ và khái niệm trong kinh điển,

đặc biệt về nhận thức luận và tâm lý học. Những chủ đề quan trọng khác bao gồm vũ trụ luận và học thuyết về thiên định. Theo Erich Frauwallner, những học giả sớm nhất đã gom góp những khái niệm từ nhiều kinh điển, nhưng không có sự sắp xếp có chuẩn mực rõ ràng nào cả. Mãi cho đến vài thế kỷ sau Tây lịch thì A Tỳ Đạt Ma mới được phát triển toàn vẹn thành nhiều tập trong đó giáo thuyết và phương pháp thực hành được sắp xếp và hệ thống hóa với những chi tiết chính xác và giải thích rõ ràng. Vì có nhiều trường phái phát triển trong Phật giáo Ấn Độ thời đó, nên những trường phái khác nhau tự tạo A Tỳ Đạt Ma luận cho riêng mình. Hiện tại bộ A Tỳ Đạt Ma Hoàn chỉnh còn sót lại trong ngôn ngữ Ấn Độ được tìm thấy trong kinh tạng Pali của trường phái Nguyên Thủy, nhưng các bản dịch ra tiếng Trung Hoa và Tây Tạng, và những phần không đầy đủ bằng tiếng Bắc Phạn vẫn còn. Bên cạnh bộ A Tỳ Đạt Ma của các trường phái Phật giáo Nguyên Thủy, cũng còn có các tác phẩm về A Tỳ Đạt Ma của các trường phái Đại Thừa, như bộ A Tỳ Đạt Ma Luận của ngài Vô Trước.

A Tỳ Đạt Ma là những pháp được xếp đặt có lý luận. Người ta có thể coi A Tỳ Đạt Ma như trình bày có hệ thống về tâm lý học của Tâm. A Tỳ Đạt Ma hay Luận Tạng được Đức Phật và các đệ tử trực tiếp của Ngài thuyết giáo đầu tiên, tuy nhiên về sau này Luận Tạng cũng bao gồm những bài luận của những vị thầy đã giác ngộ. Luận Tạng nổi tiếng của phái Tiểu Thừa là bộ luận A Tỳ Đạt Ma Câu Xá được viết bởi ngài Thế Thân. Trong số những bộ luận phổ thông nhất của Đại Thừa là bộ Luận Thành Duy Thức của ngài Tam Tạng Pháp Sư Huyền Trang. Những phương pháp phát triển Trí Tuệ được trình bày trong Luận Tạng. Những bộ sách này rõ ràng được viết sau những phần khác của Kinh Điển. Một vài trường phái như Kinh Lượng Bộ, chủ trương rằng những tác phẩm này không phải đích thực lời Phật thuyết, và do đó phải gạt ra ngoài. Ý nghĩa của chữ A Tỳ Đạt Ma không hoàn toàn rõ rệt. A Tỳ Đạt Ma có thể có nghĩa là “Pháp Tối Hậu” hay “Tối Thắng Pháp.” Thật khó mà biết A Tỳ Đạt Ma được trước tác vào lúc nào. Có lẽ người ta không sai lắm khi cho rằng bộ luận này được trước tác vào khoảng hai thế kỷ sau khi Đức Phật nhập diệt. Ngày nay chúng ta còn có hai bản sao và hiệu đính của luận tạng A Tỳ Đạt Ma: một bộ 7 cuốn bằng tiếng Pali, và một bộ 7 cuốn được lưu giữ bằng tiếng Hoa, nhưng theo nguyên bản tiếng Phạn. Kinh bản tiếng Pali của truyền thống Thượng Tọa Bộ, kinh bản Sanskrit của

Hữu Bộ. Vào khoảng 7 thế kỷ sau khi nguyên bản A Tỳ Đạt Ma được trước tác, những giáo lý của cả hai truyền thống A Tỳ Đàm sau cùng được biên tập thành pháp điển, có lẽ vào khoảng 400 đến 450 sau Tây lịch. Tác phẩm này được ngài Phật Âm thực hiện cho Thượng Tọa Bộ ở Tích Lan, và Thế Thân cho Hữu Bộ ở vùng Bắc Ấn. Sau 450 sau Tây lịch, có rất ít, nếu không phải là không có, một sự phát triển nối tiếp những lý thuyết của A Tỳ Đạt Ma. Phải nhận rằng văn pháp của A Tỳ Đạt Ma rất khô khan và không hấp dẫn. Cách luận giải những chủ đề khác nhau trong đó giống như tài liệu mà người ta mong thấy trong một bài khái luận về kế toán, hay một cuốn sách giáo khoa về cơ học hay vật lý. Văn pháp bóng bẩy lôi cuốn không thiếu trong văn chương Phật giáo khi nó được dùng để hoằng hóa đạo pháp, hay cảm hóa tín đồ. Nhưng A Tỳ Đạt Ma chỉ dành riêng cho thành phần tinh hoa nhất của Phật giáo, và hình như trí Tuệ thủ đắc từ việc đọc những cuốn sách đó đủ là một phần thưởng và khích lệ của việc học hỏi.

Dầu tác giả, hay các tác giả là ai, chắc chắn Luận Tạng là công trình sáng tác của một bộ óc kỳ tài chỉ có thể so sánh với một vị Phật. Và điểm này càng nổi bật hiển nhiên trong tập Patthana Pakarana, vừa phức tạp vừa tế nhị, diễn tả mối tương quan của luật nhân quả với đầy đủ chi tiết. Đối với bậc thiện tri thức muốn tìm chân lý, Luận Tạng là bộ sách chỉ đạo khẩn yếu, vừa là một bộ khái luận vô giá. Ở đây có đủ thức ăn tinh thần cho học giả muốn mở mang trí tuệ và sống đời lý tưởng của người Phật tử. Luận Tạng không phải là loại sách để đọc qua cầu vui hay giải trí. Khoa tâm lý học hiện đại, còn hạn định, vẫn nằm trong phạm vi của Vi Diệu Pháp khi đề cập đến tâm, tư tưởng, tiến trình tư tưởng, các trạng thái tâm. Nhưng Luận Tạng không chấp nhận có một linh hồn, hiểu như một thực thể trường tồn bất biến. Như vậy Vi Diệu Pháp dạy một thứ tâm lý trong đó không có linh hồn.

Có bảy bộ Tạng Luận chính trong Phật giáo: Thứ nhất là Pháp Tụ: Phân loại các Pháp. Thứ nhì là Phân Biệt: Những Tiết Mục. Thứ ba là Giới Thuyết: Luận giải về các nguyên tố hay Giới. Thứ tư là Nhơn Thuyết: Chỉ danh những cá tính. Thứ năm là Thuyết Sự: Những điểm Tranh Luận. Thứ sáu là Song Đối: Bộ sách về những cặp đôi. Thứ bảy là Phát Thú: Bộ sách đề cập đến những vấn đề liên quan. Trong Vi Diệu Pháp, tâm hay tâm vương được định nghĩa rõ ràng. Tư tưởng được phân tích và sắp xếp đại để thành từng loại về phương diện luân lý. Tất cả những trạng thái tâm hay tâm sở đều được lược kê cẩn thận.

Thành phần cấu hợp của mỗi loại tâm được kể ra từng chi tiết. Tư tưởng phát sanh như thế nào cũng được mô tả tỉ mỉ. Riêng những chấp tư tưởng bhavanga và javana, chỉ được đề cập và giải thích trong Vi Diệu Pháp. Trong Vi Diệu Pháp, những vấn đề không liên quan đến giải thoát đều bị gác hẳn qua một bên. Vi Diệu Pháp không nhằm tạo lập một hệ thống tư tưởng về tâm và vật chất, mà chỉ quan sát hai yếu tố cấu tạo nên cái được gọi là chúng sanh để giúp hiểu biết sự vật đúng theo thực tướng. Bà Rhys Davids đã viết: “Vi Diệu Pháp đề cập đến cái gì ở bên trong ta, cái gì ở chung quanh ta, và cái gì ta khao khát thành đạt.” Theo Phật giáo, Tạng Kinh chứa những giáo lý thông thường, còn Luận Tạng chứa đựng những giáo lý cùng tột. Hầu hết các học giả Phật giáo đều cho rằng muốn thông hiểu Giáo lý của Đức Phật phải có kiến thức về Luận Tạng vì đó là chìa khóa để mở cửa vào “thực tế.”

A Summary of Buddhist Sutra Pitaka, Vinaya Pitaka and Shastra Pitaka

The Sutra Pitaka: The Sutra Pitaka consists chiefly of instructive discourses delivered by the Buddha to both the Sangha and the laity on various occasions. A few discourses expounded by great disciples such as the Venerable Sariputra, Moggallana, and Ananda, are incorporated and are accorded as much veneration as the word of the Buddha himself, since they were approved by him. Most of the sermons were intended mainly for the benefit of Bhikkhus, and they deal with the holy life and with the exposition of the doctrine. There are several other discourses which deal with both the material and the moral progress of his lay-followers. The Sigalovada Sutra, for example, deals mainly with the duties of a layman. There are also a few interesting talks given to children. The Sutra Pitaka may be compared to books of prescriptions, since the discourses were expounded on diverse occasions to suit the temperaments of various persons. There may be seemingly contradictory statements, but they should not be misconstrued, as they were uttered by the Buddha to suit a particular purpose; for instance, to the self-same question he would maintain silence, when the inquirer was merely foolishly inquisitive, or give a detailed reply when he knew the inquirer to be an earnest seeker after

the truth. The Sanskrit or Mahayana Canon divides them into five sections: 1) Dirghagama (Long Discourse), which corresponds to the Digha Nikaya in the Pali Canon; 2) Madhyamagama (Middle Length Discourses), which corresponds to the Majjhima Nikaya in the Pali Canon; 3) Samyuktagama (Connected Discourses), which corresponds to the Samyutta Nikaya in the Pali Canon; 4) Ekotarikagama (Increased-by-one Discourses), which corresponds to the Anguttara Nikaya in the Pali Canon. 5) The Sanskrit Canon has a so-called “Ksudrakagama” (Lesser Discourses), however, it does not correspond to the “Khuddaka Nikaya” in the Pali Canon.

Sutras mean to sew or to thread or to string together. Strung together as a garland of flowers. Sutras also mean a thread or a string. “Sutra” is a Sanskrit term for “discourses” or “scripture.” Literally, sutra means a thread on which jewels are strung. Words spoken by the Buddha or sermons attributed to Sakyamuni Buddha, and sometimes, less commonly, to one of his immediate disciples. Sutra-pitaka is one of the three in the Buddhist Tripitaka. According to the Buddhism history, in the first Buddhist Council presided by Mahakashyapa, right after the death of the Buddha, based on the responses of Ananda’s to recite Buddha sutras. Usually, sutras begin with the only formula, “Thus have I heard at one time,” which according to tradition was adopted at the “First Buddhist Council” at Rajagrhā. The sutras are Buddhist scriptures, that is, the purported dialogues and sermons of Sakyamuni Buddha. There are said to be over ten thousand, only a fraction of which have been translated into English. The so-called Hinayana were originally recorded in Pali, the Mahayana in Sanskrit. Most Buddhist sects are founded upon one particular sutra from which they derive their authority. The T’ien-T’ai and Lotus Sects from the Lotus sutra; the Hua-yen from the Avatamsaka Sutra. The Zen sects, however, is associated with no sutra, and this gives Zen masters freedom to use the scriptures as and when they see fit or to ignore them entirely. There is a familiar statement that Zen is a special transmission outside the scriptures, with no dependence upon words and letters. This only means that for the Zen sect, truth must be directly grasped and not taken on the authority of any thing, even the sutras. Nowadays, there are two kinds of Buddhist canon: Mahayana sutras and Theravada sutras. Mahayana sutras totally differ in terms of contents and form

from those of the Pali Canon. It is said that Mahayana did not appear in India until around first century B.C. (several centuries after the death of the Buddha). The temporal discrepancy is explained by their adherents as being due to their being hidden from the masses and only passed on to advanced practitioners. The Theravada school rejects the Mahayana sutras as foreign sutras that could not have been spoken by Sakyamuni Buddha, but adherents of Mahayana assert that their texts are advanced teachings, while the sutras of the Pali Canon were spoken for followers of lesser capacities.

Characteristics of explanation and translation of sutras. *The first characteristics are Five layers of mystic meaning when one explicates the text of a sutra:* i) To explain the title of the sutra. ii) To discern the essence of the sutra. iii) To explain the guiding principle of the sutra. iv) To explain the sutra's powerful function. v) To explain forms of the Buddhist teaching in the sutra. *The second characteristics are Five kinds of terms that cannot be translated:* Five kinds of terms which Hsuan-Tsang did not translate but transliterated. i) The Esoteric: Cannot be translated such as Dharani mantras. ii) Those with several meanings. iii) Those without equivalent in China. iv) Old-established terms. v) Those which would be less impressive when translated.

The Vinaya Pitaka: Basic precepts, commandments, discipline, prohibition, morality, or rules in Buddhism. Precepts are designed by the Buddha to help Buddhists guard against transgressions and stop evil. Transgressions spring from the three karmas of body, speech and mind. Observe moral precepts develops concentration. Concentration leads to understanding. Continuous Understanding means wisdom that enables us to eliminate greed, anger, and ignorance and to obtain liberation, peace and joy. Rules and ceremonies, an intuitive apprehension of which, both written and unwritten, enables devotees to practice and act properly under all circumstances. Precepts mean vows of moral conduct taken by lay and ordained Buddhists. There are five vows for lay people, 250 for fully ordained monks, 348 for fully ordained nuns, 58 for Bodhisattvas (48 minor and 10 major). The Buddha emphasized the importance of morals as a means to achieve the end of real freedom for observing moral precepts develops concentration. Concentration leads to understanding. Continuous

understanding means wisdom that enables us to eliminate greed, anger, and ignorance and to advance and obtain liberation, peace and joy.

Secondary commandments, deriving from the mandate of Buddha, i.e. against drinking wine, as opposed to a commandment based on the primary laws of human nature, i.e., against murder. The moral code taught in Buddhism is very vast and varied and yet the function of Buddhist morality is one and not many. It is the control of man's verbal and physical actions. All morals set forth in Buddhism lead to this end, virtuous behavior, yet moral code is not an end in itself, but a means, for it aids concentration (samadhi). Samadhi, on the other hand, is a means to the acquisition of wisdom (panna), true wisdom, which in turn brings about deliverance of mind, the final goal of the teaching of the Buddha. Virtue, Concentration, and Wisdom therefore is a blending of man's emotions and intellect. The Buddha points out to his disciples the ways of overcoming verbal and physical ill behavior. According to the Majjhima Nikaya, the Buddha taught: "Having tamed his tongue, having controlled his bodily actions and made himself pure in the way he earns his living, the disciple establishes himself well in moral habits. Thus he trains himself in the essential precepts of restraint observing them scrupulously and seeing danger in the slightest fault. While thus restraining himself in word and deed he tries to guard the doors of the senses, for if he lacks control over his senses unhealthy thoughts are bound to fill his mind. Seeing a form, hearing a sound, and so on, he is neither attracted nor repelled by such sense objects, but maintains balance, putting away all likes and dislikes."

The code of conduct set forth by the Buddha is not a set of mere negative prohibitions, but an affirmation of doing good things, a career paved with good intentions for the welfare of happiness of mankind. These moral principles aim at making society secure by promoting unity, harmony and mutual understanding among people. This code of conduct is the stepping-stone to the Buddhist way of life. It is the basis for mental development. One who is intent on meditation or concentration of mind should develop a love of virtue that nourishes mental life makes it steady and calm. This searcher of highest purity of mind practises the burning out of the passions. He should always think: "Other may harm, but I will become harmless; others may slay living beings, but I will become a non-slayer; others may wrongly take things,

but I will not; others may live unchaste, but I will live pure; other may slander, talk harshly, indulge in gossip, but I will talk only words that promote concord, harmless words, agreeable to the ear, full of love, heart pleasing, courteous, worthy of being borne in mind, timely, fit to the point; other may be covetous, but I will not covet; others may mentally lay hold of things awry, but I will lay mental hold of things fully aright." In fact, observation of morality also means cultivation or exercise of right thoughts of altruism, loving-kindness and harmlessness; observation of morality also means cultivation of the right speech because that enables one to control one's mischievous tongue; right action by refraining from killing sentient beings, and from sexual misconduct; and right livelihood which should be free from exploitation misappropriation or any illegal means of acquiring wealth or property.

Precepts or training in moral discipline. In Buddhism, there is no so-called cultivation without discipline, and also there is no Dharma without discipline. Although there are the Five Precepts, the Ten Precepts, the Bodhisattva Precepts, and so on, the Five Precepts are the most fundamental. They are: do not kill, do not steal, do not engage in sexual misconduct, do not engage in false speech, and do not consume intoxicants. If one can hold the precepts, one will not make transgressions. Precepts are considered as cages to capture the thieves of greed, anger, stupidity, pride, doubt, wrong views, killing, stealing, lust, and lying. Discipline or morality consists in observing all the precepts laid down by the Buddha for the spiritual welfare of his disciples. Discipline (training in moral discipline) wards off bodily evil. Learning by the commandments or cultivation of precepts means putting a stop to all evil deeds and avoiding wrong doings. At the same time, one should try one's best to do all good deeds. Learning by the commandments or prohibitions, so as to guard against the evil consequences of error by mouth, body or mind. According to Bhikkhu Piyadassi Mahathera in *The Spectrum of Buddhism*, it is essential for us to discipline ourselves in speech and action before we undertake the arduous task of training our mind through meditation. The aim of Buddhism morality is the control of our verbal and physical action, in other words, purity of speech and action. This is called training in virtue. Three factors of the Noble Eightfold Path form the Buddhsit

code of conduct. They are right speech, right action, and right livelihood. If you wish to be successful in meditation practice, you should try to observe at least the five basic precepts of morality, abstinence from killing, stealing, illicit sexual indulgence, speaking falsehood and from taking any liquor, including narcotic drugs that cause intoxication and heedlessness. We always pretend to follow the three high trainings, but we have only a vague reflection of the other two in our mind-streams. As for precepts, we must try hard to keep them. In order to keep them, we must shut the doors that lead to breaking them. Ignorance leads to breaking precepts. In fact, if we do not know what basic commitment we must keep, we will not know whether we have broken it. So in order to shut the door of ignorance, we should know clearly the classical texts on vinaya. We should also study verse summaries of the precepts. Disrespect is also a door leading to broken precepts. We should respect our masters as well as good-knowing advisors whose actions accord with Dharma. Buddhists should have the attitude that the precepts in our mind-stream represent our Teacher or the Buddha. According to the Buddha, precepts represent our Teacher and our teacher manifests the precepts that the Buddha established almost twenty-six hundred years ago. Therefore, the Buddha advised: "Do not be indifferent to your precepts; they are like a substitute for your teacher after my Nirvana." Breach of precepts follows from whichever delusion. Three biggest delusions are greed, hatred and ignorance. Thus, in order to keep precepts, we must try to overcome delusions in our mind-stream or apply antidotes to the most predominant delusions. When attachment is our greatest delusion, we should contemplate on the impurity of the body, that it is a sack full of filth; and develop the attitude that it will have a bloody aspect, a swelling aspect, that it will be eaten by worms, that it will be a skeleton, and so on. As an antidote to hatred, contemplate on love. As an antidote to pride, contemplate on the samsaric sufferings and afflictions, such as old age, sicknesses, death, life uncertainty, and other ups and downs. As antidote to delusions, contemplate on interdependent origination. In short, contemplate on view concerning emptiness is the general antidote to delusion. In order to prevent recklessness, we should have remembrance and not forget to modify our behavior at all times during our daily routine, when we walk, stand,

sit and lie down. From time to time, we should check to see if our body, speech and mind have been tarnished by misdeeds or broken precepts.

At the time of the Buddha, in the beginning a follower was accepted into the Sangha, the Buddha talked to them with the simple words “Ehi-bhikku” (Come, O monk)! But as numbers grew and the community dispersed, regulations were established by the Buddha. Every Buddhist undertakes the “Five Precepts” in the cultivation of the moral life, and monks and nuns follow five additional precepts, which are elaborated as training rules and referred to collectively as the “Pratimoksa.” The five additional precepts are to abstain from eating after midday, from dancing and singing, from personal adornments, from using high seats or beds, and from handling gold or silver. Later, situations arised so the number of rules in the “Pratimoksa” varies among the different traditions, although there is a common core of approximately 150. Nowadays, in Mahayana and Sangha Bhiksu traditions, there are about 250 rules for monks and 348 for nuns; while in the Theravadin tradition, there are 227 rules for monks and 311 for nuns. In all traditions, both Mahayana, including Sangha Bhiksu and Theravada, every fortnight these rules are recited communally, providing an occasion for the members of the Sangha to confess and breaches.

The worldly way is outgoing exuberant; the way of the devoted Buddhist’s life is restrained and controlled. Constantly work against the grain, against the old habits; eat, speak, and sleep little. If we are lazy, raise energy. If we feel we can not endure, raise patience. If we like the body and feel attached to it, learn to see it as unclean. Virtue or following precepts, and concentration or meditation are aids to the practice. They make the mind calm and restrained. But outward restraint is only a convention, a tool to help gain inner coolness. We may keep our eyes cast down, but still our mind may be distracted by whatever enters our field of vision. Perhaps we feel that this life is too difficult, that we just can not do it. But the more clearly we understand the truth of things, the more incentive we will have. Keep our mindfulness sharp. In daily activity, the important point is intention. ; know what we are doing and know how we feel about it. Learn to know the mind that clings to ideas of purity and bad karma, burdens itself with doubt and excessive fear of wrongdoing. This, too, is attachment.

We must know moderation in our daily needs. Robes need not be of fine material, they are merely to protect the body. Food is merely to sustain us. The Path constantly opposes defilements and habitual desires.

In Buddhism, there is no so-called cultivation without discipline, and also there is no Dharma without discipline. Precepts are rules which keep us from committing offenses. Precepts are considered as cages to capture the thieves of greed, anger, stupidity, pride, doubt, wrong views, killing, stealing, lust, and lying. Although there are various kinds of precepts, i.e., the five precepts, the ten precepts, the Bodhisattva precepts, etc, the five precepts are the most basic. Learning by commandments is one of the three important practices of all Buddhists. The other two are meditation and wisdom. Learning by the commandments or prohibitions, so as to guard against the evil consequences of error by mouth, body or mind. According to Bhikkhu Piyadassi Mahathera in *The Spectrum of Buddhism*, it is essential for us to discipline ourselves in speech and action before we undertake the arduous task of training our mind through meditation. The aim of Buddhism morality is the control of our verbal and physical action, in other words, purity of speech and action. This is called training in virtue. Three factors of the Noble Eightfold Path form the Buddhist code of conduct. They are right speech, right action, and right livelihood. If you wish to be successful in meditation practice, you should try to observe at least the five basic precepts of morality, abstinence from killing, stealing, illicit sexual indulgence, speaking falsehood and from taking any liquor, including narcotic drugs that cause intoxication and heedlessness.

According to the Potaliya Sutta in the Middle Length Discourses of the Buddha, there are eight things in the Noble One's Discipline that lead to the cutting off of affairs: "With the support of the non-killing of living beings, the killing of living beings is to be abandoned." So it was said. And with reference to what was this said? Here a noble disciple considers thus: 'I am practicing the way to abandoning and cutting off of those fetters because of which I might kill living beings. If I were to kill living beings, I would blame myself for doing so; the wise, having investigated, would censure me for doing so; and on the dissolution of the body, after death, because of killing living beings an unhappy

destination would be expected. But this killing of living beings is itself a fetter and a hindrance. And while taints, vexation, and fever might arise through the killing of living beings, there are no taints, vexation, and fever in one who abstains from killing living beings.’ So it is with reference to this that it was said: “With the support of the non-killing of living beings, the killing of living beings is to be abandoned.”: “Y cứ không sát sanh, sát sanh cần phải từ bỏ”. “With the support of taking only what is given, the taking of what is not given is to be abandoned.” (the rest remains the same as in the above). “With the support of truthful speech, false speech is to be abandoned.” (the rest remains the same as the above). “With the support unmalicious speech, malicious speech is to be abandoned.” (the rest remains the same as the above). “With the support of refraining from rapacious greed, rapacious greed is to be abandoned.” (the rest remains the same as the above). “With the support of refraining from spiteful scolding, spiteful scolding is to be abandoned.” (the rest remains the same as the above). “With the support of refraining from angry despair, angry despair is to be abandoned.” (the rest remains the same as the above). “With the support of non-arrogance, arrogance is to be abandoned.” (the rest remains the same as the above).

The Shastra Pitaka: In Buddhism, the term Shastra generally refers to treatises or commentaries on dogmatic and philosophical points of Buddhist doctrine composed by Buddhist thinkers or authors that the systematically interpret philosophical statements in the sutras, and not the lectures of the Buddha. Thesaurus of discussions or discourses, one of the three divisions of the Tripitaka. It comprises the philosophical works. It is accepted by critical scholars that the First Council settled the Dharma and the Vinaya, and there is no ground for the view that Abhidharma formed part of the canon adopted at the First Council. However, the first compilation is accredited to Maha-Kasyapa, disciple of Buddha, but the work is of a later period. The Chinese version is in three sections: The Mahayana Philosophy, the Hinayana Philosophy, and the Sung and Yuan Addenda (960-1368 AD). Higher Dharma or the analytic doctrine of Buddhist Canon or Basket of the Supreme Teaching. Abhidharma is the third of the three divisions of the Buddhist Canon. The study and investigation of the Buddha-dharma. Abhidharma was translated into Chinese as Great

Dharma, or Incomparable Dharma. However, in many later Mahayana works, the term “Abhidharma” is always referring to Hinayana teachings. As a matter of fact, Abhidharma consists of books of psychological analysis and synthesis. Earliest compilation of Buddhist philosophy and psychology, concerning psychological and spiritual phenomena contained in the discourses of the Buddha and his principal disciples are presented in a systematic order. Sastra Abhidharma with the prefix “Abhi” gives the sense of either “further” or “about.” Therefore, Abhidharma would mean “The Higher or Special Dharma” or “The Discourse of Dharma.” While the Dharma is the general teaching of the Buddha, the Abhidharma is a special is a special metaphysical discourse brought forward by certain elders. Abhidharma contains highly abstract, philosophical elucidations of Buddhist doctrine; the sastras which discuss Buddhist philosophy or metaphysics; defined by Buddhaghosa as the law or truth (dharma) which abhi goes beyond the law.

“Abhidharma” is a Sanskrit term meaning “high doctrine,” referring to the philosophical and scholastic literature contained in the Abhidharma-Pitakas of Indian Buddhist schools. The earliest Abhidharma material was composed around 300 B.C. According to the Buddhist legends, Abhidharma was first preached by the Buddha to his mother during a visit to her in the “Tusita Heaven” after her death. According to most Eastern and Western philosophers, This is both a distillation (sự gạn lọc) and elaboration (sự nghiên cứu kỹ lưỡng) on the doctrines presented in the Sutra literature. For the discourses reported in the sutras do not present a consistent philosophical system, and so the main aim of the “Abhidharma” writers was to codify and systematize their doctrines. Abhidharma texts generally rearrange and classify the terms and concepts of the sutras, focusing particularly epistemology (nhận thức luận) and psychology. Other important themes include cosmology and meditation theory. According to Erich Frauwallner, earliest scholars brought together concepts from a wide range of texts, but often without a clear pattern of arrangement. Until several centuries A.D., the fully developed Abhidharma consists of voluminous scholastic texts in which doctrines and methods of practices are codified and systematized with great precision and in elaborate detail. As various scholastic traditions developed in Indian Buddhism at

that time, different schools created their own Abhidharmas. Nowadays, the only complete abhidharma that survives in an Indian language is found in the Pali Canon of the Theravada school, but other Indian Abhidharmas exist in Chinese and Tibetan translations, as well as Sanskrit fragments. In addition to the Abhidharmas of the schools of Theravada Buddhism, there were also abhidharma works in Mahayana schools, such as Asanga's Abhidharma-Samuccaya.

Abhidharma means the dharma which is organized logically or a systematic exposition of Buddhist psychology of mind. The Abhidharma was first taught by the Buddha and his immediate disciples; however, later, Abhidharma also includes systematic treatises by enlightened masters. The most well-known of the Hinayana Abhidharma treatises is the Abhidharmakosa by the Venerable Vasubandhu. Among the most popular Mahayana Abhidharma treatises is the Treatise on Consciousness Only by Tripitaka Master Hsuan-Tsang. The methods by which Wisdom should be developed have been set out in the Abhidharma books. These books are obviously later than the other parts of the Canon. Some schools, like the Sautrantikas, insisted that they were not the authentic Buddha word, and should therefore be rejected. The meaning of the word "Abhidharma" is not quite certain. Abhidharma may mean "Further-Dharma," or "Supreme-Dharma." It is difficult to know at what time the Abhidharma books were composed. One does not, perhaps, go far wrong when assigning them to the first two centuries after the death of the Buddha. Two recensions of the Abhidharma books have come down to us: a set of seven in Pali and another set of seven, preserved in Chinese, but originally composed in Sanskrit. The Pali texts represent the tradition of the Theravadins, the Sanskrit texts that of the Sarvastivadins. About seven centuries after the original composition of the Abhidharma books, the teachings of both Abhidharma traditions were finally codified, probably between 400 and 450 A.D. This work was carried out for the Theravadins in Ceylon by Buddhaghosa, and for the Sarvastivadins by Vasubandhu in the North of India. After 450 A.D. there has been little, if any, further development in the Abhidharma doctrines. It must be admitted that the style of the Abhidharma books is extremely dry and unattractive. The treatment of the various topics resembles that which one would expect in a treatise on accountancy, or

a manual of engineering, or a handbook of physics. Allurements of style are not altogether absent from Buddhist literature when it was destined for propaganda and attempted to win the consent of the unconverted, or to edify the sentiments of the faithful. The Abhidharma books, however, were meant for the very core of the Buddhist elite, and it was assumed that the Wisdom acquired from their perusal would be a sufficient reward and incentive of study.

Whoever the great author or authors may have been, it has to be admitted that the Abhidhamma must be the product of an intellectual genius comparable only to the Buddha. This is evident from the intricate and subtle Patthana Pakarana which describes in detail the various causal relations. To the wise truth-seekers, Abhidhamma is an indispensable guide and an intellectual treat. Here is found food for thought for original thinkers and for earnest students who wish to develop wisdom and lead an ideal Buddhist life. Abhidhamma is not a subject of fleeting interest designed for the superficial reader. Modern psychology, limited as it is, comes within the scope of Abhidhamma inasmuch as it deals with mind, thoughts, thought-processes, and mental properties; but it does not admit of a psyche or a soul. It teaches a psychology without a psyche.

There are seven major books of the Abhidhamma Pitaka: First, Dhammasangani: Classification of Dhamma. Second, Vibhanga: Divisions of items. Third, Dhatukatha: Discourse on Elements. Fourth, Puggala-Pannatti: The Book on Individuals. Fifth, Kathavatthu: Points of Controversy. Sixth, Yamaka: The Book of Pairs. Seventh, Patthana: The Book of Causal Relation. Consciousness (citta) is defined. Thoughts are analyzed and classified chiefly from an ethical standpoint. All mental properties (cetasika) are enumerated. The composition of each type of consciousness is set forth in detail. How thoughts arise is minutely described. Bhavanga and javana thought-moments. Irrelevant problems that interest students and scholars, but have no relation to one's deliverance, are deliberately set aside. Abhidhamma does not attempt to give a systematized knowledge of mind and matter. It investigates these two composite factors of the so-called being, to help the understanding of things as they truly are. Mrs. Rhys Davids wrote about Abhidhamma as follows: "Abhidhamma deals with what we find within us, around us, and of what we aspire to find."

According to Buddhism, while the Sutta Pitaka contains the conventional teaching, the Abhidhamma Pitaka contains the ultimate teaching. It is generally admitted by most exponents of the Dhamma that a knowledge of the Abhidhamma is essential to comprehend fully the teachings of the Buddha, as it represents the key that opens the door of reality.

Tuyển Luận Thứ Ba Mươi
The Thirtieth Selective Essay

Pháp Môn Niệm Phật

Chân ý của đức Phật Thích Ca Mâu Ni khi Ngài thị hiện độ sanh là muốn cho tất cả chúng sanh thoát khỏi sự Sống Chết, chứng ngay đạo Bồ Đề. Tuy nhiên, vì chúng sanh căn cơ sai khác và vì vậy không thể hoàn toàn gặp được sự mong đợi xuất thế của Ngài, vì vậy mà Ngài lần lượt dẫn dụ hết phương tiện này đến phương tiện khác, tất cả nhằm thích ứng với nhiều căn cơ cá biệt của chúng sanh. Với các bậc căn tính cao, đức Phật nói Phật thừa, chỉ ngay Tự Tính để họ có thể đạt được Phật quả ngay trong một đời, như trường hợp của Thiện Tài trong kinh Hoa Nghiêm hay Long Nữ trong kinh Pháp Hoa. Với bậc căn tính trung bình, Ngài nói các thừa Bồ Tát, Duyên Giác hay Thanh Văn, khiến cho họ từng bước tu tập và chứng quả. Còn đối với các vị căn tính thấp kém, đức Phật lại dạy Ngũ Giới và Thập Thiện. Trong “Lá Thư Từ Tổ Ấn Quang,” Đại Sư Ấn Quang dạy: “Những pháp môn khác nhau, tuy có lớn, nhỏ, mau, chậm không đồng, nhưng đều phải dùng sức mình tu tập sâu dầy mới có thể thoát nẻo luân hồi và chứng được Tự Tính. Nếu vẫn còn một mảy may kiến hoặc hay tư hoặc thì gốc Sanh Tử vẫn chưa dứt trừ được. Dầu cho định lực và huệ lực của hành giả có thâm sâu thế mấy, thì y vẫn phải luân chuyển trong Sanh Tử. Chỉ có trình độ của các bậc A La Hán mới dứt hẳn Sanh Tử. Tuy nhiên, siêu việt Sanh Tử chỉ là quả nhỏ của A La Hán; hành giả vẫn còn phải hướng về nẻo Đại Bồ Đề, nương theo nguyện thọ sanh trong mười phương thế giới. Hành giả có thể phải tu tập lục độ ba la mật và vạn hạnh, để đạt được quả vị Phật và cứu độ chúng sanh. Tuy đó tùy nơi công hạnh của mình mà lần lượt chứng năm mươi hai giai đoạn của Bồ Tát quả, rồi đến quả vị diệu giác, trước khi cuối cùng đạt đến Phật quả.” Hành giả Tịnh Độ nên luôn ghi nhớ rằng giữa thời Mạt Pháp này, bậc thiện tri thức rất ít, trong khi căn cơ của chúng sanh lại hạn hẹp. Thật khó tìm được người ngộ Đạo, chứ đừng nói chi đến bậc thực chứng? Vì biết được thật vô cùng khó khăn cho chúng sanh đạt được giải thoát nếu chỉ nhờ nơi tự lực, nên ngoài những pháp môn khác, đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã dạy riêng môn Niệm Phật cầu sanh Tịnh Độ. Với phương pháp này, miễn lòng Tin và Nguyện được chân thành khẩn

thiết, dầu cho kẻ phạm tội Ngũ Nghịch hay Thập Ác, khi lâm mạng chung thời, thấy tướng địa ngục hiện ra, mà theo lời khuyên giải của một vị thiện tri thức và niệm hồng danh đức Phật từ một đến mười lần; cũng được nhờ từ lực của Phật A Di Đà, tiếp dẫn vào Tịnh Độ, nói chi là những người tu các pháp lành và không phạm quá ác! Niệm hồng danh Phật ra tiếng hay không ra tiếng (gọi tên Phật bằng lời), hay quán tưởng về tướng tốt của Phật. Mục đích trước mắt của việc niệm Phật là đạt được nhất tâm, từ nhất tâm người ta có thể từ từ thấy tánh để rồi đạt được mục đích tối hậu là Phật quả. Trong Kinh Đại Tập, Đức Thế Tôn đã bảo: “Trong thời mạt pháp, ỨC ỨC người tu hành, ít có kẻ nào đắc đạo, chỉ nương theo Pháp môn Niệm Phật mà thoát luân hồi.” Bên cạnh đó, trong Kinh Vô Lượng Thọ, Đức Thích Tôn có lời huyền ký như sau: “Đời tương lai, kinh đạo diệt hết, ta dùng lòng từ bi thương xót, riêng lưu trụ kinh Vô Lượng Thọ trong khoảng một trăm năm. Nếu chúng sanh nào gặp kinh này, tùy ý sở nguyện, đều được đắc độ.” Trong “Lá Thư Từ Tổ Ấn Quang,” Đại Sư Ấn Quang dạy: “Muốn được lợi ích thật sự trong hiện đời, phải y cứ pháp môn Tịnh Độ, Tín và Nguyện niệm Phật cầu vãng sanh Tây Phương Cực Lạc, tất sẽ thoát khỏi những cõi Sanh Tử. Nếu không như vậy, đừng nói chi đến kẻ không được chơn truyền của Phật giáo không thể giải thoát, mà ngay cả những người đã nhận chơn truyền cũng chẳng có hy vọng gì được giải thoát! Vì được chơn truyền Pháp chỉ là triệt ngộ được Đạo chứ không phải là Chứng Ngộ. Chỉ có Chứng Ngộ, ở mức độ từ A La Hán trở lên mới thoát vòng Sinh Tử, còn triệt ngộ được Đạo thì vẫn còn trong vòng ấy. Tu các pháp môn khác đòi hỏi phải dứt trừ nghiệp chướng và phải đạt được Chân Lý trước khi thoát được Sinh Tử. Với pháp môn Tịnh Độ, hành giả chỉ cần niệm hồng danh Phật với Tín Nguyện sâu trong khi dứt các ác nghiệp, làm các điều lành, do đó mà đồng thời tu cả hai phần chánh và phụ để chắc chắn được vãng sanh Tây Phương Tịnh Độ. Kỳ thật, tu theo cách này, về phẩm vị còn được chiếm ngôi vị vãng sanh cao nhất. Chẳng những người đã hoàn thiện tu tập Tịnh Độ quyết định được vãng sanh, mà những kẻ phạm tội Ngũ Nghịch và thập ác, khi sắp mệnh chung, tỉnh ngộ, biết hết sức hổ thẹn, sợ hãi và chí thành niệm Phật cũng đều được vãng sanh. Bởi vì đức Phật lòng từ bi rộng lớn và xem đó là lời kêu gọi Ngài cứu độ chúng sanh. Bất cứ ai thành khẩn cầu sự trợ giúp của Ngài thì Ngài sẽ tụ họp họ lại để cứu độ. Đây được gọi là 'nương nhờ Phật lực mà đời nghiệp

vãng sanh.' Người đời Mạt Pháp, nếu tu các pháp môn khác, bỏ pháp môn Tịnh Độ, chỉ được phước báo cõi nhơn thiên hoặc giả gieo nhân giải thoát cho những kiếp tương lai mà thôi. Do bởi ngày nay có ít người thật sự có đủ sức dứt trừ nghiệp chướng, nên gốc rễ sinh tử vẫn tiếp tục tồn tại. Trong những hoàn cảnh như vậy, làm sao mà hành giả có thể ngăn ngừa được sự phát khởi của những mầm mống sinh tử?" Theo trường phái Tịnh Độ, hành giả càng tinh chuyên tu tập thiện nghiệp và thâm sâu trong định lực thì trình độ vãng sanh càng cao. Hành giả sẽ sớm thấy Phật A Di Đà ngay sau khi vãng sanh và có thể nghe được vi diệu Pháp. Vì vậy mà ngay cả những người đã ngộ Đạo, dứt trừ vọng tưởng và đạt được Chân Lý cũng phải hồi hướng công đức vãng sanh về Tịnh Độ, để cầu viên chứng Pháp Thân và nhanh chóng đạt được Phật quả. Pháp môn Tịnh Độ tuy rộng lớn như thế, mà cách tu lại rất dễ dàng. Vì lý do đó, chẳng những phàm nhân khó tin mà hành Nhị Thừa cũng chất chứa nghi ngờ, cho đến các bậc quyền vị Bồ Tát lại cũng có lòng ngờ vực. Chỉ có những người đã gieo trồng chủng tánh Tịnh Độ từ những đời quá khứ cũng như những bậc Bồ Tát Đại Thừa mới có thể có lòng tin sâu chắc.

Theo Tịnh Độ Thập Nghi Hoặc Vấn Luận, có hai loại niệm Phật:
Thứ nhất là Duyên Tưởng Niệm Phật: Niệm Phật là duyên tưởng theo ba mươi hai tướng tốt của Phật, làm sao cho khi mở mắt hay nhắm mắt cũng đều thấy Phật. *Thứ nhì là Chuyên Xưng Danh Hiệu:* Một phương pháp khác thông dụng hơn là chuyên xưng danh hiệu, chấp trì không tán loạn, cứ bền giữ như thế, trong đời này cũng được thấy Phật. Phép xưng danh cần phải lắng lòng không cho tán loạn, mỗi niệm nối tiếp nhau, buộc tâm nơi hiệu Phật. Khi miệng niệm Nam Mô A Di Đà Phật, tâm phải soi theo mỗi câu mỗi chữ cho rành rẽ rõ ràng. Khi xưng danh hiệu Phật, không luận ít hay nhiều, đều phải một lòng một ý tâm tâm nối nhau. Niệm như thế mới có thể diệt được tám triệu kiếp tội nặng nơi đường sanh tử. Nếu chẳng vậy thì tội chướng khó tiêu trừ. Thông Niệm Phật có nghĩa là niệm chung danh hiệu chư Phật ba đời. Biệt Niệm Phật có nghĩa là niệm hồng danh một vị Phật đặc biệt để tập trung tư tưởng hay nhứt tâm.

Niệm Phật đều có lý và sự: *Lý Niệm Phật,* lý là lẽ phải là điều suy luận. Đây là cảnh giới giải ngộ thuộc về phần chơn tánh. *Sự Niệm Phật,* sự là phương tiện, là công hạnh hành trì tu tập, là hình thức. Đây là cảnh giới thuộc về phần tướng. Lý tức sự, sự tức lý; tuy nhiên, nếu

luận đến chỗ cùng cực thì lý là sự và sự là lý, tánh là tướng, tướng là tánh. Lý tức sự, sự tức lý; lý sự đều viên dung lẫn nhau mà Kinh Hoa Nghiêm gọi là lý sự vô ngại, sự sự vô ngại. Trên đường tu tập, lý sự làm trong ngoài cho nhau, phối hợp cùng giúp đỡ lẫn nhau cho được thành tựu. Có lý thì việc làm mới có giềng mối cương lĩnh, có sự mới chứng minh và thực hiện được điều suy luận để đi đến mục tiêu và thấu đạt kết quả vắng sanh hay giác ngộ. Lý như đôi mắt sáng để nhìn đường; sự như đôi chân khỏe để tiến bước. Nếu không có mắt hoặc có mà lơ lạc, tất dễ lạc đường. Nếu không có chân, thì dù cho mắt có sáng tỏ bao nhiêu cũng chẳng làm sao đi đến nơi đến chốn được. Nếu như có lý mà không có sự, thì cũng như người có họa đồ, biết rõ đường lối mà chẳng chịu đi. Ví bằng có sự mà không có lý, thì cũng như kẻ tuy có đi nhưng mờ mịt đường đi, không người hướng đạo. Có lý lại thêm có sự, thì cũng như người đã thông suốt đường lối rồi, vừa cất bước hành trình, tất sẽ về đến nơi bảo sở. Cho nên trên đường tu hành nếu có sự mà chẳng có lý thì chẳng đi đến đâu, đôi khi còn bị lầm đường. Tuy nhiên, đáng sợ nhất là những kẻ hiểu lý mà không hành sự, tức là không thực hành, chỉ ngồi nói suông, thì dù cho có nhàn đàm hý luận cả đời cũng chẳng tiến được chút nào. Vì vậy Phật pháp có thể độ hạng người ngu đốt chẳng thông một chữ, chớ vô phương độ những kẻ thế trí biện thông mà không chịu hành trì.

Niệm Phật không chỉ chuyên về miệng niệm, mà còn dùng tâm để tưởng niệm. Theo Ấn Quang Đại Sư trong quyển “Lá Thư Tịnh Độ,” nói chung, có **bốn phương pháp niệm Phật**: thật tướng, quán tướng, quán tượng và trì danh. Trong số bốn phương này, chỉ có trì danh là lời cuốn rộng rãi. Trì danh đã dễ tu lại không khởi ma sự. Nếu muốn quán tướng, phải đọc và học kỹ Quán Kinh và hiểu rõ những nguyên lý trong đó: “Tâm tức Phật,” “Tâm tịnh Phật hiện,” “Các cảnh đều duy Tâm, không nên chấp trước.” Một khi đã hiểu rõ cảnh không phải từ bên ngoài đến, không sanh chấp trước, thì cảnh càng mâu nhiệm và tâm càng thuần nhất. Nếu đạt tới đó thì ích lợi của quán tướng thật là có ý nghĩa. Trái lại, như cảnh quán chẳng thuần, lẽ đạo chưa thông suốt, chỉ đem tâm mong muốn mau được thấy cảnh thì toàn thể là vọng. Chẳng những không giao cảm được với chư Phật, mà còn làm nhân cho ma sự. Chuyện này xảy ra là do bởi nơi gấp gáp muốn thấy cảnh, nên tâm càng trở nên vọng động. Từ lúc đầu dụng tâm đã không đúng, chẳng biết đó là ma cảnh hiện ra. Vì vậy mà vui mừng khắp

khởi, tư tưởng và cảm giác không được bình yên. Lợi dụng cơ hội này, ma liền dựa vào làm cho tâm mê tánh mất. Lúc đó, dầu cho có Phật sống hiện ra cũng không cách chi cứu độ!

Thật Tướng Niệm Phật: Đây là nhập vào đệ nhất nghĩa tâm, niệm tánh Phật bản lai của chính mình. Đây chính là quán pháp thân thật tướng của Phật, kết quả sẽ chứng được ‘Chân Như Tam Muội.’ Phương pháp này thuộc về thiền định, nhưng cảnh giới do tâm thiền hiển lộ lại là ‘Tịnh Độ.’ Pháp này không gồm thấu những bậc trung hay hạ căn, nếu không phải là bậc thượng thượng căn, tất không thể ngộ nhập. Vì thế trong Tịnh Độ Tông ít có người đề xướng, mà phần hồng hóa lại thuộc về các vị bên Thiên Tông. Theo thiền ý, khi còn đi trên đoạn đường hành trì chưa đạt đến địa vị viên giác, thì tất cả các pháp môn đều là phương tiện, niệm Phật cũng là phương tiện, mà tham thiền cũng là phương tiện. Theo tam kinh Tịnh Độ, Đức Thích Tôn mở phương tiện chỉ bày cõi Cực Lạc của Đức Phật A Di Đà, khuyên chúng hữu tình nên niệm Phật cầu sanh về thế giới ấy để không còn bị luân hồi, mượn cảnh duyên thắng diệu để tiếp tục tu hành mau tiến lên Phật quả. Niệm Phật tinh chuyên cũng tỏ ngộ như bên Thiên Tông, nhưng điểm chánh yếu của môn niệm Phật là cầu vãng sanh, còn tỏ ngộ được bao nhiêu cũng thuộc về thứ yếu. Thêm vào đó, cổ đức có dạy: “Quân tử cầu chư kỷ, tiểu nhân cầu chư nhân.” Nghĩa là người quân tử thì tìm đáp án nơi chính mình, dựa vào năng lực của chính mình, còn kẻ tiểu nhân thì nương tựa nơi tha nhân. Phật tử chân thuần vẫn tu hành theo pháp môn niệm Phật, nhưng không nên có tâm ý lại, phải biết rằng sự cảm ứng là tự mình chiêu cảm lấy, chứ không do nơi khác. Đồng ý niệm Phật là một pháp tu thù thắng mà chư Phật và chư Tổ đã đối căn mà thiết lập. Đối với những chúng sanh còn đầy lòng tham, luôn hy vọng chỉ dùng một ít sức lực mà thu được kết quả lớn, nên chư Phật phải phương tiện nói rằng Phật lực tiếp dẫn với mục đích là muốn chúng sanh nỗ lực niệm Phật. Kỳ thật, người niệm danh hiệu Phật mà được vãng sanh Tịnh Độ là hoàn toàn do tự dựa vào chính sức lực của mình. Cho nên pháp Thật Tướng Niệm Phật luận về chỗ cứu cánh mà vẫn nhiếp thuộc Tịnh Độ. Nhưng nếu nói đến phương tiện vãng sanh thì pháp này vẫn chưa chính thức thuộc về Tịnh Độ, như ý nghĩa trong tam kinh Tịnh Độ mà Đức Phật đã đề xướng. Có lẽ vì vậy mà chư tổ bên Tịnh Độ Tông chỉ đề cập để cho rộng thêm về nghĩa lý Tịnh Độ, mà không rộng tuyên hóa để khuyên người tu chẳng?

Pháp Quán Tưởng Niệm Phật: Quán Tưởng Niệm Phật cũng là một trong bốn phương pháp niệm Phật. Quán tưởng niệm Phật là chiếu theo Kinh Quán Vô Lượng Thọ để quán tưởng y báo chánh báo nơi cõi Cực Lạc. Trong kinh này có dạy 16 phép quán, nếu quán hạnh được thuần thực, thì lúc mở mắt hay nhắm mắt hành giả đều thấy cảnh Cực Lạc hiện tiền, tâm thần dạo chơi nơi cõi tịnh, khi mạng chung quyết định sẽ vãng sanh. Công đức của pháp này lớn lao không thể nghĩ bàn, nhưng vì cảnh quán quá vi tế sâu mâu, nên ít người hành trì được thành tựu. Bởi đại để có năm điều khó, ít có người được đầy đủ, nên phép quán tưởng này thuộc về môn khó hành trì. Nếu độn căn, tất khó thành tựu. Nếu tâm thô thiển, tất khó thành tựu. Nếu không biết khéo dùng phương tiện xoay chuyển trong khi tu, tất khó thành tựu. Nếu ghi nhận ấn tượng không sâu, tất khó thành tựu. Nếu tinh lực yếu kém, tất khó thành tựu. Theo Kinh Duy Ma Cát, chương mười hai, phẩm Thấy Phật A Súc, Đức Thế Tôn hỏi Duy Ma Cát rằng: “Ông nói ông muốn đến đây để thấy Như Lai thì lấy chi quán sát?” Duy Ma Cát thưa: “Như con quán thực tướng của thân, thân Phật cũng thế. Con quán Như Lai đời trước không đến, đời sau không đi, hiện tại không ở; không quán sắc, không quán sắc như, không quán sắc tánh; không quán thọ, tướng, hành, thức, không quán thức như, không quán thức tánh; không phải tứ đại sinh, cũng không như hư không; sáu nhập không tích tập, mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, tâm đã vượt qua; không ở ba cõi, đã lìa ba cấu; thuận ba môn giải thoát; có đủ ba minh, cùng ngang vô minh, không một tướng, không khác tướng, không có tự tướng, không có tha tướng, không phải không tướng, không phải chấp tướng; không bờ bên này, không bờ bên kia, không giữa dòng mà hóa độ chúng sanh; quán tịch diệt cũng không diệt hẳn; không đây, không kia, không nương nơi đây, không nương nơi kia; không thể dùng trí mà hiểu được, không thể dùng thức mà biết được; không tối không sáng; không danh không tướng; không mạnh không yếu; không phải sạch không phải nhơ; không ở phương sở, không lìa phương sở; không phải hữu vi, không phải vô vi; không bày không nói; không bố thí, không bôn xẻn; không giữ giới, không phạm giới; không nhẫn không giận; không tinh tấn không giải đãi; không định không loạn; không trí không ngu; không thực không dối; không đến không đi; không ra không vào; bật đường nói năng; không phải phước điền, không phải không phước điền; không phải xứng cúng dường, không phải không xứng cúng dường; không phải thủ,

không phải xả; không phải có tướng, không phải không tướng; đồng với chân tế bình đẳng như pháp tánh; không thể cân, không thể lường, qua các sự cân lường, không lớn không nhỏ; không phải thấy, không phải nghe, không phải giác, không phải tri; lia các kiết phược, bình đẳng các trí, đồng với chúng sanh; đối các pháp không phân biệt; tất cả không tổn thất, không trước không nã, không tác không khởi, không sanh không diệt, không sợ không lo, không mừng không chán, không đã có, không sẽ có, không hiện có, không thể lấy tất cả lời nói phân biệt chỉ bày được. Bạch Thế Tôn! Thân Như Lai như thế, con quán cũng thế, nếu người nào quán theo đây gọi là chánh quán, quán khác gọi là tà quán.”

Quán Tượng Niệm Phật: Quán Tượng Niệm Phật là một trong bốn loại niệm Phật, niệm hình tượng hóa thân của Đức Phật A Di Đà trong tâm mình, hoặc nhìn hình tượng mà niệm hồng danh ngài. Quán tượng niệm Phật là niệm hình tượng hóa thân của Đức Phật A Di Đà trong tâm mình, hoặc nhìn hình tượng mà niệm hồng danh ngài. Quán tượng niệm Phật là phương thức đem một bức tượng Phật A Di Đà để trước mặt, ghi nhận mọi nét của bức tượng ấy, rồi quán tưởng cho đến khi dù không có tượng, lúc mở mắt hay nhắm mắt đều thấy hình tượng Phật hiện rõ trước mắt. Phương pháp này cũng khó, vì cần phải có tinh lực mạnh, ký ức sâu, và trí phương tiện khéo. Đã có người áp dụng cách thức này, nhưng vì không khéo dùng phương tiện thay đổi, nên bị hư hỏa xông lên, mang chứng nhức đầu khó trị. Tuy nhiên, xét lại dùng phép quán tượng để vãng sanh, không thấy nói trong kinh điển. Đây chỉ là cách thức phụ giúp cho sự trì danh hiệu Phật, để hành giả tâm không tán loạn, dễ được chánh niệm mà thôi. Nếu người tu với lòng thành tín, cũng có thể được cảm ứng, tiêu tội nghiệp sanh phước huệ, từ nơi hình tượng giả mà thấy được Phật tướng thật và được vãng sanh.

Trì Danh Niệm Phật: Trì danh hay chuyên xưng danh hiệu của một vị Phật, một phương pháp khác thông dụng hơn là chuyên xưng danh hiệu, chấp trì không tán loạn, cứ bền giữ như thế, trong đời này cũng được thấy Phật. Phép xưng danh cần phải lắng lòng không cho tán loạn, mỗi niệm nối tiếp nhau, buộc tâm nơi hiệu Phật. Khi miêng niệm Nam Mô A Di Đà Phật, tâm phải soi theo mỗi câu mỗi chữ cho rành rẽ rõ ràng. Khi xưng danh hiệu Phật, không luận ít hay nhiều, đều phải một lòng một ý tâm tâm nối nhau. Niệm như thế mới có thể diệt được tám triệu kiếp tội nặng nơi đường sanh tử. Nếu chẳng vậy thì tội

chương khó tiêu trừ. Vậy hành giả nên xem xét căn cơ và hoàn cảnh của mình, không nên hướng tới việc quá cao xa ngoài sức; thành ra muốn tìm lợi lại nhận lấy sự tai hại. Tổ Thiện Đạo đã nói: “Chúng sanh thời Mạt Pháp thần thức rối loạn, đem tâm thô mà quán cảnh nhiệm, quyết khó thành!” Cho nên Đức Phật Thích Ca Mâu Ni thương xót, riêng đề nghị pháp môn trì danh, vì e rằng có người không khéo dụng tâm, lạc vào ma cảnh. Tu theo pháp trì danh rất dễ, chỉ giữ một niệm nối nhau sẽ được vĩnh sanh. Lại sự chí thành khẩn thiết cũng là phương pháp mầu nhiệm để trị vọng tâm và ma cảnh. Hành giả nên xét kỹ và đem hết tâm lực cố gắng tu hành! “Trì Danh Niệm Phật.” Trì danh là pháp tu Tịnh Độ phổ thông nhất hiện nay. Trong “Lá Thư Từ Tổ Ấn Quang,” Đại Sư Ấn Quang dạy: “Hành giả Tịnh Độ nên luôn nhớ rằng do bởi niệm Phật mau gấp nên mới lao hơi, đó là tại hành giả không khéo. Niệm Phật phải tùy sức mình, hoặc niệm thầm hay niệm ra tiếng, niệm lớn hay niệm nhỏ đều được. Sao lại cứ phải một bề niệm to tiếng để đến nỗi phải kiệt sức và bệnh hoạn?” Theo Hòa Thượng Thích Thiền Tâm, có mười cách trì danh khác nhau. Trì danh niệm Phật là phương pháp niệm ra tiếng hay niệm thầm bốn hoặc sáu chữ hồng danh “Nam Mô A Di Đà Phật.” Trì bốn chữ “A Di Đà Phật” được điểm lợi là dễ nhiếp tâm; nếu trì đủ sáu chữ thì được điểm lợi là dễ phát khởi sự kính thành cơ cảm. Phương pháp này trong Kinh Phật Thuyết A Di Đà, Đức Thích Tôn đã đề xướng, hiện đang được thông dụng nhất.

Mười Loại Trì Danh: Như trên đã đề cập, trì danh có nghĩa là thụ trì và niệm tưởng danh hiệu của Đức Phật A Di Đà (người niệm Phật gọi là trì danh hành giả. Trì danh là nắm giữ danh hiệu Phật trong tâm trí mình). Trì danh là pháp tu Tịnh Độ phổ thông nhất hiện nay. Theo Hòa Thượng Thích Thiền Tâm, có mười cách trì danh khác nhau. *Thứ nhất là “Phản Văn Trì Danh”:* Phương pháp này, miệng vừa niệm, tai vừa nghe vào trong, kiểm soát từng chữ từng câu cho rành rẽ rõ ràng, hết câu này đến câu khác. Nghe có hai cách, hoặc dùng tai nghe, hoặc dùng tâm nghe. Tuy nghe vào trong nhưng không trụ nơi đâu, lần lần quên hết trong ngoài, cho đến quên cả thân tâm cảnh giới, thời gian không gian, chỉ còn một câu Phật hiệu. Cách thức phản văn khiến cho hành giả dễ gạt trừ vọng tưởng, mau được nhất tâm. Kinh Lăng Nghiêm nói: “Chân Giáo thể phương này Thanh tịnh do nghe tiếng. Muốn chứng vào tam muội, nên như thế mà tu hành” chính là ý trên

đây. *Thứ nhì là “Số Châu Trì Danh”*: Đây là cách thức miệng vừa niệm, tay vừa lần chuỗi. Ban đầu ý niệm còn ràng buộc nơi tràng hạt, sau lần buông bỏ đi đến cảnh nhứt tâm. Phương pháp số châu khiến cho niệm lực mạnh mẽ, ví như người yếu chân đi núi, nhờ nương cây gậy mà tiến bước lên cao mãi. Niệm cách mấy lần lại cần phải ghi số mỗi thời hoặc mỗi ngày là bao nhiêu câu. Ghi số có điểm lợi là bắt buộc người tu phải giữ định số, trừ được bệnh biếng trễ; nhưng cần chú ý đừng quá tham mau tham nhiều mà niệm không được ràng rẽ rõ ràng. Người xưa tuy niệm nhiều nhưng cũng ở trong sự ràng rẽ, do nhờ hai điểm là thuần thực và định tâm. Ngẫu Ích Đại Sư, vị tổ thứ chín của Liên Tông, từng khai thị: “Muốn đi đến cảnh giới ‘nhứt tâm bất loạn,’ không có cách chi kỳ diệu khác. Trước tiên hành giả cần phải lần chuỗi ghi số, niệm niệm ràng rẽ rõ ràng, mỗi ngày hoặc ba muôn, năm muôn, cho đến mười muôn câu, giữ khóa trình quyết định chẳng thiếu, thề một đời không thay đổi. Niệm như thế lâu ngày lần lần thuần thực, không niệm vẫn tự niệm, chừng ấy ghi số hay không ghi số cũng được. Và niệm như thế kèm thêm tín nguyện tha thiết, mà không được vãng sanh, thì chư Phật ba đời đều mang lỗi nói dối. Khi đã vãng sanh, tất cả pháp môn đều được hiện tiền. Nếu như ban sơ vì cầu cao tự ý, muốn tỏ ra không chấp tướng, muốn học theo lối viên dung tự tại, đó là tín nguyện chẳng bền sâu, hành trì không hết sức; dù có giảng suốt mười hai phần giáo, giải ngộ một ngàn bảy trăm công án, cũng là việc ở bên bờ sanh tử mà thôi.” Lời khuyên dạy này thật là cây kim chỉ nam cho người niệm Phật. *Thứ ba là “Tùy Tức Trì Danh”*: Niệm Phật thầm hay niệm se sẽ tiếng, nương theo hơi thở, mỗi hơi thở ra vào đều một câu Phật hiệu; đó là ý nghĩa của tùy tức trì danh. Bởi mạng sống con người liên quan với hơi thở, nếu biết nương theo đây mà niệm, thì khi sống hằng không rời Phật, lúc lâm chung tắc hơi vừa tắt, liền về cảnh giới Liên Bang. Nhưng nên chú ý là phương thức này khi tập đã thuần thực, cần niệm ra tiếng, chớ không nên chỉ niệm thầm. Như thế niệm lực mới mạnh, ý nguyện cầu vãng sanh dễ được phát khởi. Bằng không, ý niệm vãng sanh sẽ khó tha thiết và sợ e lại lạc vào công dụng Ngũ Đình Tâm Quán của Tiểu Thừa. *Thứ tư là “Truy Đánh Trì Danh”*: Khi dùng cách này, nên niệm nho nhỏ tiếng, mỗi chữ mỗi câu đều kế tiếp nhau liên tỏa chặt chẽ, thành hình thế chữ sau đuổi theo chữ trước, câu này gói đầu câu kia nên gọi là “Truy Đánh.” Áp dụng phương thức như thế, nhờ sự kín đáo bền chặt, trung gian

không xen hở, nên tập niệm không có chỗ xen vào. Dùng đến pháp này thì tình ý khẩn trương, tâm miệng đồng tiến, oai lực của chánh niệm bao trùm tất cả, khiến cho nghiệp tướng vô minh tạm thời chìm lắng, ánh mâu tam muội bộc phát chiếu xa. Từ xưa người tu tịnh nghiệp trong lúc tình tướng mênh mang rối loạn, thường dùng cách thức này. *Thứ năm là “Giác Chiếu Trì Danh”*: Niệm Phật theo giác chiếu là một mặt niệm Phật, một mặt hồi quang soi trở lại chân tánh của mình. Do niệm như thế, hành giả sẽ đi vào cảnh giới hư linh siêu tuyệt, chỉ còn cảm giác thân tâm của mình cùng chân tâm Phật ngưng đọng thành một khối, sáng tròn rõ rờ, đầy rộng mênh mang. Khi đó phòng nhà vật dụng thấy đều ẩn mất, cho đến thân giả tứ đại của ta cũng không biết rơi lạc vào chỗ nào. Niệm theo đây thì báo thân chưa mãn đã chứng tịch quang, Phật hiệu vừa tuyên liền vào tam muội. Dem thân phàm phu mà dự vào cảnh thánh, thật không chi mau lẹ hơn phương pháp trên đây. Song chỉ tiếc, nếu chẳng phải bậc thượng thượng căn tất không thể lãnh hội thực hành, nên phần độ cơ của cách thức này vẫn còn sơ hẹp. *Thứ sáu là “Lễ Bái Trì Danh”*: Phương thức này là vừa lạy vừa niệm Phật. Hoặc niệm một câu, lạy một lạy, hoặc một mặt niệm, một mặt lạy, không luận câu Phật nhiều hay ít. Cách lễ Phật lại phải hết sức nhẹ nhàng chậm rãi, lễ niệm song hành, thân miệng hợp nhất. Nếu thêm vào đó ý thành khẩn tha thiết, thì thành ra ba nghiệp đều tập trung, ngoài câu Phật hiệu, không còn một tư hào vọng niệm. Phương pháp này có sở năng phá trừ hôn trầm, công đức và hiệu lực rất to lớn, vì hành giả vận dụng cả ba nghiệp để trì niệm. Cư sĩ Vương Nhật Hưu khi xưa từng áp dụng cách trên đây, mỗi ngày đêm ông lễ niệm trung bình là một ngàn lạy. Nhưng dường như đây là lối niệm đặc biệt của hạng người tâm lực tinh tấn, thiếu khả năng tất khó vững bền, bởi lạy lâu thân thể mỗi một dễ sanh chán nản. Cho nên thông thường, cách thức này chỉ hợp kiêm dụng, khó bề chuyên dụng. *Thứ bảy là “Ký Thập Trì Danh”*: Đây là cách niệm ký số, cứ lấy mỗi mười câu làm một đơn vị. Người hơi ngắn có thể niệm thành hai lượt, mỗi lượt năm câu; hoặc chia ra ba lượt, hai lượt ba câu, một lượt bốn câu. Sau khi niệm đủ mười câu, đều lần qua một hạt chuỗi. Niệm theo lối này, tâm đã niệm Phật, lại còn phải ghi nhớ số. Như thế dù không chuyên cũng bắt buộc phải chuyên, nếu không chuyên thì số mục liền sai lạc. Cho nên pháp này đại để là một phương tiện cưỡng bức cho hành giả chuyên tâm, rất có công hiệu với những kẻ có nhiều tạp

niệm. Ấn Quang Đại Sư thường khuyên các liên hữu áp dụng cách thức trên đây. *Thứ tám là “Liên Hoa Trì Danh”*: Lấy bốn sắc hoa sen xanh, vàng, đỏ, trắng, vừa niệm vừa tưởng, luân lưu chuyển tiếp, là danh nghĩa của lối niệm trên đây. Hành giả khi niệm câu Phật hiệu thứ nhất, tưởng trước mặt mình hiện ra một đóa sen xanh to lớn, phóng ánh sáng xanh. Câu thứ hai, tưởng đóa sen vàng. Cho đến câu thứ ba, thứ tư, là hoa sen đỏ, trắng, màu nào phóng quang ánh sáng ấy. Kế tiếp lại tưởng hoa sen màu xanh, cứ như thế mà luân lưu mãi. Đồng thời khi hoa hiện, lại tưởng có hương sen thanh nhẹ phảng phất xung quanh. Bởi có nhiều hành giả trong Liên Hoa Tông dùng mọi pháp thức vẫn khó ngăn được tạp niệm, nên cổ nhân mới phát minh ra lối niệm này. Đây là cách dùng hình sắc thay đổi để buộc tâm tưởng cho chuyên nhất, và hình sắc này lại lấy tướng hoa sen nơi ao thất bảo ở cõi Cực Lạc “Một câu Di Đà, một đóa bảo liên,” bởi hoa sen Tịnh Độ hiện thành không rời hoa sen công đức của tâm niệm Phật. Và khi mạng chung, thần thức của hành giả sẽ nương theo hoa sen báu ấy mà sanh về Cực Lạc. Chư liên hữu nếu thấy có duyên với phương thức trên đây, nên áp dụng để mau đi vào niệm Phật diệu liên hoa tam muội. *Thứ chín là “Quang Trung Trì Danh”*: Vì có hành giả khi nhắm mắt niệm Phật, thường bất chợt thấy những hình tướng ô uế, hoặc màu sắc đen tối xao động nổi lên, nên cổ đức mới truyền dạy cho cách thức này. Đây là phương pháp vừa niệm Phật, vừa tưởng mình đang ngồi giữa vùng ánh sáng trong suốt to rộng. Khi tâm đã an định trong vùng quang minh ấy, hành giả cảm thấy thần trí sáng suốt mát mẽ, không những tạp tưởng trừ dứt, mà các tướng uế sắc cũng tiêu tan. Rồi chánh niệm do đó được bền lâu, và tam muội cũng do đó lần lần thành tựu. Đây tuy là phương tiện đặc biệt chuyên trừ tướng uế ác nhưng dù không có nghiệp bệnh ấy, nếu muốn tinh thần thư thái để đi sâu vào niệm Phật tam muội, hành giả cũng nên áp dụng cách thức này. *Thứ mười là “Quán Phật Trì Danh”*: Pháp quán tướng trong Quán Kinh rất trọng yếu, công đức cực kỳ to rộng, nhưng chưa phải là phương tiện phổ thông cho chúng sanh thời mạt pháp hành trì. Nhưng vì không muốn bỏ công đức đặc biệt của quán pháp, nên cổ nhân đã thể dụng trong mười sáu phép quán, lựa cách thức dễ tu tập nhất, lấy trì danh làm chánh, quán Phật làm phụ, gọi là Quán Phật Trì Danh. Hành giả mỗi ngày sau khi niệm Phật, lại để riêng một thời tịnh tâm quán tướng sắc tướng quang minh của Phật A Di Đà. Cách quán Phật này rút lựa phép quán

thứ mười ba trong Quán Kinh, tướng Đức A Di Đà thân cao một trượng sáu, sắc vàng ròng, đứng bên bờ ao thất bảo. Nếu chưa quán tưởng được ao thất bảo, hành giả có thể tưởng Đức Phật đứng trong vùng ánh sáng giữa hư không trước mắt mình, tay trái đưa ngang ngực bắt ấn kiết tường, tay mặt buông sả xuống theo thể tiếp dẫn. Muốn quán Phật cho thành tựu, trước tiên nên quán đại khái toàn thân, kế chỉ chuyên tâm quán tướng lông trắng giữa đôi mày. Tướng bạch hào này rộng không trong suốt như bạch ngọc, có tám cạnh, xoay về bên hữu cao thành năm vòng. Bạch hào là tướng căn bản trong ba mươi hai tướng hảo, khi tướng ấy quán thành, do sự cơ cảm, các tướng kia đều lần lượt hiện rõ. Tuy nhiên, muốn được phần chắc chắn hành giả cũng nên duyệt xem trong kinh, để ghi nhớ rõ 32 tướng tốt của Phật trước khi dụng công. Phương pháp trên đây sở dĩ để trì danh vào phần chánh, vì nếu quán tướng không thành vẫn còn phần trì danh để bảo đảm cho sự vắng sanh. Nhưng thật ra, trì danh cũng giúp quán tướng, quán tướng lại phụ lực cho trì danh; hai phần này hỗ tương đưa hành giả đến chỗ song song thành tựu. Pháp thức này tuy có phần khó hơn các lối khác, song nếu thành tựu thì công đức to rộng vô biên, nên xin đưa ra sau cùng để làm duyên khuyến tấn.

Mười Loại Niệm Ký Số: Niệm là hơi thở, ký số là đếm số, mười loại niệm ký số là đếm số hơi thở từ một đến mười. Đây là phương pháp của ngài Từ Vân, tổ thứ ba của Trung Quốc Tịnh Độ Liên Tông. Chính yếu của phương pháp này là trong một hơi thở, hành giả phải xưng đủ mười câu Phật hiệu. Trước hết hít một hơi thở vào, ngưng lại, niệm đủ số mười câu Phật hiệu. Kế đến thở ra hít vào một hơi khác, rồi tiếp tục niệm y như trước. Nếu người hơi ngắn thì có thể chia làm hai phần, mỗi hơi chỉ niệm năm câu Phật hiệu thôi. Phương pháp này có nhiều điểm lợi, trong khi miệng niệm Phật thì tai nghe tiếng và tâm trí ghi nhớ số. Như thế dù không chuyên tâm cũng phải chuyên, vì nếu không thì số mục mà mình đang đếm sẽ bị sai lạc. Đây là một trong những phương pháp rất tốt cho những ai có tâm tán loạn. Nên nhớ, khi xưng niệm danh hiệu Phật, chẳng nên nghĩ gì khác, cũng chẳng nên nghi hoặc. Nếu chí tâm thành ý niệm như thế, thì mỗi câu niệm Phật mới đủ sức diệt được tội nặng trong 80 ức kiếp sanh tử. Nếu chẳng như vậy thì sức diệt tội sanh phước sẽ giảm đi và nghiệp chướng cũng khó mau dứt trừ. Trong “Lá Thư Từ Tổ Ấn Quang,” thư thứ sáu, có đoạn Đại Sư Ấn Quang nhắc tới chúng liên quan đến lời dạy của Lão Sư Từ

Vân như sau: “Hình thức tu tập niệm Phật tùy thuộc vào hoàn cảnh của từng cá nhân một, chứ không có một khuôn phép nào định sẵn cho mọi người cả... Nếu như hành giả công chuyện đa đoan, không có thời gian rảnh rỗi, nên định vào buổi sáng sớm. Sau khi súc miệng rửa mặt xong xuôi, nếu có bàn thờ Phật thì đến trước bàn thờ lễ ba lạy. Rồi đứng thẳng lên chắp tay và nhất tâm niệm 'Nam Mô A Di Đà Phật' hết một hơi là một hơi là một niệm. Niệm như thế đủ mười hơi, tiếp tục đọc bài kệ:

'Nguyện cùng người niệm Phật,
 Đồng vãng sanh Cực Lạc,
 Thấy Phật thoát sanh tử,
 Như Phật độ tất cả.'

Đọc xong bài kệ, lễ ba lạy rồi lui ra. Nếu như không có bàn thờ Phật, thì chắp tay hướng về phía Tây cũng như các thức trên mà niệm. Phép Thập Niệm này Lão Sư Từ Vân cũng lập ra cho hàng vua quan, bần việc triều chính, không đủ thì giờ tu tập. Tại sao phải niệm luôn hết một hơi? Vì tâm chúng sanh tán loạn, lại không rảnh để chuyên niệm, niệm như vậy là mượn hơi nhiếp tâm khiến cho qui nhất. Tuy nhiên, số lần niệm phải tùy thuộc vào hơi dài hay ngắn. Không nên cố hay ép, vì làm vậy sẽ dẫn đến mỗi mệt mà thôi. Hành giả chỉ nên giữ mười niệm mà thôi, chứ không nên niệm hai mươi hoặc ba mươi, vì làm như vậy cũng sẽ đưa tới mỗi mệt không cần thiết. Bởi vì tán tâm niệm Phật khó được vãng sanh, phép này giúp làm cho tâm được chuyên nhất, tuy số niệm có ít nhưng công đức rất sâu, quyết định sẽ vãng sanh Cực Lạc.

Chơn Niệm Phật: Hành giả Tịnh Độ nên luôn nhớ rằng một câu niệm Phật bao trùm đại tạng giáo. Nó bao gồm tất cả, đầy đủ và không chừa sót một pháp môn nào. Chỉ có những bậc liễu triệt tất cả các truyền thống Phật giáo mới có thể làm hành giả chân niệm Phật. Mặt khác, dầu là hạng người u tối, không hiểu chi cả, chỉ biết thành thật tu tập theo lời giáo dẫn, cũng có thể làm người chân niệm Phật. Ngoài hai hạng chân niệm Phật này, chân hay không là do tự mình cố gắng, tự xét xem mình có thực hành đúng giáo pháp hay không? Theo Đại Sư Ấn Quang trong “Lá Thư Từ Tổ Ấn Quang,” Chơn Niệm Phật bao gồm: Mỗi câu tràng hạt Phật là Tâm. Phật đã là Tâm chạy uống tìm. Bể Phật dung hòa Tâm với Cảnh. Trời Tâm bình đẳng Phật cùng sanh. Bỏ Tâm theo Phật còn mơ mộng. Chắp Phật là Tâm chẳng trọn lành.

Tâm Phật nguyên lai đều huyền giả. Phật Tâm đồng diệt đến viên thành. Một khi hành giả đã có ý quyết định không còn nghi ngờ gì nữa thì cần gì phải hỏi kết quả của người khác? Dầu cho cả thế gian này không có ai khác đạt được kết quả đi nữa thì hành giả cũng chẳng sanh một niệm nghi ngờ. Bởi vì những lời dạy chân thật này của chư Phật chư Tổ có thể đủ làm bằng chứng. Nếu quý vị, được gọi là hành giả Tịnh Độ, cứ tiếp tục hỏi han về kết quả của người khác, có nghĩa là quý vị thiếu tín tâm nơi lời Phật dạy, do vậy mà việc tu tập của quý vị khó lòng mang lại kết quả. Bậc trí giả không bỏ lời Phật để chạy theo lời phàm. Những ai không vững vàng mà chỉ bị dẫn dắt bởi kết quả của người khác, thật là đáng thương xót! Hòa Thượng Thích Thiện Tâm trong Liên Tông Thập Tam Tổ đã chú giải về “Chơn Niệm Phật” của Tổ Ấn Quang như sau: “Mỗi câu tràng hạt Phật là Tâm có nghĩa là khi lần chuỗi niệm Phật, thì tâm phải thanh tịnh, nghĩa là miệng niệm, tai nghe rõ tiếng niệm Phật, và ý không suy nghĩ vu vơ, nói cách khác, chớ nên khởi sanh vọng tưởng, thì ngay đó mỗi câu niệm đều được cảm ứng đạo giao hay tương ứng với chư Phật. Đây chính là “Sự Tướng Hành Trì” là pháp thức niệm Phật của hàng liên hữu hiện nay. Phật đã là Tâm uống chạy tìm có nghĩa là phải biết Phật không phải từ bên ngoài đến, mà chính thật là do từ Tâm của mình mà thành. Vì cái tâm ấy nó bao hàm hết khắp cả mười phương pháp giới. Một tâm mà hay sanh ra tất cả. Nếu hành giả nhất quyết cầu Phật ở ngoài Tâm mình thì kẻ đó chưa rõ pháp môn “Lý Tánh Duy Tâm.” Cổ đức dạy: “Phật tại Tây Phương vốn chẳng xa. Tây phương ngay ở tại lòng ta.” Lại nữa, tam đồ ác đạo vốn không xa, tam đồ ngay ở tại lòng ta. Cho nên hành giả luôn bình tâm kiểm điểm xem trong Tâm mình có Phật hay chỉ có Tam Đồ. Bể Phật dung hòa Tâm với Cảnh có nghĩa là muốn được thành đạo giải thoát, chứng quả vị Đại Bồ Đề của Phật, hành giả phải dung hòa cả hai phần Sự và Lý. Phải biết Tâm là Lý vì nó vô hình vô tướng. Còn Sự là Cảnh vì nó có hình có tướng. Trời Tâm bình đẳng Phật cùng sanh có nghĩa là hễ Tâm bình đẳng thì chính là Tâm Phật, vì các pháp đều bình đẳng, đều có đủ ba môn giải thoát là Không, Vô Tướng, và Vô Nguyện như nhau cả. Phật được gọi là đấng Bình Đẳng, vì đối với tất cả các loài chúng sanh, Ngài đều dùng lòng từ bi, thương xót và hóa độ giống y như nhau. Tổ muốn nhắc chúng ta trong tu hành cho được thành đạo phải dứt bỏ cái tâm phân biệt. Bỏ Tâm theo Phật còn mơ mộng có nghĩa là như có kẻ nào tu hành mà cứ để cho cái Tâm

của mình cứ luôn luôn chạy theo vọng tưởng, tức là phan duyên, quên mất cái Chân Tâm của mình đi, tu như thế mà muốn được thành đạo hay được Phật rước về chốn Tây Phương Cực Lạc, thì kẻ đó chỉ là người mơ mộng mà thôi, quyết sẽ chẳng bao giờ thành Phật được. Phật tử chơn thuần phải để cho Tâm của mình luôn thanh tịnh thì mới hợp với Tâm của Phật và mới thấy được Phật. Chấp Phật là Tâm chẳng trọn lành có nghĩa là người tu hành nào mà cứ luôn miệng nói lý rằng tâm tôi đã là Phật, cần chi phải tu hành, cần chi phải lạy Phật hay niệm Phật, cần chi phải tụng kinh, xuất gia, thọ giới, cần chi phải đi chùa nghe pháp, vân vân. Vì thế nên không chịu tu theo cách Hành Trì Sự Tướng, không chịu Y Giáo Phụng Hành. Ngược lại, Tâm chứa đầy những cống cao, ngã mạn, kẻ đó ắt chẳng được trọn lành. Khi lành chẳng được trọn, ắt phải là trọn ác. Tổ muốn nhắc chúng ta chớ nên nói lý suông “Phật là Tâm” trên đầu môi chót lưỡi, mà bỏ đi sự thực hành. Tâm Phật nguyên lai đều giả huyễn có nghĩa là trong cái Chơn Như Pháp Tánh Giới ấy, thì Tâm cũng không có, nghĩa là Tâm bất khả đắc, Phật cũng bất khả đắc. Nếu người tu hành nào mà còn thấy có Phật có Tâm thì còn bị dính mắc vào trong các sự chấp trước, ắt sẽ không bao giờ giải thoát được. Tổ muốn khai thị cho chúng ta về Đệ Nhất Nghĩa Không là cảnh giới đại triệt, đại ngộ của các bậc Thánh nhân giải thoát, chứ không phải là cảnh giới của hàng phàm phu bạt địa chúng ta. Vì chúng ta là phàm phu chưa chứng đắc một chút gì cả nên cần phải chấp vào nơi sự tướng để mà tu. Nghĩa là thấy có vọng tâm cần dứt trừ, hay thấy có Phật để cầu tiếp dẫn. Phật Tâm đồng diệt đến viên thành có nghĩa là nếu như ai mà tu chứng đắc đến được cảnh giới không còn thấy có Tâm nữa như ngài Huệ Khả trả lời đức Đạt Ma Tổ Sư ‘Tôi tìm Tâm không được,’ hay không thấy có Phật, thì các bậc ấy đã chứng đạo và trở về được cái thể Nhất Chơn rồi vậy. Bát Nhã Tâm Kinh gọi là ‘Ngũ uẩn giai không’ tức là phủi chân bước lên bờ giải thoát.

Nhứt Tâm Niệm Phật: Khi niệm Phật, hành giả phải chú tâm nghĩ tưởng đến pháp thân Phật. Trong khi niệm Phật, hành giả nên thở ra vô đều đặn thế nào mà mình cảm thấy thoải mái nhất, chứ đừng gượng ép thở dài thở ngắn; vì gượng ép sẽ có nguy cơ bệnh đường hô hấp. Người làm công quả giúp việc nhà bếp đốt nát, mặt mày lem luốc, nhưng chuyên trì niệm hồng danh Phật sẽ thành tựu vãng sanh Cực lạc; ngược lại người thông minh đĩnh ngộ mà chỉ nhàn đàm hý luận, thì chuyện

vào địa ngục là không thể nghĩ bàn. Trong “Lá Thư Từ Tổ Ấn Quang,” Đại Sư Ấn Quang dạy: “Nếu hành giả niệm Phật khó qui nhất, phải nhiếp tâm niệm kỹ. Tiêu chuẩn chính yếu cho phép nhiếp tâm là sự chí thành và tha thiết. Thật khó để đạt được sự nhiếp tâm nếu lòng không chí thành. Tuy nhiên, lòng chí thành vẫn chưa đủ. Hành giả phải chú ý lắng nghe lời niệm. Bất luận niệm thầm hay niệm ra tiếng, niệm ấy phải khởi từ tâm. Rồi tiếng niệm ấy phát ra từ nơi miệng và đi vào lỗ tai mình. Ngay lúc miệng niệm thầm, tướng niệm vẫn hiện hữu nơi ý. Tâm và miệng niệm rõ ràng, tai nghe rõ ràng và tâm nhiếp như thế thì vọng niệm sẽ tự dứt.” Hành giả Tịnh Độ nên luôn nhớ rằng nếu chúng ta muốn được giải thoát trong hiện đời, chúng ta nên tập trung nơi pháp môn Tịnh Độ. Các kinh Kim Cang và Pháp Hoa nên tạm gác qua một bên, cho đến khi nào lý Tịnh Độ được thông suốt và đạt được nhất tâm qua niệm Phật rồi sẽ hay. Nếu bây giờ chúng ta vừa tu tập niệm Phật vừa nghiên cứu kinh điển, có lẽ chúng ta sẽ không có đủ thời gian và năng lực. Do vậy mà chúng ta sẽ không đạt được bên nào mà còn chẳng được lợi ích của bên nào cả. Cũng theo Đại Sư Ấn Quang, tổ thứ mười ba của Trung Quốc Tịnh Độ Liên Tông, muốn cho được nhứt tâm niệm Phật để có thể diệt được vô lượng tội chướng trong nhiều kiếp sanh tử, khi niệm Phật hành giả phải nhất tâm. *Thứ nhất* là buộc tâm mình lại, đừng để cho tán loạn hay nghĩ tưởng vu vơ. *Thứ nhì* là mỗi câu niệm Phật phải nối tiếp nhau, không mau không chậm, đều đặn như giọt nước mưa trên mái nhà nhiều xuống. Giọt trước không chờ giọt sau. *Thứ ba* là từng câu từng chữ niệm Phật phải cho thật rõ ràng. *Thứ tư* là miệng xưng niệm hồng danh, mắt chăm chú nhìn tượng Phật, tai nghe rõ tiếng niệm Phật của mình.

Niệm Phật Tam Muội: Trong khi niệm Phật, hành giả nên thở ra vô đều đặn thế nào mà mình cảm thấy thoải mái nhất, chứ đừng gượng ép thở dài thở ngắn; vì gượng ép sẽ có nguy cơ bệnh đường hô hấp. Người làm công quả giúp việc nhà bếp dốt nát, mặt mày lem luốt, nhưng chuyên trì niệm hồng danh Phật sẽ thành tựu vãng sanh Cực lạc; ngược lại người thông minh đỉnh ngộ mà chỉ nhàn đàm hý luận, thì chuyện vào địa ngục là không thể nghĩ bàn. Có hai thứ tam muội: định khẩu Tam Muội và định tâm Tam Muội. Theo Đại Sư Huệ Viễn trong Liên Tông Thập Tam Tổ, niệm Phật Tam Muội là nhớ chuyên và tưởng lặng. Thứ nhất là “Nhớ Chuyên”, nghĩa là tâm trí lúc nào cũng chuyên nghĩ nhớ đến Đức Phật A Di Đà, chớ không bị chia chẻ nhiều

lối, do đó mà được vào trong cảnh “chí một, tâm đồng”; chí một là tâm chỉ có duy nhất một chí quyết, ấy là “câu vãng sanh Cực Lạc,” và tâm đồng là tâm giống y hệt như tâm của chư Phật, tức là tâm hoàn toàn lặng lẽ, thanh tịnh. Thứ hai là Tưởng Lặng. Tất cả các tư tưởng phù phiếm của chúng sanh đều bị lặng chìm hết cả. Làm được như vậy là được vào trong cảnh “khí thanh, thần sáng.” Hai điều này tự nhiên thâm hợp, nương về mà phát sanh ra diệu dụng. Khi khí thanh thì trí huệ phát sanh. Trí này có khả năng soi ngộ đến tất cả các đạo lý nhiệm mầu. Thần sáng có nghĩa là tinh thần chiếu suốt các nơi tăm tối, không chỗ tối tăm nào mà chẳng được soi tới.

The Dharma Door of Buddha Recitation

The true intention of Sakyamuni Buddha, when He appeared in the world to preach the Dharma and rescue sentient beings, was for all beings to escape Birth and Death and attain Enlightenment immediately. However, because sentient beings were all of differing capacities and thus could not entirely meet His transcendental expectations, so the Buddha resorted to one expedient after another, all of them adapted to the individual capacities of sentient beings. To those of the highest capacities, the Buddha taught the path of the Buddhas, showing them the Self-Nature directly so that they might attain Buddhahood in one lifetime, as in the case of Sudhana in the Avatamsaka Sutra or the Dragon Princess in the Lotus Sutra. To those of more modest capacities, the Buddha taught the Bodhisattva, Pratyeka Buddha and Arhat paths, so that they might reach Buddhahood through step-by-step cultivation. To those of still lower capacities, the Buddha taught the Five Precepts and the Ten Virtues. In 'Letters From Patriarch Yin-Kuang,' Great Master Yin-Kuang said: “These methods, high or low, some leading to swift liberation, others to gradual liberation, are all different. However, they all require self-power and deep cultivation to escape from the cycle of Birth and Death and reach the Self-Nature. If even a trace delusion of views or delusion of thought remains, the root of Birth and Death cannot be extirpated. This being the case, even if the cultivator's powers of concentration and wisdom are profound, he will continue to revolve in the cycle of Birth and Death. Only at the level of the Arhats are the roots of Birth and

Death completely severed. However, transcending Birth and Death is merely the small fruit of the Arhats; the cultivator must still aim for the path of Great Bodhi, relying on his Vow to be reborn in the worlds of the ten directions. He may then cultivate the six paramitas and the ten thousand conducts, in order to achieve Buddhahood and rescue sentient beings. In this manner, he will gradually achieve the fifty-two stages of Bodhisattvahood, up to the level of Wonderful Enlightenment, before finally reaching Buddhahood.” Pure Land practitioners should always keep in mind that in the midst of this Dharma-Ending Age, there are very few good spiritual advisors, while the capacities of sentient beings are limited. It is difficult enough to find someone who is awakened to the Way, not to mention one who has truly attained Enlightenment? Knowing that sentient beings would find it extremely difficult to achieve liberation by relying on self-power alone, Sakyamuni Buddha taught, in addition to other methods, the special approach of Pure Land. With this method, as long as their Faith and Vows are true and earnest, even those who have committed the Five Grave Offenses or the Ten Evil Acts, may, on the verge of death, when the mark of the hells appear, follow the advice of a good spiritual advisor and recite the Buddha's name one to ten times; then, thanks to the compassionate power of Amitabha Buddha, even they will be received and guided to the Pure Land, not to mention those who practice wholesome deeds and do not commit transgressions! To repeat the name of a Buddha audibly or inaudibly, or visualization of the Buddha's auspicious marks. The intermediate goal of Buddha Recitation is to achieve one-pointed mind; from one-pointed mind gradually one can see one's own nature or to achieve the ultimate goal of Buddhahood. In the Great Heap Sutra, Sakyamuni Buddha predicted: “In the Dharma-Ending Age, among multitude of practitioners, very few will attain the Way. The most they can expect is to rely on the Pure Land method to escape Birth and Death. Besides, in the Long Amitabha Sutra, Sakyamuni Buddha made the following prediction: “In the days to come, the paths of the sutras will come to extinction. I, with compassion and mercy, will purposely make this sutra survive for a hundred years. Anybody who encounters this sutra will, according to his wish, surely attain Enlightenment.” In 'Letters From Patriarch Yin-Kuang,' Great Master Yin-Kuang said: “To receive true benefits in this very life, the

practitioner should follow the Pure Land method, reciting the Buddha's name with Faith and Vows, seeking rebirth in the Land of Ultimate Bliss. Escape from the realms of Birth and Death will then be assured. Otherwise, not only will those who have not received the true transmission of the Dharma fail to achieve liberation, even those who have received it will have no hope of achieving liberation! This is because to receive the true transmission of the Dharma is to awaken to the Way, but not to attain Enlightenment. Only by attaining Enlightenment, at the Arhat level or above, will you escape the cycle of Birth and Death. Awakening to the Way is still within that cycle. Cultivating other methods requires severance of karmic obstructions and attainment of the Truth before you can escape Birth and Death. With the Pure Land method, you need only recite the Buddha's name with deep Faith and earnest Vows, while ceasing transgressions and performing good deeds, thus engaging simultaneously in the main and subsidiary practices in order to be assured of rebirth in the Western Pure Land. In fact, the highest level of rebirth will be achieved. Not only are those who have perfected Pure Land practice assured of rebirth, even those guilty of the Five Grave Offenses and the Ten Evil Acts can also achieve it, as long as, on the verge of death, they awaken, become utterly ashamed of their transgressions, grow frightened and recite the Buddha's name in utmost sincerity. This is because Amitabha Buddha has great, all-embracing compassion and considers it His calling to rescue sentient beings. Anyone who sincerely seeks His assistance will be gathered and rescued. This is called 'taking one's karma along to the Pure Land, through the power of Amitabha Buddha.' In this Dharma-Ending Age, if you cultivate other methods, abandoning the Dharma Door or Pure Land, you can only reap merits and blessings in the celestial and human realms or sow the causes and conditions of liberation in future eons. This is because few in this day and age truly have the strength to sever all karmic obstructions. Therefore, the roots of Birth and Death continue to exist. Under these circumstances, how can you prevent the dream-like seeds of Birth and Death from sprouting anew?" According to the Pure Land School, the more diligently the cultivator engages in wholesome conduct and the deeper his power of concentration, the higher his level of rebirth will be. He will see Amitabha Buddha soon after rebirth and be able to hear

the wonderful Dharma. Therefore, even those who have awakened the Way, severed delusion and attained the Truth should dedicate all merits toward rebirth in the Pure Land, seeking perfect attainment of the Dharma Body and swift attainment of Buddhahood. Despite its loftiness, the Pure Land Dharma Door is a very easy method of cultivation. For this reason, not only do ordinary beings find it difficult to believe, but cultivators of the Two Vehicles (Theravada followers) also harbor doubts. This applies even to Bodhisattvas at the expedient level. Only those who have sown the wholesome seeds of Pure Land in previous lives as well as the higher level Bodhisattvas can truly have firm and deep Faith in it.

According to The Treatise on the Ten Doubts, question number three, there are two kinds of Recitation of Buddha-name: One method of Buddha Recitation is to focus on or visualize the thirty-two auspicious signs of the Buddha, concentrating the Mind so that, asleep or awake, you always see the Buddha. Another, more common employed method is to concentrate exclusively on reciting the Buddha's name, holding fast singlemindedly and without interruption. In this way, the practitioner will see the Buddha in this very life. This method requires that the Mind be calm, still and undisturbed, each recitation follows one before, the Mind focus on the Buddha name. While the mouth recites the Buddha's name, the Mind should clearly contemplate each and every utterance, so that each and every word is clear and distinct. During recitation, regardless of the number of utterances, Mind and thought should be utterly sincere and focussed. Only with such singleminded practice can each utterance erase 'eight million eons of heavy transgressions.' Otherwise, karmic obstructions are difficult to eradicate. To call on the Buddhas in general, not limit to any specific Buddha. To intone the name of a special Buddha to gain concentration or singleminded.

Reciting Buddha has theory and practice: Theoretical Buddha Recitation, theories are truths, are the matter of thoughts and reflections. This is the realm of being able to penetrate deeply into the True Nature. *Practical Buddha Recitation*, practice is a skillful method or means toward an end, the effort put forth in cultivation and application of theory. This is regarded as the realm of Form-Characteristic. Theory is practice, practice is theory; however, if this

discussion is taken to the ultimate level, then theory is practice, practice is theory. True nature is form characteristic, and form characteristic is true nature. Theory and practice are perfectly harmonious which the Avatamsaka Sutra called 'Theory and practice are without limitation, practice-practice without limitation.' On the path of cultivation, theory and practice are the inside and outside of each other, respectively combining to help each other achieve completeness or enlightenment. Theory is necessary to provide purpose and direction; practice gives validation and proof for reasons and deductions of theory to reach goals and achieve results of gaining rebirth or enlightenment. Theory is like two shining eyes to look on the path of enlightenment; practice is like a pair of strong healthy legs making strides. If eyes are missing or blind, or are working insufficiently, it is easy to get lost on the path. If legs are missing, then no matter how sufficient the eyes are, it is impossible to reach the aimed destination. Moreover, knowing theory but not practice is similar to a person who has a map, and clearly knows the path to enlightenment, but refusing to travel. Having practice but not knowing theory is similar to a person who despite traveling finds the progress is slow, often gets lost, without anyone to rely on for guidance. Having both theory and practice is similar to a person who knows clearly the path and once the travel begins knows the proper destination will be reached. Therefore, on the cultivated path, having practice but missing theoretical understanding will not be of any help. However, the most disturbing thing is those who understand theory but refuse to practice, instead always speak hollowly, and not practice what they speak. Even though they are able to debate, discuss, and analyze theory in the most magnificent manner throughout their entire lives, they will never make any progress in their whole life. Therefore, the Buddha Dharma can help those who are ignorant and completely uneducated but have no means to help those with 'worldly intelligence' who lack practice and application of their knowledge.

Buddha Recitation does not consist of oral recitation alone, but also includes contemplation and meditation. According to Great Master Yin-Kuang in "Letters From Patriarch Yin-Kuang," there are, in general, *four methods of Pure Land practice*: oral recitation (holding the name), contemplation of a Buddha image, visualization

(contemplation by thought) and true-mark recitation. Among these four methods, oral recitation has the broadest appeal. It is not only easy to practice, it does not lead to demonic events. If you wish to practice the Visualization method, you should carefully read and study the Meditation Sutra and clearly understand such principles as “This Mind is the Buddha,” “If the mind is pure, the Buddha appears,” “All realms and states are Only-Mind, there should be no attachment to them.” Once you understand that realms and states do not come from the outside and avoid developing attachments to them, these states then become more sublime and the mind grows purer and more focussed. If you reach that point, the benefits of Visualization are significant. On the other hand, if you are unfamiliar with the realms visualized and have not comprehended the essence of the Dharm, but are over-eager to see auspicious realms, everything is delusion. Not only are you not in communion with the Buddhas, you even begin to create the causes of demonic events (hallucinate). This is because the more eager you are to see realms, the agitated and deluded your mind becomes. Since from the outset, you have failed to apply your mind correctly, you will not be able to realize that these realms are demonic apparitions. Therefore, you are overcome with joy, your thoughts and feelings are not peaceful and calm. Taking advantage of this, demons will cloud your mind and plunder your Self-Nature. At that point, even if a living Buddha were to appear, He would have no way of rescuing you!

Real Mark’ Buddha Recitation: ‘Self-Nature’ Buddha Recitation, this entails penetrating the Mind’s foremost meaning, reciting our own original Buddha Nature. It is to contemplate the Real Mark Dharma Body of the Buddhas, resulting in attainment of True Thusness Samadhi. This method is really a Zen practice; however, since the realm revealed by the meditational mind is the Pure Land, it also qualifies as a Pure Land practice. This method is not for those of limited or moderate capacities. If the practitioner is not of the highest capacity, he cannot become enlightened and enter into it. For this reason, few Pure Land teachers promote it and the proponents of the method are found chiefly within the Zen tradition. Incidentally, I would venture to say here that while we are still treading the path of practice, not having reached the sage of Perfect Enlightenment, all Dharma methods are expedients. Buddha Recitation is an expedient and so is

Zen. According to the three Pure Land sutras, Buddha Sakyamuni provided the expedient teaching of the Western Pure Land, and urged sentient beings to recite Amitabha Buddha's name seeking rebirth there. Within this method, they can escape Birth and Death, avail themselves of that wonderful, lofty realm to pursue cultivation, and swiftly attain Buddhahood. Diligent Buddha Recitation also leads to Awakening, as in Zen; however, the principal goal of the Pure Land School is rebirth in the Land of Ultimate Bliss, while the degree of Awakening achieved is a secondary consideration. Furthermore, ancient virtues taught: "The superior person makes demands on himself. The dull person makes demands on others." Devout Buddhists should diligently cultivate the method of Buddha Recitation, but should not totally be dependent on others. We should recognize that responses result from our own efforts; they do not come from a provisional explanation spoken for greedy living beings who hope to put in a little effort and obtain a lot. The Buddhas and Patriarchs tried to accommodate potentials of living beings and said that the Buddhas' power leads us, with the goal of making living beings recite vigorously. In reality, when we recite the names of the Buddhas, we are relying on our own strength to obtain rebirth in the Pure Land. Thus, the goal of Real Mark Buddha Recitation falls within Pure Land teachings. However, from the standpoint of an expedient leading to rebirth in the Land of Ultimate Bliss, it does not truly qualify as a Pure Land method within the meaning of the Three Pure Land sutras taught by Buddha Sakyamuni. This is, perhaps, the reason why Pure Land Patriarchs merely referred to it to broaden the meaning of Buddha Recitation, but did not expound it widely.

Contemplation by Thought Recitation: Contemplation by Thought Recitation entails meditation on the features of Buddha Amitabha and His Land of Ultimate Bliss, in accordance with the Meditation Sutra (the sutra teaches a total of 16 contemplations). To contemplate Buddha, especially Amitabha, in the mind and repeat his name silently, in contrast with repeating his name loudly. Contemplation by Thought Recitation entails meditation on the features of Buddha Amitabha and His Land of Ultimate Bliss, in accordance with the Meditation Sutra (the sutra teaches a total of 16 contemplations). If this practice is perfected, the cultivator will always visualize the Pure Land before

him. Whether his eyes are open or closed, his mind and thoughts are always coursing through the Pure Land. At the time of death, he is assured of rebirth there. The virtues obtained through this method are immense and beyond imagination, but since the object of meditation is too profound and subtle, few practitioners can achieve it. This is because, in general, the method presents five difficulties. Very few can avoid all five pitfalls. Thus upon reflection, this method also belongs to the category of difficult Dharma doors: With dull capacities, one cannot easily succeed, with a crude mind, one cannot easily succeed, without knowing how to use expedient skillfully and flexibly during actual practice, one cannot easily succeed, without the ability to remember images clearly, one cannot easily succeed, with low energy, one cannot easily succeed. According to the Vimalakirti Sutra, Chapter Twelve, Seeing Aksobhya Buddha, the Buddha asked Vimalakirti: “You spoke of coming here to see the Tathagata, but how do you see Him impartially?” Vimalakirti replied: “Seeing reality in one’s body is how to see the Buddha. I see the Tathagata did not come in the past, will not go in the future, and does not stay in the present. The Tathagata is seen neither in form (rupa, the first aggregate) nor in the extinction of form nor in the underlying nature of form. Neither is He seen in responsiveness (vedana), conception (sanjna), discrimination (samskara) and consciousness (vijnana) (i.e. the four other aggregates), their extinction and their underlying natures. The Tathagata is not created by the four elements (earth, water, fire and air), for He is (immaterial) like space. He does not come from the union of the six entrances (i.e. the six sense organs) for He is beyond eye, ear, nose, tongue, body and intellect. He is beyond the three worlds (of desire, form and formlessness) for He is free from the three defilements (desire, hate and stupidity). He is in line with the three gates to nirvana and has achieved the three states of enlightenment (or three insights) which do not differ from (the underlying nature of) unenlightenment. He is neither unity nor diversity, neither selfness nor otherness, neither form nor formlessness, neither on this shore (of enlightenment) nor in mid-stream when converting living beings. He looks into the nirvanic condition (of stillness and extinction of worldly existence) but does not dwell in its permanent extinction. He is neither this nor that and cannot be revealed by these two extremes. He cannot be known by intellect

or perceived by consciousness. He is neither bright nor obscure. He is nameless and formless, being neither strong nor weak, neither clean nor unclean, neither in a given place nor outside of it, and neither mundane nor supramundane. He can neither be pointed out nor spoken of. He is neither charitable nor selfish; he neither keeps nor breaks the precepts; is beyond patience and anger, diligence and remissness, stillness and disturbance. He is neither intelligent nor stupid, and neither honest nor deceitful. He neither comes nor goes and neither enters nor leaves. He is beyond the paths of word and speech. He is neither the field of blessedness nor its opposite, neither worthy nor unworthy of worship and offerings. He can be neither seized nor released and is beyond 'is' and 'is not'. He is equal to reality and to the nature of Dharma (Dharmata) and cannot be designated and estimated, for he is beyond figuring and measuring. He is neither large nor small, is neither visible nor audible, can neither be felt nor known, is free from all ties and bondage, is equal to the All-knowledge and to the (underlying) nature of all living beings, and cannot be differentiated from all things. He is beyond gain and loss, free from defilement and troubles (klesa), beyond creating and giving rise (to anything), beyond birth and death, beyond fear and worry, beyond like and dislike, and beyond existence in the past, future and present. He cannot be revealed by word, speech, discerning and pointing: "World Honoured One, the body of the Tathagata being such, seeing Him as above-mentioned is correct whereas seeing Him otherwise is wrong."

To Contemplate the Buddha's Statue: Contemplation of the Buddha's statue is one of the four kinds of contemplation of the Buddha, to contemplate the image of Amitabha Buddha and repeat his name. To contemplate the image of Amitabha Buddha and repeat his name. In this method, the practitioner faces a statue of Amitabha Buddha and impresses all the features of that statue in his memory, contemplating to the point where, even in the absence of a statue, and whether his eyes are open or closed, he clearly sees the image of Amitabha Buddha. This method is also difficult, because it requires a great deal of energy, a faithful memory and skillful use of expedients. There are cases of individuals who have practiced it in an inflexible way and have developed headaches difficult to cure. Moreover, upon examination, this method of seeking rebirth in the Pure Land is not

mentioned in the Buddhist sutras. It is merely a technique to assist in the practice of Buddha Recitation, so that the practitioner can harness his mind and achieve right thought. Still, if we practice this method in a pure, devoted frame of mind, we can obtain a response, eradicate our bad karma, develop virtue and wisdom, and, through an illusory statue of Amitabha Buddha, awaken to His True Marks and achieve rebirth in the Pure Land.

Holding Buddha's Name Recitation: Holding the name of a Buddha, another, more common employed method is to concentrate exclusively on reciting the Buddha's name, holding fast singlemindedly and without interruption. In this way, the practitioner will see the Buddha in this very life. This method requires that the Mind be calm, still and undisturbed, each recitation follows one before, the Mind focus on the Buddha name. While the mouth recites the Buddha's name, the Mind should clearly contemplate each and every utterance, so that each and every word is clear and distinct. During recitation, regardless of the number of utterances, Mind and thought should be utterly sincere and focussed. Only with such singleminded practice can each utterance erase 'eight million eons of heavy transgressions.' Otherwise, karmic obstructions are difficult to eradicate. You should, therefore, take your capacities and circumstances into consideration and not aim for what is too lofty and beyond your reach; seeking benefits only to receive harm. The Patriarch Shan-Tao has said: "Sentient beings in the Dharma-Ending Age have agitated inverted minds. Visualizing lofty realms with such coarse minds is certainly difficult to accomplish!" Therefore, the Great Sage Sakyamuni Buddha took pity and specifically recommended oral recitation because He feared that those who were not skillful in using their minds would be lost in demonic realms. Cultivation through oral recitation is very easy. To achieve rebirth in the Pure Land, you need only ensure that singleminded thought follows singleminded thought. Moreover, utmost sincerity and earnestness are also wonderful methods to treat the deluded mind and demonic realms. You should think this over carefully and strive with all your mental strength to cultivate. Oral recitation is the most common Pure Land method at the present time. In 'Letters From Patriarch Yin-Kuang,' Great Master Yin-Kuang said: "Pure Land practitioners should always remember that you may suffer from

overexertion as a result of reciting the Buddha's name too rapidly and hurriedly. This is, of course, because you were not skillful. Buddha Recitation should be practice according to one's strength; it can be done silently or audibly, softly or loudly. Why do you have to insist on reciting in such a loud voice that you will become exhausted and fall ill?" According to Most Venerable Thích Thiên Tâm, there are ten variants in oral recitation. In this method, the practitioner recites, aloud or silently, either "Nam Mo Amitabha Buddha" or "Amitabha Buddha." The short form (Amitabha Buddha) has the advantage of easily focussing the cultivator's mind, while the longer version facilitates development of a truly earnest, respectful mind conducive to a response. This method, taught by Sakyamuni Buddha in the Shorter Amitabha Sutra, is the dominant form of Pure Land practice at the present time.

Ten Variants in Oral Recitation: As mentioned above, oral recitation method means "holding the name" method or holding on or relying on the name of Amitabha. Oral recitation is the most common Pure Land method at the present time. According to Most Venerable Thích Thiên Tâm, there are ten variants in oral recitation. *The first oral recitation is Reflecting the Name Recitation:* With this technique, the ear catches the sound as the mouth recites, examining each individual word and each individual phrase, to make sure they are clear and distinct, phrase after phrase. There are two ways of hearing, with the ears or with the mind. Although the ears 'hear deep inside,' the sounds do not reside anywhere. The practitioner gradually forgets everything inside and out, even body, mind, realm, time and space, with only the Buddha's name remaining. This technique of 'reflecting the name,' makes it easy for the cultivator to filter out deluded thoughts and Surangama Sutra expresses this very idea when it states, in the words of the Bodhisattva Manjusri: "This common method of concentrating the mind on its sense of hearing, turning it inward, is most feasible and wise." *The second oral recitation is "Counting Rosary Beads Recitation":* In this method, as the mouth recites, the hand fingers the rosary. At first, thoughts are tied to the rosary beads, but later on they gradually move away from the beads, leading to the state of one-pointedness of mind. This technique increases the power of recitation in the same way that a cane enables a mountain climber with weak

legs to ascend higher and higher. With this technique, we should write down the number of recitations per session or per day. This has the advantage of forcing us to keep an exact count, eliminating the affliction of laziness. However, we should take care not to be too ambitious, attempting to achieve too much too soon, or our recitation will not be clear and distinct. The ancients, while reciting the Buddha's name over and over, did so in a clear, distinct manner thanks to two factors: correct understanding, and correct concentration of mind. Elder Master Ou-I, the Ninth Patriarch of Pure Land once taught: "There is no better or loftier way to reach the state of one-pointedness of mind. At first the practitioner should finger the rosary, keeping an exact count, while reciting the Buddha's name over and over in a clear, distinct manner, 30,000, 50,000 up to 100,000 times each day, maintaining that number without fail, determined to remain constant throughout his life. Such recitation will, in time, become second nature, not reciting being reciting. At that time, recording or not recording no longer matters. If such recitation, accompanied by earnest Faith and Vows, did not lead to rebirth in the Pure Land, the Buddhas of the Three Periods (past, present and future) would all be guilty of false speech. Once we are reborn in the Pure Land, all Dharma methods will appear before eyes. If at the outset we seek too high a goal, are overconfident and eager to show that we are not attached to forms and marks, preferring to study according to the free and perfect method, we reveal a lack of stability and depth in our Faith and Vows as well as perfunctoriness in our practice. Even if we were to lecture exhaustively on the Twelve Divisions of the Dharma and become enlightened to the 1,700 Zen koans, these would merely be activities on the fringes of life and death." This advice is indeed a hand-guide for the Pure Land practitioners. *The third oral recitation is "Breath-by-Breath Recitation"*: This technique consists of reciting silently or softly, with each breath, inhaling or exhaling, accompanied by one recitation of the Buddha's name. Since life is linked to breath, if we take advantage of breath while practicing Buddha Recitation, we will not be apart from Amitabha Buddha in life and at the time of death, when breath has stopped, we will be immediately reborn in the Pure Land. The practitioner should remember, however, that once he has mastered this technique, he should recite aloud as well as silently. In this way, the

power of recitation will be strengthened and the will to be reborn in the Pure Land more easily developed. Otherwise, his resolve will not be earnest and he might stray into the practice of the “Five Meditations to calm the mind” of the Theravada tradition. *The fourth oral recitation is “Continuously Linked Recitation”*: With this technique, the practitioner recites softly, each word following the one immediately before, each phrase closely following the previous phrase. During this practice, through discretion and patience, there are no empty time frames and therefore ‘sundry thoughts’ cannot intrude. The cultivator’s feelings and thoughts are intense, his mind and mouth move boldly forward reciting the Buddha’s name, the power of right thought embraces everything, temporarily subduing ignorance and delusive thought. Thus, the light of transcendental samadhi breaks through and shines forth. From early times, Pure Land practitioners would avail themselves of this method when their emotions and thoughts wandered or were in a state of confusion. *The fifth oral recitation is “Enlightened, Illuminating Recitation”*: With this technique, the practitioner on the one hand recites the Buddha’s name and on the other hand, returns the light and illumines his True Nature. He thus enters into the realm of ultimate transcendental emptiness; what remains is only the consciousness that his body-mind and the True Mind of the Buddha have become one, all-illuminating and all-encompassing. At that time, meditation rooms, cushions, gongs and all else have disappeared. Even the illusory, composite body is nowhere to be found. With this practice, even while our present retribution body is not yet dead, silent illumination is attained. Uttering the Buddha’s name, the practitioner immediately achieves the state of samadhi. There is no swifter method for common mortals to enter the realm of the saints. Unfortunately, we cannot understand or practice this method unless we are of the highest capacity. Therefore, its scope is rather modest and limited. *The sixth oral recitation is “Bowing to the Buddha Recitation”*: This technique consists of making bows as we recite the Buddha’s name. Either we recite once before each bow or we bow as we recite, regardless of the number of recitations. The bowing should be supple yet deliberate, complimenting recitation, bowing and reciting perfectly synchronized. If we add a sincere and earnest mind, body, speech and mind are gathered together. Except for the words Amitabha Buddha, there is not

the slightest deluded thought. This method has the ability to destroy the karma of drowsiness. Its benefits are very great, because the practitioner engages in recitation with his body, speech and mind. A lay practitioner of old used to follow this method, and each day and night, he would bow and recite and average of one thousand times. However, this practice is the particular domain of those with strong mind-power. Lacking this quality, it is difficult to persevere, because with extended bowing, the body easily grows weary, leading to discouragement. Therefore, this method is normally used in conjunction with other methods and is not practiced in exclusively. *The seventh oral recitation is "Decimal Recording Recitation"*: This is the inscription technique of Buddha Recitation, taking each ten utterances of the Buddha's name as a unit. Individuals with short breath spans can divide the ten utterances into two subunits (five utterances each) or three smaller subunits (two three utterance units and one four-utterance unit). One rosary bead is fingered after each group of ten utterances is completed. With this practice, the mind must not only recite, it must also remember the number of utterances. In this way, if we are not diligent we must become so; otherwise, it will be impossible to avoid mistakes. This technique, in general, is an excellent expedient forcing the cultivator to concentrate his mind and is very effective with those subject to many errant thoughts. Elder Master Yin Kuang used to recommend it to Pure Land practitioners. *The eighth oral recitation is "Lotus Blossom Recitation"*: As he recites, the practitioner contemplates the four colours of the lotus blossom (blue, yellow, red, and white), one colour after another without interruption. With his first utterance of the Buddha's name, he visualizes a huge, blue lotus blossom before his eyes, emitting a blue light. With the second utterance, he visualizes a yellow lotus blossom, emitting a yellow light. The third and fourth utterances are accompanied, respectively, by visualization of red and white lotus flowers, each colour emitting its own light. He then repeats the visualization in the same sequence. As the flowers appear, he imagines a vague, lingering touch of pure, soft lotus fragrance. Ancient masters devised this method because many practitioners in the T'ien-T'ai School, despite using all available techniques, found it difficult to stem their errant thoughts. This method uses various forms and colours to focus mind and thought. These forms and colours take the marks of

lotus blossoms in the Seven-Jewel Pond of the Pure Land (one utterance of the Buddha's name, one jewelled lotus blossom), because the lotus blossom appearing in the Pure Land are inseparable from the lotus blossoms created by virtues of reciting mind. At the time of death, the mind-consciousness of the practitioner relies on these jewelled lotus blossoms to achieve rebirth in the Western Pure Land. Should the Pure Land cultivator discover that he has an affinity with this technique, he should apply it and quickly enter the Wonderful Lotus Blossom Buddha Recitation Samadhi. *The ninth oral recitation is "Recitation Amidst Light"*: This method was specially designed for certain practitioners who, as soon as they close their eyes to recite, suddenly see filthy forms and marks (ugly grimacing faces, for example), or dark forms and colours swirling around. With this technique, the practitioner, while reciting the Buddha's name, visualizes himself seated in the middle of an immense, brilliant zone of light. Within that zone of light, when his mind has quieted down, the practitioner feels bright and refreshed. At that time, not only have deluded thoughts been annihilated, filthy, evil forms have also disappeared. After that, right thought is reinforced and samadhi is, in time, achieved. Although this is a special expedient to destroy evil deluded marks, even the practitioner who is not in this predicament can apply this method to clear his mind and enter deeply into the Buddha Recitation Samadhi. *The tenth oral recitation is "Contemplation of the Buddha Recitation"*: The methods of contemplation taught in the Meditation Sutra are very important and lead to immense virtue, but they are not a popular expedient for sentient beings in the Dharma-Ending Age. Nevertheless, since the ancient masters did not wish to see the special benefits of the meditation method go unused, they selected the easiest of the Sixteen Contemplations (Contemplation of Amitabha Buddha) and combined it with Oral Recitation to form the Contemplation of the Buddha-Oral Recitation technique. Recitation is predominant, with contemplation of the Buddha occupying a subsidiary position. Each day, after reciting the Buddha's name, the practitioner reserves a special period of time for concentrating his mind and contemplating the Embellishments and Light of Amitabha Buddha. This method derived from Contemplation Number Thirteen in the Meditation Sutra, in which Amitabha Buddha is visualized as some

sixteen feet tall and of golden hue, standing at the edge of the Seven-Jewel Pond. If the practitioner cannot yet visualize the Seven-Jewel Pond, he can picture Amitabha Buddha standing before his eyes in a zone of light, in open space, the left hand held at chest level and forming the auspicious mudra, the right arm extending downward in the position of welcoming and guiding. To be successful in this meditation, it is necessary, at the outset, to visualize the body of Amitabha Buddha in general, then concentrate on the urna (white mark between the eyebrows). This mark is empty and transparent, like a white gem with eight facets. The urna is the basic mark among the thirty-two auspicious marks of the Buddhas. When this visualization is successful, thanks to the affinity thus created between Amitabha Buddha and the practitioner, other marks will appear clearly, one after another. However, to ensure success, the practitioner should read through the Meditation Sutra, memorizing the thirty-two auspicious marks of Amitabha Buddha before commencing his practice. With this method, Buddha Recitation should be primary, because if the practitioner does not succeed at visualization, he can still fall back on recitation to ensure rebirth in the Pure Land. In fact, recitation aids visualization and visualization complements recitation, so that these two aspects work in parallel, leading the practitioner toward the desired goal. Although this technique is somewhat more difficult than the others, if it can be accomplished successfully, immeasurable benefits are achieved. It is therefore described here at the very end, to foster diligent practice.

Ten Recitation in One Breath: The “Ten Recitation in One Breath” method was taught by the great Venerable Tsu-Yun, the Third Patriarch of the Thirteen Patriarchs of Chinese Pureland Buddhism. Essentially, this method requires the practitioner to recite the Buddha’s name ten times per breath. First, inhale, hold breath, and begin reciting ‘Namo Amitabha Buddha’ ten times. Next, exhale, then inhale and repeat the process as done previously. If a practitioner is short of breath, it is acceptable to divide the segment of ten recitations into two; with each breath, recite Amitabha Buddha’s name five times. There are many advantages to practicing this method: speech reciting the Buddha’s name, ears listening, and mind counting the number of recitations. Thus, if able to concentrate, it will lead the practitioner to focus the mind because if not not focused, the count will be lost.

Therefore, the ultimate goal of this method is to force the Pureland cultivator into achieving 'singlemindedness' while engaging in Buddha Recitation. This is one of the best methods for those who are easily distracted or have a wandering mind. It is important to remember while reciting the Buddha's name, try not to think of anything else, and not to be doubtful or skeptical. If the practitioner is able to maintain a sincere and truthful mind in this way, then each recitation will eliminate many karmic offenses in eight million past reincarnations. If not practiced this way, the power to eliminate karmic offenses as well as gaining merits will not be as great. Thus, it will be difficult to eliminate many of one's karmic offenses. In 'Letters From Patriarch Yin-Kuang,' there's a paragraph that Great Master Yin-Kuang reminded everybody regarding Elder Master Tzu-Wen's words as follows: "The form of Buddha Recitation Practice depends on the circumstances of each individual; there is no single set way... If the cultivator is very busy, having no free time, he should set aside a specific period in the early morning. After washing up, he should bow three times to the Buddha in front of the altar, if he has one. Then, standing erect, he should join his palms and singlemindedly recite the words 'Namo Amitabha Buddha' as many times as he can in one stretch, each stretch counting as one recitation. He should recite thus for ten stretches, and then utter the following stanza:

I vow that, along with other Pure Land cultivators,
I will be reborn in the Land of Ultimate Bliss,
See Amitabha Buddha, escape Birth and Death,
And rescue all, as the Buddha does.'

After reciting this stanza, he should bow three times before retiring. If the cultivator does not have an altar, he can face west with palms joined, reciting according to the above method. This is also the Ten Recitations Method that Elder Master Tzu-Wen established for rulers and officials who are too busy with affairs of state to engage in cultivation. Why recite in one stretch? It is because sentient beings have scattered, unsettled minds and are thus unable to practice assiduously. This recitation method relies on the breath to concentrate the mind. However, the number of utterances is dependent on the length of the breath span. There should be no effort or constraint, as this would lead to fatigue. Cultivators should only keep ten recitations,

not twenty or thirty, for this will also lead to unnecessary fatigue. Since recitation with a scattered mind cannot easily lead to rebirth in the Pure Land, this method is useful for focussing the mind. While the recitations are few in number, the virtues accrued are profound and rebirth in the Land of Ultimate Bliss is assured.”

Truthful and Genuine Buddha Recitation: Pure Land practitioners should always remember that a single recitation of the Buddha's name encompasses all the teachings of the Tripitaka. It includes all methods in full without omitting a single method. Only those who are well-versed in all Buddhist traditions and teachings can be true Buddha Recitation practitioners. On the other hand, the dull, who are ignorant of everything but how to follow instructions sincerely, can also become true practitioners. Outside of these two groups, the correctness of practice depends on the cultivator's diligence and on whether or not he is practicing in accordance with the teachings. According to Great Master Yin-Kuang, truthful and genuine Buddha Recitation includes each recitation overfilled with Buddha as the Mind; Buddha is Mind, do not waste time searching; Buddhahood is Mind and Environment in harmony; equality of Mind is the birth of a Buddha; abandon the True Mind but wish to flow Buddha is a delusional dream; attach to Mind is Buddha will not lead to goodness; mind and Buddha is inherently artificial and illusory; Buddha, Mind both eliminated, attains Perfection. Once you are determined and have no further doubts about Pure Land practice, why do you have to inquire about the results that other practitioners obtain? Even if no one else in the whole world obtain results, you should not develop a single thought of doubt. This is because the true words of Sakyamuni Buddha and the Patriarchs should be proof enough. If you, so-called Pure Land practitioners, continually inquire about the results other practitioners obtain, it means that you lack complete faith in the Buddha's words, and thus your practice certainly cannot bring results. The wise must not abandon the words of the Buddhas to follow those of human beings. Those who have no firm position and are only guided by the results of others are greatly to be pitied! Most Venerable Thich Thien Tam explained about “Truthful and Genuine Buddha Recitation” of Great Master Yin-Kuang in the Thirteen Patriarchs of Pureland Buddhism as follows: “Each recitation overfilled with Buddha as the Mind means when Pureland cultivators

count beads reciting Buddha, the Mind needs to be pure and quiescent; mouth recites Buddha, ear listens clearly to the sounds of Buddha Recitation, Mind does not wander and think about any thing else, in other words, do not let any delusional thought arise. If this is accomplished, in that very moment, each recitation will be harmonious, establishing the “miraculous connections” with Buddha. This is presently the “form-Practice,” which is the dharma practice of Buddha Recitation Lotus cultivators. Buddha is Mind, do not waste time searching means it is important to understand Buddha does not come from the outside, but is attained from within the cultivator’s Mind. For the Mind encompasses all the ten directions of dharma realms. One Mind can give rise to everything. If anyone who cultivates but is determined to find Buddha outside of his or her Mind, then such a person is one who is not clear about the dharma door of “Theory Nature Is Within The Mind” or everything comes from the Mind. Old saints taught: “The Buddha in the West is inherently not far, Western direction truly exists within our nature.” Moreover, it is necessary to know that the three domains, evil paths are inherently not far, three domains truly exist from within our nature. Therefore, sincere cultivators just calmly and peacefully re-examine our Minds to see if Buddha exists or the three domains and unwholesome paths exist. Buddhahood is Mind and Environment in harmony means if anyone wishes to attain the Emancipation and the fruit of Ultimate Enlightenment of Buddhahood, it is necessary to harmonize both Practice and Theory. It is important to understand that Mind is Theory because it is formless, and Practice is Environment because it has form. Equality of Mind is the birth of Buddha means if the Equality of Mind exists then that is the Buddha’s Mind for all dharmas are equal, fair, non-biased, and are complete with the following three doors of emancipation and enlightenment of Emptiness, Non-Form, and Non-Vow. The Buddha is known as the “Equality One” because in associating with all sentient beings, He uses compassion, mercy, and empathy to transform and aid them regardless of their forms whether they are heavenly beings or are hell dwellers. The Patriarch wanted to remind all of us on the cultivated path, if anyone wishes to attain enlightenment, it is necessary to eliminate the “Discriminatory Mind.” Abandon True Mind but wish to follow Buddha is a delusional dream

means anyone who cultivates for enlightenment but always continue to allow the Mind to follow delusional thoughts or distractions, allowing for the Mind to pull and dictate one's being, and to forget about one's True Mind or Buddha Nature. If cultivated in this way but wishes to attain the enlightened path, or have Buddha delivered to the Western Ultimate Bliss World, then such a person is only a delusional dreamer, such an individual is certain never see the Buddha. Sincere cultivators should always allow their minds to be pure and quiescent in order to accord with the Mind of the Buddha, and once this happens they will see the Buddha. Attach to Mind is Buddha then will not attain goodness means for cultivators who often speak hollowly and only in Theory, such as my Mind is already Buddha, then what is the need for a cultivated path? What is the need for prostrating to Buddha, or reciting Buddha's name? What is the need to chant sutra, leave home, or taking precepts? What is the need for going to temples to listen to the Dharma? etc. Thus, they refuse to cultivate, refuse to apply the teaching to practice, and their minds are filled with egotism and conceit. Such people will never attain goodness. If they never attain goodness, then clearly they will attain wickedness. The Patriarch would like to remind all of us that do not speak hollowly by saying 'Buddha is Mind' and then abandon all 'form practices and applications' because to say and to do so one is guaranteed to 'not attain goodness' on the cultivated path. Mind, Buddha is inherently artificial and illusory means in the True Dharma Realm Characteristic, the Mind does not exist the Buddha does not exist either. Thus, if any cultivator still sees or discriminates there is Buddha, there is Mind, that cultivator is still trapped and stucked in 'attaching to forms and discriminations' and will never attain liberation and enlightenment. The Patriarch wanted to open our Minds to follow the Highest and Most Deeply Penetrating Doctrine belonging in the realm of the 'Great Enlightenment' of the Saintly Beings who have attained liberation and does not belong to the realm of the unenlightened mortals such as ourselves. Because we are ordinary mortals who have not attained enlightenment, it is necessary for us to be attached to the practice and form characteristics in order to cultivate, in other words, we need the dharma as means for us to attain enlightenment. This means we see the existence of the delusional mind needing to be eliminated, and we see the existence of Buddha in order

to pray for deliverance. Buddha, Mind both eliminated: Attain Perfection means if anyone is able to penetrate fully the state where the mind no longer exists or no longer seen, as the way the Second Patriarch said to Bodhidharma 'I cannot find the Mind,' or do not see the existence of Buddha; then such a person has attained enlightenment and has returned to Oneness of emptiness and Nirvana. The Heart Sutra refers to the Mind as the 'Five Skandhas Emptiness.'" If this is achieved, one has crossed over and landed on the shore of enlightenment.

Reciting the Buddha's Name with One Mind: During repeating the Buddha's name, the individual whole-heartedly thinks of the appearance of the Buddha or of the Dharmakaya. During reciting the Buddha's name, one should inhale and exhale regularly and comfortably; try not to lengthen or shorten your normal breath span because by trying to lengthen or shorten your breath, you may develop a respiratory problem. A person who come to the temple to help in the kitchen, dull-witted, and face is covered with soot, but diligently practises Buddha recitation will surely achieve the Pure Land rebirth; in contrast, an intelligent person spends all time in gossiping, rebirth in hells is inconceivable. In 'Letters From Patriarch Yin-Kuang,' Great Master Yin-Kuang said: "If practitioners experience difficulty in reaching one-pointedness of mind, you should focus your mind and recite with care. The main criteria of such concentration are utter sincerity and earnestness. It is very difficult to achieve one-pointedness of mind without utter sincerity. However, sincerity is not enough. Practitioners should next listen attentively to the recitation. Whether or not recitation is performed aloud, it should originate from the mind. It then proceeds from the mouth and enters the ears. Even if you recite silently, the marks of oral recitation still exist in the mind. With mind and mouth reciting clearly, the ears hearing clearly and the mind thus concentrated, deluded thoughts will cease by themselves." Pure Land practitioners should always remember that if we wish to attain liberation in this very life, we should concentrate on the Pure Land method. The Diamond Sutra and the Lotus Sutra should be temporarily set aside, until such time as you fully possess the Pure Land principles and achieve one-pointedness of mind through Buddha Recitation. If we spend time studying while we are trying to engage in cultivation, we may not have the time or the energy. Thus, we will achieve neither and lose the benefits of both. Also according to Great Master Yin-

Kuang, the thirteenth Patriarch of Chinese Pureland Buddhism Thirteen Patriarchs, if any practitioner wishes to achieve “singlemindedness” while reciting Buddha’s name to eliminate infinite karmic offenses in many reincarnations in the past, it is necessary to recite the Buddha’s name with one mind. First, settle and focus the mind, don’t let it become distracted, wander, or think aimlessly. Second, each line of Buddha Recitation must follow the previous one evenly, not too fast, not too slow, similar to a rain drop trickling down from the roof; the first drop does not wait for the next one, the next drop does not interfere with the first. Third, recite each word and each phrase clearly. Fourth, mouth chanting the Buddha’s name, eyes fixed on the Buddha’s statue, ear listening clearly to the sound of Buddha Recitation.

Buddha Recitation Samadhi: During repeating the Buddha’s name, the individual whole-heartedly thinks of the appearance of the Buddha or of the Dharmakaya. During reciting the Buddha’s name, one should inhale and exhale regularly and comfortably; try not to lengthen or shorten your normal breath span because by trying to lengthen or shorten your breath, you may develop a respiratory problem. A person who come to the temple to help in the kitchen, dull-witted, and face is covered with soot, but diligently practises Buddha recitation will surely achieve the Pure Land rebirth; in contrast, an intelligent person spends all time in gossiping, rebirth in hells is inconceivable. There are two kinds of samadhi: a fixed mouth samadhi and a fixed mind samadhi. According to Great Master Hui-Yuan in *The Thirteen Patriarchs of Pureland Buddhism*, Buddha Recitation Samadhi means “often remembering” and “having quiescence”. First, Often Remembering which means always to think and remember Amitabha Buddha and if this is the case, the mind will not be split into infinite directions; therefore, the cultivator is able to penetrate the state of “single mind of complete equality”; first, one mind which means the mind that has only “one determination,” that is “to gain rebirth in the Ultimate Bliss World”; and complete equality which means this mind is similar to the Mind of Buddhas, which is a mind of complete purity and quiescence. Second, having quiescence which means to have all our sentient beings’ delusional thoughts, filled with afflictions, become completely tranquil and quiet. If this is achieved, the cultivator will be able to enter the state of “pure mind and enlightened spirit.” These two states will naturally and spontaneously combine to depend on each other to give rise to an unfathomable connection with the Buddhas and Bodhisattvas. When pure mind exists, it will give rise to Wisdom. This wisdom shines through and penetrates all of the most profound and magnificent Dharma teachings. Enlightened spirit means the spirit will shine to all darkness, there is no area of ignorance does not reach it.

Tuyển Luận Thứ Ba Mươi Một
The Thirty-First Selective Essay

Pháp Môn Thiền Định

Thiền Là Gì?: Thiền na dịch là “tư duy.” Tư duy trong cõi sắc giới thì gọi là thiền. Thiền theo tiếng Phạn là Dhyana. Thiền là một yếu tố của Định; tuy nhiên, cả hai từ được dùng gần như lẫn lộn với nhau. Thiền là thuật ngữ Trung Hoa, do từ tiếng Phạn “Dhyana” mà ra. Thiền Na chỉ sự tập trung tinh thần và sự tĩnh tâm, trong đó mọi sự phân biệt nhị nguyên đều biến mất. Tịnh lự là làm vắng lặng dòng suy tưởng. Thiền Na là Ba La Mật thứ năm trong lục độ Ba La Mật (thực tập thiền na để được trí huệ Bát Nhã), trong đó tất cả mọi biện biệt giữa chủ thể và đối tượng, giữa thật và giả, đều bị xóa bỏ. Ch’an là chữ tương đương gần nhất của Hoa ngữ cho chữ “Dhyana” trong Phạn ngữ, có nghĩa là tĩnh lự. Tịnh lự hay định chỉ các tư tưởng khác, chỉ chuyên chú suy nghĩ vào một cảnh. Thiền là một trường phái phát triển tại Đông Á, nhấn mạnh đến vô niệm, hiểu thẳng thực chất của vạn hữu. Chữ Thiền được dịch từ Phạn ngữ “Dhyana”. Dhyana dùng để chỉ một trạng thái tịnh lự đạt được bởi buông bỏ. Thiền dùng để làm lắng dịu và loại bỏ luyến ái, hận thù, ganh ghét và si mê trong tâm chúng ta hầu đạt được trí tuệ siêu việt có thể dẫn tới đại giác. Thực tập thiền có thể dẫn đến định. Theo dấu tích ngược về thời một vị sư Ấn Độ tên là Bồ Đề Đạt Ma, người đã du hành sang Trung quốc vào đầu thế kỷ thứ sáu. Người ta tin rằng ông là vị tổ thứ 28 của dòng Thiền ở Ấn Độ và là vị tổ đầu tiên của dòng Thiền ở Trung Quốc. Trường phái này nhấn mạnh đến “thiền,” và một vài trường phái còn dùng những lời nói bí ẩn (công án) nhằm đánh bại lối suy nghĩ bằng nhận thức hay quan niệm, và hỗ trợ thực chứng chân lý. Khi nhìn lại nguồn gốc của Thiền, chúng ta thấy rằng người sáng lập thật sự của Thiền không ai khác hơn là Đức Phật. Qua quán tưởng nội tại mà Đức Phật đạt được chánh đẳng chánh giác và do đó trở thành bậc Giác Giả, vị Chúa của Trí Tuệ và Từ Bi. Trong đạo Phật có nhiều phương pháp tu tập và thiền định là một trong phương pháp chính và quan trọng nhất của Phật giáo. Theo lịch sử Phật giáo thì Đức Thích Tôn Từ Phụ của chúng ta đã đạt được quả vị Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác sau nhiều ngày tháng tọa thiền dưới cội Bồ Đề. Hơn 25 thế kỷ về trước chính Đức Phật đã dạy

rằng thực tập thiền là quay trở lại với chính mình hầu tìm ra chân tánh của mình. Chúng ta không nhìn lên, không nhìn xuống, không nhìn sang đông hay sang tây, hay bắc hay nam; chúng ta nhìn lại chính chúng ta, vì chính ở trong chúng ta và chỉ ở trong đó thôi là trung tâm xoay chuyển của cả vũ trụ. Mãi đến ngày nay, chúng ta vẫn còn kính thờ Ngài qua hình ảnh tọa thiền lắng sâu trong chánh định của Ngài. Thiền tông được truy nguyên từ thời Đức Phật lặng lẽ đưa lên một cánh sen vàng. Lúc ấy hội chúng cảm thấy bối rối, duy chỉ có Ngài Đại Ca Diếp hiểu được và mỉm cười. Câu chuyện này ngầm nói lên rằng yếu chỉ của Chánh Pháp vượt ngoài ngôn ngữ văn tự. Trong nhà Thiền, yếu chỉ này được người thầy truyền cho đệ tử trong giây phút xuất thân, xuyên phá bức tường tri kiến hạn hẹp thông thường của con người.

Yếu chỉ mà Ngài Đại Ca Diếp nhận hiểu đã được truyền thừa qua 28 vị tổ Ấn Độ cho đến tổ Bồ Đề Đạt Ma. Tổ Bồ Đề Đạt Ma là một thiền sư Ấn Độ có chí hướng phụng hành theo kinh Lăng Già, một bản kinh của tông Du Già. Ngài du hóa sang Trung Quốc vào năm 470 và bắt đầu truyền dạy Thiền tại đây. Sau đó Thiền tông lan tỏa sang Triều Tiên và Việt Nam. Đến thế kỷ thứ 12 Thiền tông phổ biến mạnh mẽ và rộng rãi ở Nhật Bản. Thiền theo tiếng Nhật là Zen, tiếng Trung Hoa là Ch'an, tiếng Việt là "Thiền", và tiếng Sanskrit là "Dhyana" có nghĩa là nhất tâm tĩnh虑. Có nhiều dòng Thiền khác nhau tại Trung Hoa, Nhật Bản và Việt Nam, mỗi truyền thống đều có lịch sử và phương thức tu tập của riêng mình, nhưng tất cả đều cho rằng mình thuộc dòng thiền bắt đầu từ Đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Thiền sử cho rằng Đức Phật đã truyền lại tinh túy của tâm giác ngộ của Ngài cho đệ tử là Ca Diếp, rồi tới phiên Ca Diếp lại truyền thừa cho người kế thừa. Tiến trình này tiếp tục qua 28 vị tổ Ấn Độ cho đến tổ Bồ Đề Đạt Ma, người đã mang Thiền truyền thừa vào Trung Hoa. Tất cả những vị đạo sư Ấn Độ và Trung Hoa thời trước đều là những vị Thiền sư. Thiền là một trong những pháp môn mà Đức Phật truyền giảng song song với giới luật, bố thí, nhẫn nhục và trí tuệ. Một số hành giả muốn lập pháp môn Thiền làm cốt lõi cho việc tu tập nên Thiền tông dần dần được thành hình. Nguyên lý căn bản của Thiền tông là tất cả chúng sanh đều có Phật tánh, tức là hạt giống Phật mà mỗi người tự có sẵn. Nguyên lý này được một số Thiền sư trình bày qua câu "Tất cả chúng sanh đều đã là Phật", nhưng chỉ vì những tâm thái nhiễu loạn và những

chương ngại pháp đang còn che mờ tâm thức mà thôi. Như vậy công việc của thiền giả chỉ là nhận ra tánh Phật và để cho tánh Phật ấy phát hào quang xuyên vượt qua những chương ngại pháp. Vì tiền đề cơ bản để chứng đạt quả vị Phật, tức là chủng tử Phật đã nằm sẵn trong mỗi người rồi nên Thiền tông nhấn mạnh đến việc thành Phật ngay trong kiếp này. Các vị Thiền sư tuy không phủ nhận giáo lý tái sanh hay giáo lý nghiệp báo, nhưng không giảng giải nhiều về những giáo lý này. Theo Thiền tông, người ta không cần phải xa lánh thế gian này để tìm kiếm Niết Bàn ở một nơi nào khác, vì tất cả chúng sanh đều có sẵn Phật tánh. Hơn nữa, khi người ta chứng ngộ được tánh không thì người ta thấy rằng sinh tử và Niết Bàn không khác nhau.

Thiền tông nhận thức sâu sắc những giới hạn của ngôn ngữ và tin chắc rằng công phu tu tập có chiều hướng vượt qua phạm vi diễn đạt của ngôn ngữ. Hành thiền là quay trở lại trong mình hầu tìm ra chân tính của chính mình. Chúng ta không nhìn lên, không nhìn xuống, không nhìn sang đông hay sang tây, sang bắc hay sang nam; mà là nhìn lại chính chúng ta, vì chính ở trong chúng ta và chỉ trong đó thôi mới là trung tâm xoay chuyển của cả vũ trụ. Vì vậy Thiền tông đặc biệt nhấn mạnh đến việc thực nghiệm và không đặt trọng tâm vào việc hiểu biết suông. Do đó nên với người tu Thiền thì điều quan trọng trước tiên là phải gắn bó với một vị Thiền sư có nhiều kinh nghiệm. Bốn phận của vị Thiền sư là đưa thiền sinh đi ngược trở lại cái thực tại hiện tiền bất cứ khi nào tâm tư của thiền sinh còn dong ruổi với những khái niệm có sẵn. Hiểu theo nghĩa này, Thiền là một tôn giáo mang học thuyết và các phương pháp nhằm mục đích đưa tới chỗ nhìn thấy được bản tính riêng của chúng ta, và tới giác ngộ hoàn toàn, như Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã trải qua dưới cội Bồ Đề sau một thời kỳ thiền định mãnh liệt. Hơn bất cứ một phái Phật giáo nào, Thiền đặt lên hàng đầu sự thể nghiệm đại giác và nhấn mạnh tới tính vô ích của các nghi lễ tôn giáo. Con đường ngắn hơn nhưng gay go trong tu hành là “tọa thiền.” Những đặc trưng của Thiền có thể tóm tắt bằng bốn nguyên lý sau đây: Giáo ngoại biệt truyền; bất lập văn tự; trực chỉ nhân tâm; kiến tánh thành Phật. Theo quan điểm bí truyền: Thiền không phải là một tôn giáo, mà là một nguồn gốc không thể xác định được và không thể truyền thụ được. Người ta chỉ có thể tự mình thể nghiệm. Thiền không mang một cái tên nào, không có một từ nào, không có một khái niệm nào, nó là nguồn của tất cả các tôn giáo, và các tôn giáo chỉ là những hình thức

biểu hiện của cùng một sự thể nghiệm giống nhau. Theo nghĩa này, Thiền không liên hệ với một truyền thống tôn giáo riêng biệt nào, kể cả Phật giáo. Thiền là “sự hoàn thiện nguyên lai” của mọi sự vật và mọi thực thể, giống với sự thể nghiệm của tất cả các Đại Thánh, các nhà hiền triết và các nhà tiên tri thuộc tất cả mọi tôn giáo, dù có dùng những tên gọi khác nhau đến mấy để chỉ sự thể nghiệm ấy. Trong Phật giáo, người ta gọi nó là “sự đồng nhất của Sanh tử và Niết bàn.” Thiền không phải là một phương pháp cho phép đi đến sự giải thoát đối với một người sống trong vô minh, mà là biểu hiện trực tiếp, là sự cập nhật hóa sự hoàn thiện vốn có trong từng người ở bất cứ lúc nào.

Theo quan điểm công truyền: Thiền là một phái của Phật giáo Đại Thừa, phát triển ở các thế kỷ thứ sáu và thứ bảy, nhờ sự hòa trộn Phật giáo Thiền do tổ Bồ Đề Đạt Ma du nhập vào Trung Quốc và Đạo giáo. Tuy nhiên, theo các truyền thống Phật giáo, có năm loại Thiền khác nhau: Ngoại đạo Thiền, Phạm phu Thiền, Tiểu Thừa Thiền, Đại Thừa Thiền, và Tối thường thừa Thiền. Thiền ngoại đạo gồm nhiều loại khác nhau. Chẳng hạn như Thiền Cơ Đốc giáo, thiền thiêng liêng và thiền siêu việt, vân vân. Phạm phu thiền là sự tập trung tinh thần đến chỗ sâu xa, vận động thể dục thể thao, trà đạo thiền, và những nghi thức khác. Tiểu thừa thiền là quán tâm vô thường, quán thân bất tịnh và quán pháp vô ngã. Thiền Đại thừa là a) quán pháp sanh diệt là tự tánh của chư pháp; b) quán sự thật về cái gì thuộc về hình tướng bên ngoài đều hư dối không thật; c) quán sự hiện hữu, không và trung đạo; d) quán thật tướng của mọi hiện tượng; e) quán sự thâm nhập hỗ tương qua lại của mọi hiện tượng; f) quán mọi hiện tượng tự chúng là tuyệt đối. Tất cả sáu pháp quán này tương đương với lời Phật dạy trong Kinh Hoa Nghiêm: “Nếu bạn muốn biết rõ tất cả chư Phật ba đời quá khứ, hiện tại và vị lai, thì bạn nên quán tánh của pháp giới là tất cả chỉ do tâm tạo mà thôi.” Tối thường thừa Thiền được chia ra làm ba loại: Nghĩa Lý Thiền, Như Lai Thiền và Tổ Sư Thiền.

Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Tu Du-già thì trí phát, bỏ Du-già thì tuệ tiêu. Biết rõ hay lẽ này thế nào là đắc thất, rồi nỗ lực thực hành, sẽ tăng trưởng thêm trí tuệ (282). Gìn giữ tay chân và ngôn ngữ, gìn giữ cái đầu cao, tâm mến thích thiền định, riêng ở một mình, thanh tịnh và tự biết đầy đủ, ấy là bậc Tỳ kheo (362). Này các Tỳ Kheo, hãy mau tu thiền định! Chớ buông lung, chớ mê hoặc theo dục ái. Đừng đợi đến khi nuốt hờn sắt nóng, mới ăn năn than thở (371). Ai nhập vào

thiền định, an trụ chỗ ly trần, sự tu hành viên mãn, phiền não lậu dứt sạch, chứng cảnh giới tối cao, Ta gọi họ là Bà-la-môn (386).”

Hành Giả Tu Thiền Trong Đạo Phật Là Ai?: Người tu thiền là ai? Con người ấy cố gắng tu tập nhằm đạt được giác ngộ từng phần hay giác ngộ hoàn toàn. Người tu thiền phải nên biết thân này là hư giả, vọng tưởng là hư giả không thật. Một khi nhận chân ra được cái ngã hư giả là biết được lý vô ngã mà Đức Phật đã dạy trong kinh điển. Đức Phật giác ngộ từ tu tập thiền định; chư tổ cũng theo bước chân Phật mà đạt thánh giác ngộ. Như vậy, chúng ta có con đường nào khác để đi nếu chúng ta muốn thành đạt giác ngộ hay sao? Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng tinh thần chân chính của thiền định là dùng trí tuệ để thấy được lẽ thật là thân và tâm không thật. Khi mà chúng ta thấy được cái lẽ thật ấy rồi thì chúng ta mới có thể buông bỏ lòng tham chấp và sân hận để tâm chúng ta được thanh tịnh và tỉnh thức, từ đó chúng ta mới thấy được cái chân thật của chính mình, đó là giải thoát bằng trí tuệ. Đức Phật chỉ là người cung cấp cho chúng ta những chỉ dẫn mà thôi, còn thì hoàn toàn tùy thuộc vào chúng ta áp dụng hay không áp dụng những kỹ thuật này trong cuộc sống hằng ngày của chính mình. Như vậy người tu thiền là người đang tu tập thiền quán trong từng phút giây của cuộc đời mình. Có lẽ người ấy đã đạt được từng phần hay toàn phần giác ngộ. Khi tu tập Thiền, hành giả nhận biết rằng thân này không thật, rằng cái gọi là tâm đó vô thường, rằng ao ước vọng tưởng không thật, rằng chư pháp không có cái gọi là ‘ngã’. Chư tổ trong Phật giáo thường nói, “Kinh điển là miệng Phật, còn Thiền là tâm Phật. Miệng Phật và tâm Phật không phải là hai thứ khác nhau.” Những gì đức Phật nói ra là từ tâm của Ngài; vì vậy mà Thiền và kinh điển không phải là hai thứ khác nhau. Nhiều người vẫn còn hiểu lầm rằng Thiền là một tông phái ngoại giáo chứ không phải Phật giáo vì tông phái này không truyền bằng những lời dạy trong kinh điển, mà là tâm truyền tâm. Tông phái này không dựa vào kinh điển. Tuy nhiên, sau khi hiểu thấu đáo, chúng ta sẽ thấy rằng Thiền và kinh điển không có gì khác cả. Đức Phật đã đạt đến giác ngộ để thành Phật từ tu tập thiền quán; các vị thầy sau này cũng theo chân Ngài mà đạt được giác ngộ. Như vậy chúng ta tu thiền là tu tập con đường giác ngộ của đức Phật, chứ không là con đường nào khác. Tinh thần chân chính của Thiền Phật giáo là dùng trí tuệ để thấy được chân lý; để thấy thân này và tâm này không thật. Khi chúng ta thấy được chân lý

ấy rồi thì chúng ta buông bỏ tham sân để tâm chúng ta trở nên tỉnh lặng. Ngoài ra, khi tu tập thiền quán, chúng ta còn thấy được cái chân thật trong chính chúng ta, đó chính là giải thoát bằng trí tuệ. Đức Phật chỉ có thể là cung cấp cho chúng ta những hướng dẫn về tu tập thiền quán. Còn thì hoàn toàn tùy thuộc vào chúng ta có áp dụng những kỹ thuật thiền định này vào cuộc sống hằng ngày của mình hay không mà thôi.

Mục Đích Của Việc Hành Thiền: Phải, mục tiêu tối hậu của thiền Phật giáo là chứng ngộ toàn giác, hoàn toàn tự chủ và tâm trí tuyệt đối lành mạnh hay trạng thái niết bàn qua điều phục tâm và gột rửa hết thấy những bợn nhơ tinh thần. Tuy nhiên, ngoài cái mục tiêu tối hậu ấy còn có những lợi ích mà hành giả có thể thọ hưởng được. Thiền tập có thể gợi nguồn cảm hứng cho chúng ta khám phá trạng thái sáng suốt minh mẫn (sự thông minh) và sự phong phú của phẩm cách tự nhiên của chính mình. Hành thiền cũng có thể giúp chúng ta khơi dậy tiềm năng trong tâm, suy nghĩ sáng suốt, hiểu biết sâu sắc, và cân bằng và làm dịu đi tình trạng căng thẳng trong tâm. Hành thiền là một tiến trình sáng tạo nhằm biến đổi những cảm xúc vọng động và tư tưởng bất thiện thành trạng thái tinh thần điều hòa và thanh sạch. Nếu hành thiền có nghĩa là kỷ luật tinh thần hay phương pháp trau dồi tâm trí, thì khỏi phải nói gì cả, tất cả mọi người không phân biệt giới tính, màu da, chủng tộc, hay bất luận là lỗi phân chia nào đi nữa, đều nên hành thiền. Xã hội tân tiến hiện nay đang sa lầy vào trong những vọng động và quyền rũ mà chỉ có công phu thiền tập mới mong kiểm soát được. Tất cả chúng ta nên tỉnh thức và nhận diện ra sự kiện chúng ta cần phải thay đổi cách sống bằng cách thay đổi nhân sinh quan mà chúng ta đang có, và muốn được như vậy, chúng ta cần phải tu tập thiền quán. Chúng ta cần phải thông suốt sự khác biệt giữa cái “Bản Ngã” và “Tánh Giác”; và chỉ có công phu tu tập mới có khả năng làm cho sự khác biệt nhỏ dần; cho đến một lúc nào đó cả hai hòa nhập thành một, lúc đó chúng ta nhận diện được chân lý cuộc đời.

Có lẽ ai trong chúng ta cũng thấy rằng cuộc sống này đầy dẫy những khó khăn chướng ngại, hoang mang và bất công. Ngay những lúc mà mọi việc đều trôi chảy tốt đẹp, chúng ta cũng cảm thấy lo lắng rằng chúng sẽ không tồn tại lâu dài. Đây chính là lý do mà ai trong chúng ta cũng nên hành thiền. Nói về thiền, tại sao chúng ta phải tu thiền? Chúng ta thường nghe nói đến thuật ngữ “định” hay “thiền”, tức

là phương thức làm cho tâm mình an định. Khi tâm được an định, nó không vọng động và chúng ta đạt được nhất điểm tâm. Mục đích của thiền là làm tan chảy đi khối vọng tưởng chồng chất bấy lâu nay của chúng ta. Cái còn tồn đọng lại trong chúng ta chỉ là cái chân ngã và cuối cùng chúng ta thể nhập vào cảnh giới vô ngã. Nếu chúng ta không dừng lại ở đây, không nghĩ tưởng hay chấp trước về cảnh giới này, chúng ta sẽ tiếp tục tu tập cho đến khi chứng nhập vào Tuyệt đối. Như vậy thì phương pháp tu thiền có khác những phương pháp tu Phật khác hay không? Trong khi tụng kinh, niệm chú, niệm Phật, chúng ta ngồi yên và chỉ nhiếp tâm vào tụng kinh, niệm chú, hay niệm Phật mà thôi. Vì vậy khi tụng kinh, niệm chú, hay niệm Phật, chúng ta kiểm soát được cả thân, khẩu và ý nếu chúng ta không muốn cho ý rong ruổi (thân ngồi yên, khẩu chỉ tụng niệm và ý chỉ chú tâm vào việc tụng kinh, niệm chú, hay niệm Phật mà thôi). Cũng như thế, khi tu tập thiền định, chúng ta cũng kiểm soát được cả thân, khẩu và ý nếu chúng ta không muốn cho ý dong ruổi. Thật là khó khăn trong việc điều phục tâm ý; tuy nhiên, nếu chúng ta kèm giữ được thân khẩu là chúng ta cũng có nhiều công đức lắm rồi vậy. Nếu muốn đạt tới mức độ công đức cao hơn, chúng ta phải cố gắng điều phục cho bằng được tâm ý của mình. Mục đích chính của hành giả tu thiền là tầm cầu chân lý, tầm cầu giác ngộ. Trên cuộc hành trình này, nếu chúng ta bước đi một bước tức là chúng ta tiến gần đến giác ngộ một bước. Đức Phật là bậc Giác Ngộ, vì vậy học Phật là học phương pháp giác ngộ. Như vậy trên đường giác ngộ, càng tiến tới là càng đến gần với giác ngộ.

Thiền quán là tu tập để đạt được cái thấy vượt ra ngoài tầm mức thông thường, thấy một cách rõ ràng, chứ không chỉ thấy phớt qua nơi bề mặt, hay thấy cái dáng bề ngoài, mà là thấy sự vật đúng trong bối cảnh của nó, tức là thấy dưới ba đặc tướng hay 'tam pháp ấn' trong nhà Phật, đó là vô thường, khổ và vô ngã. Đây là ba dấu hiệu đặc thù của tất cả các pháp hữu vi, tất cả nhng hiện tượng sinh tồn. Chính thiền minh sát này dựa trên nền tảng của thiền vắng lặng, giúp cho hành giả có khả năng gột rửa tất cả mọi ô nhiễm trong tâm đến mức tận cùng, buông bỏ mọi ảo kiến về cái 'ngã', nhìn thấy thực tướng của vạn pháp và chứng ngộ Niết Bàn. Như vậy, cả hai pháp thiền vắng lặng và minh sát đều hỗ trợ cho nhau giúp hành giả chứng ngộ được Niết Bàn. Mục tiêu tối hậu của thiền là để loại trừ những bợn nhơ trong tâm của chúng ta. Trước khi đạt được mục tiêu này, hành giả sẽ có được những

lợi ích thiết thực như sẽ có một cái tâm bình an, tĩnh lặng và có đủ năng lực để chấp nhận những gì xảy đến cho mình. Thiền giúp chúng ta nhìn sự vật đúng như thực tướng của chúng chứ không phải thấy chúng qua những biểu hiện bên ngoài. Sự vật xuất hiện trước mắt chúng ta dưới trạng thái trường tồn, vững bền, đáng yêu và có thực chất, nhưng trên thực tế thì chúng không phải như vậy. Khi thực hành thiền quán, chúng ta sẽ tự mình thấy được sự sinh diệt của hiện tượng vật chất và tinh thần. Đồng thời chúng ta cũng ý thức được một cách rõ ràng hơn những diễn biến trong thân tâm mình. Chúng ta sẽ có đủ khả năng chấp nhận mọi chuyện xảy đến với mình với một phong cách an nhiên, chứ không bị xao động hay cảm xúc và đương đầu với hoàn cảnh một cách lạc quan hơn. Đúng, mục tiêu cao nhất trong thiền tập Phật giáo là chứng ngộ toàn giác, hoàn toàn tự chủ và tâm trí hoàn toàn lành mạnh hay trạng thái Niết Bàn, bằng cách điều phục tâm và gột rửa tận cùng những bợn nhơ tinh thần. Tuy nhiên, ngoài cái mục tiêu cùng tột ấy, thiền tập còn có nhiều lợi ích mà hành giả có thể hưởng được. Thiền gợi hứng cho ta khám phá trạng thái sáng suốt minh mẫn của chính mình, sự phong phú và phẩm cách tự nhiên của mình. Hành thiền còn có thể khơi dậy khả năng tiềm tàng trong tâm, giúp chúng ta suy nghĩ sáng suốt, hiểu biết thâm sâu, cân bằng trạng thái tâm và sự tĩnh lặng. Hành thiền là một tiến trình sáng tạo nhằm biến đổi những cảm xúc vọng động và những tư tưởng bất thiện thành trạng thái tinh thần hòa hợp và thanh sạch. Như vậy, nếu chúng ta chờ đến lúc ngồi xuống mới thực tập thiền trong một vài giờ thì những giờ khác trong ngày của chúng ta sẽ ra sao? Nếu nói tọa thiền là tu tập thiền định là chúng ta thật sự phá hủy cái khái niệm thật của thiền. Nếu chúng ta biết cách tu tập thiền định thì chúng ta phải biết lợi dụng tất cả thời giờ có được trong ngày của mình. Để làm được chuyện này, chúng ta nên thực tập thiền ngay trong những công việc hằng ngày của mình.

Thiền Không Phải Là Một Triết Học Lý Thuyết Không Thực Tiễn: Thiền không phải là một triết học lý thuyết để bàn cãi và tranh luận suông, mà là một đường lối hành động, một triết lý phải ứng dụng và thực hành từng giây phút trong đời sống hằng ngày của chúng ta. Để đạt được kinh nghiệm giác ngộ, mục đích tối thượng của nhà Thiền, cần phải ngồi thiền, nhưng tọa thiền không thôi chưa đủ. Thiền quán được dùng để phát triển trí tuệ, nhưng chúng ta phải khả dĩ đưa ra một

biểu hiện cụ thể về cái trí tuệ này, và để làm được việc này, chúng ta phải trau dồi chánh nghiệp. Nhiều người nghĩ rằng hành giả tu thiền quay lưng lại với thế giới để tự chìm mình trong thiền định trừu tượng. Đây là một quan niệm sai lầm. Tu tập thiền quán là biến công phu tọa thiền trở nên thành phần của cuộc sống hằng ngày, nhưng đồng thời cũng là làm việc, là hành động với lòng từ bi và kính trọng người khác, là đóng góp vào thế giới mà chúng ta đang sống hầu biến đổi thế giới này thành một thế giới tốt đẹp hơn. Thiền đạo không xa lìa cuộc đời để rút vào một môi trường biệt lập, mà là hòa nhập vào cuộc đời hầu biến đổi nó từ bên trong bằng hành động. Muốn làm những sinh hoạt thường nhật trong tinh thần nhà thiền, chúng ta thực hành cách quán tưởng trên mọi vật. Không chỉ thiền quán lúc đang ngồi mà thôi, mà còn phải áp dụng thiền quán trong đời sống hằng ngày. Khi đang rửa chén, chúng ta cũng phải thiền quán. Khi làm vườn, chúng ta cũng quán tưởng. Khi làm công việc tại sở, chúng ta cũng phải quán tưởng. Nói cách khác, chúng ta phải thiền quán bất cứ lúc nào trong cuộc sống hằng ngày của mình. Đối với người biết tu thì cuộc sống là Thiền, nhưng có nhiều người cho rằng cuộc sống là đau khổ. Kỳ thật, nếu chúng ta tạo nên cuộc sống của chúng ta là Thiền, thì cuộc sống chúng ta trở thành Thiền. Ngược lại, nếu chúng ta tạo ra cuộc sống khổ đau thì cuộc sống phải trở thành khổ đau. Chúng ta phải giữ tâm mình ở ngay sát na này trong Thiền, vì tâm hiện tiền này nối tiếp và trở thành sự sống Thiền của chính mình, như một điểm liên tục để nối kết thành đường thẳng.

Thật vậy, thiền không phải bằng các trau dồi lý luận mà bằng tu tập tâm thức. Phù hợp với thái độ của thiền đối với cái thấy trí thức, mục tiêu của giáo lý Thiền không giống như mục tiêu của Tây phương, một sự không ngắt gia tăng cái tinh vi của tư tưởng luận lý, phương pháp cốt yếu của thiền ở chỗ đặt người ta vào chỗ tiến thoái lưỡng nan, mà người ta phải cố thoát ra không phải bằng lý luận, mà bằng tâm thức ở trình độ cao hơn. Theo một vị thầy không phải là một vị thầy hiểu theo nghĩa Tây phương. Ông là một vị thầy vì ông làm chủ được tâm mình, do đó ông có thể truyền đạt cho người đệ tử điều duy nhất có thể truyền đạt được: cuộc sống của mình 'với tất cả những gì vị thầy có thể làm được, ông không thể làm cho người đệ tử nắm được sự vật, trừ phi người đệ tử đã chuẩn bị đầy đủ để nắm bắt. Nắm giữ được thực tại cứu cánh là việc mình phải tự làm lấy. Thật là vô dụng khi chỉ lý

luận suông rằng danh và tướng thì khác nhau, nhưng bản thể thì giống, hoặc danh và tướng được tạo thành bởi sự suy nghĩ của chúng ta. Chúng ta phải thực chứng qua thiền quán, chứ không phải bằng suy nghĩ, để không có sự chấp trước vào danh tướng, thì chừng đó chúng ta sẽ tự nhiên thấy rằng tất cả bản thể đều là một bằng chính kinh nghiệm của mình. Chừng đó chúng ta sẽ thấy tất cả mọi vật trong vũ trụ, từ mặt trời, mặt trăng, các vì sao, núi, sông, con người, vân vân, đều có cùng bản thể giống nhau.

Thiền Là Sự Phát Triển Của Tâm Thức: Thiền không khuyến khích hành giả liên hệ tới việc thờ cúng hay cầu nguyện một đấng siêu nhiên nào, mà là nhìn thẳng vào chân tính của mình để thấy rằng chân tính đó cũng chính là Phật tính. Muốn đến được sự nhận thức này, chúng ta phải tu tập, chúng ta phải thực hành. Làm sao chúng ta có thể khám phá được chân tánh nếu chúng ta cứ mù quáng chấp vào kinh sách mà không chịu tự mình thực hành? Nếu chúng ta đi đến một trung tâm thiền và hỏi chuyện với một vị thiền sư, có khi ông ta chỉ trả lời câu hỏi của chúng ta bằng sự im lặng. Đây là sự im lặng của tri thức. Điều này không có nghĩa là vị thiền sư không biết câu trả lời, nhưng ông ta lại cố cho chúng ta biết có những thứ không thể giải thích được bằng lời, những việc luôn chìm trong bóng tối cho tới khi chúng ta khám phá ra bằng chính kinh nghiệm của mình. Thiền quán (sự phát triển liên tục của tâm thức về một đối tượng nào đó trong lúc trầm tư hay thiền định). Đây là một trong tam vị mà Đức Phật đã dạy tọa thiền. Thiền là chữ tắt của “Thiền Na” có nghĩa là tư duy tĩnh lự. Đây là một trong những nghệ thuật dập tắt dòng suy tưởng của tâm, để làm sáng tỏ tâm tính. Thiền được chính thức giới thiệu vào Trung Quốc bởi Tổ Bồ Đề Đạt Ma, đầu trước đó người Trung Hoa đã biết đến, và kéo dài cho tới thời kỳ của các tông phái Thiền Thai. Theo Kinh Duy Ma Cát, cư sĩ Duy Ma Cát đã nói với ông Xá Lợi Phất khi ông này ở trong rừng tọa thiền yên lặng dưới gốc cây như sau: “Thưa ngài Xá Lợi Phất! Bất tất ngồi vững đó mới là ngồi thiền. Vả chẳng ngồi thiền là ở trong ba cõi mà không hiện thân ý, mới là ngồi thiền; không khởi diệt tận định mà hiện các oai nghi, mới là ngồi thiền; không rời đạo pháp mà hiện các việc phàm phu, mới là ngồi thiền; tâm không trụ trong cũng không ở ngoài mới là ngồi thiền; đối với các kiến chấp không động mà tu ba mươi bảy phẩm trợ đạo mới là ngồi thiền; không đoạn phiền não mà vào Niết Bàn mới là ngồi thiền. Nếu ngồi thiền như thế là chỗ Phật

ấn khả (chứng nhận) vậy. Là Phật tử, chúng ta phải luôn thấy được như vậy để từ đó có thể thường xuyên thực tập thiền quán hầu thanh tịnh thân tâm. Phần hành thiền được lưu truyền từ những kinh điển Phật giáo Nguyên Thủy, căn cứ trên những phương pháp mà chính Đức Phật đã áp dụng, pháp môn hành thiền đã đưa Ngài đến giác ngộ và Niết Bàn, và từ chính kinh nghiệm bản thân của Ngài trong sự phát triển tâm linh. Chữ “Thiền” thật sự không phải là từ tương đương với chữ “Bhavana” trong ngôn ngữ Nam Phạn, mà đúng theo nguyên nghĩa có nghĩa là mở mang hay phát triển, trau dồi hay làm cho trở thành, là sự nỗ lực xây dựng tâm vắng lặng và an trụ, có khả năng nhận thức rõ ràng bản chất thật sự của tất cả các pháp hữu lậu và chứng ngộ Niết Bàn, trạng thái tâm lành mạnh lý tưởng. Pháp môn hành thiền mà chính Đức Phật đã chứng nghiệm gồm có hai phần: (1) an trụ tâm là gom tâm vào một điểm, hay thống nhất, tập trung tâm vào một đề mục, hay nhất điểm tâm; (2) Thiền minh sát tuệ. Một trong hai phần này là samatha hay tập trung tâm ý hay trụ tâm vào một đề mục và không hay biết gì khác ngoài đề mục. Thiền tập bắt đầu bằng sự an trụ tâm. An trụ là trạng thái tâm vững chắc, không chao động hay phóng đi nơi khác. An trụ tâm là gì? Dấu hiệu của tâm an trụ là như thế nào? Nhu cầu và sự phát triển tâm an trụ như thế nào? Bất cứ sự thống nhất nào của tâm cũng là tâm an trụ. Tứ niệm xứ là dấu hiệu của tâm an trụ. Tứ chánh cần là nhu cầu thiết của tâm an trụ. Bất cứ sự thực hành hay phát triển nào, sự tăng trưởng nào của các pháp trên đều là sự phát triển của tâm an trụ. Lời dạy này chỉ một cách rõ ràng ba yếu tố của nhóm định: chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định cũng sinh hoạt và nâng đỡ lẫn nhau. Chúng gồm chứa sự gom tâm chân thật. Phải nói rõ rằng sự phát triển của tâm an trụ được dạy trong Phật giáo không chỉ riêng Phật giáo mới có. Từ trước thời Đức Phật các đạo sĩ Du Già đã có thực hành những pháp môn “thiền định” khác nhau, như hiện nay họ vẫn còn thực hành. Xứ Ấn Độ từ bao giờ vẫn là một vùng đất huyền bí. Nhưng pháp hành Du Già đã áp dụng nhiều nhất ở Ấn Độ chỉ đưa đến một mức độ nào chứ không hề vượt xa hơn. Thiền định hay sự phát triển tâm linh, hay quán chiếu về khổ, vô thường và vô ngã. Thiền định trong các trường phái Phật giáo tuy có khác nhau về hình thức và phương pháp, nhưng cùng có một mục tiêu chung là làm tinh thần tập trung, thanh thản và trong suốt như một dòng sông nước trong mà người ta có thể nhìn thấy tận đáy, từ đó ý thức biết được sự thể

nghiệm về ngộ, giải thoát và đại giác. Ngoài ra, cố gắng thực tập thiền định thường xuyên nếu hành giả chưa nhập vào chân lý thì ít ra cũng sẽ giúp chúng ta xa rời nhị nguyên phân biệt. Thiền cũng là quá trình tập trung và thấm nhập nhờ đó mà tâm được yên tĩnh và nhất tâm bất loạn (qui nhất), rồi đi đến giác ngộ. Thiền định để chỉ những giáo lý thiền thuộc về Phật giáo, nhưng áp dụng đặc biệt vào Thiền Tông. Là một tông phái Phật giáo Đại Thừa, Thiền là một tôn giáo thoát khỏi giáo điều mà chỉ hướng thẳng đến sự tự chứng ngộ. Tỷ như sự tự chứng ngộ của Đức Phật Thích Ca dưới cội cây Bồ Đề sau khi nỗ lực tu tập. Thiền tông Việt Nam bao gồm các phái Lâm Tế, Tào Động, và Trúc Lâm.

Phát Triển Toàn Thể Con Người: Danh từ “hành thiền” không thể nào tương đương được với từ “bhavana” mà nguyên nghĩa là mở mang và trau dồi, mà là mở mang và trau dồi tâm. Đó là nỗ lực nhằm xây dựng một cái tâm vắng lặng và an trụ để có thể thấy được rõ ràng bản chất thật sự của tất cả các pháp hữu vi và cuối cùng chứng nghiệm được niết bàn. Pháp hành thiền không chỉ dành riêng cho người Ấn Độ hay người Trung Hoa, hay chỉ cho thời Đức Phật còn tại thế, mà là cho tất cả mọi người, bất kể họ từ đâu đến, bất kể họ theo tôn giáo nào hay thuộc chủng tộc nào. Thiền tập không phải là pháp môn mới có hôm qua hay hôm nay. Từ vô thủy, người ta đã hành thiền bằng nhiều phương cách khác nhau. Sau khi chứng ngộ, một lần Đức Phật đã khẳng định: “Chưa hề bao giờ và sẽ không bao giờ có sự phát triển tâm linh hay thanh lọc bợn nhơ nơi tinh thần nào mà không nhờ hành thiền. Hành thiền là phương cách mà Ta đã chứng ngộ và đạt được Chánh đẳng Chánh giác.” Tất cả các tôn giáo đều có dạy về một loại thiền, nhằm rèn luyện tâm trí để phát triển nội tâm. Có thể là im lặng nguyện cầu, tụng niệm kinh thánh cá nhân hay tập thể, hay tập trung vào một đề mục, một nhân vật hay một ý niệm thiêng liêng nào đó. Và người ta tin rằng những cách thực tập tâm linh ấy, đôi khi có thể đưa đến kết quả là nhìn thấy thánh linh hay các đấng thiêng liêng, để có thể nói chuyện với các ngài, hay nghe được tiếng nói của các ngài, hay một vài chuyện huyền bí có thể xảy ra. Chúng ta không thể cả quyết một cách chắc chắn những điều đó là những hiện tượng thực có hay chỉ là ảo tưởng, là trí tưởng tượng, là ảo giác, hay chỉ là một cái gì chỉ hiển hiện trong tâm hay trong tiềm thức. Nhưng Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng, theo giáo thuyết nhà Phật, tâm là một năng lực có

thể gây nên tất cả những hiện tượng trên. Các kinh điển Phật giáo có ghi rằng do chúng đạt thiền định qua sự phát triển các giác quan, con người có thể đắc thần thông. Nhưng một điều cực kỳ quan trọng phải nhớ là thiền trong Phật giáo không phải là trạng thái tự thôi miên hay hôn mê. Nó là trạng thái tâm thanh tịnh, trong đó các dục vọng và khát vọng đều được khắc phục, từ đó tâm trở nên an trụ và tĩnh thức. Hành thiền chắc chắn không phải là sự lưu đày tự nguyện để tách rời khỏi cuộc sống, cũng không phải là thực tập cái gì đó cho kiếp sau. Hành thiền phải được áp dụng vào công việc của cuộc sống hằng ngày, và kết quả phải đạt được bây giờ và ở đây. Thiền không phải tách rời với công việc hằng ngày, mà nó là một phần của đời sống. Chúng ta vẫn tham gia các hoạt động thường nhật, nhưng giữ cho mình thoát được cảnh hối hả rộn rịp của thành phố và những phiền toái bức bối của thế gian, việc này nói dễ khó làm, nhưng nếu cố gắng thiền tập chúng ta có thể làm được. Bất cứ sự thiền tập nào cũng đều giúp chúng ta rất nhiều trong việc đối phó với các diễn biến trong cuộc sống một cách trầm tĩnh. Và chính sự trầm tĩnh này sẽ giúp chúng ta vượt qua những khổ đau và phiền não trong đời. Theo Phật giáo, hành thiền là một lối sống. Đó là lối sống trọn vẹn chứ không phải là sinh hoạt rời rạc. Pháp hành thiền là nhằm phát triển toàn thể con người chúng ta. Chúng ta hãy cố gắng đạt được sự toàn hảo ấy ở đây và ngay trong kiếp này, chứ không phải đợi đến một thời hoàng kim nào đó trong tương lai. Chúng ta sẽ thành gì nếu chúng ta vẫn tham gia những sinh hoạt thường nhật mà không vướng mắc, không mắc kẹt, không rắc rối với những trở ngại của thế tục. Chúng ta có phải là những chân tử của Đức Như Lai hay không. Vâng, chúng ta đích thực là những chân tử của Đức Như Lai. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng pháp hành thiền được dạy trong Phật giáo không nhằm gạt gỡ tâm linh với một đấng tối thượng nào, cũng không nhằm đạt đến những chứng nghiệm huyền bí, mà chỉ nhằm thành tựu vắng lặng và trí tuệ, và chỉ với một mục đích duy nhất là đạt được sự giải thoát không lay chuyển của tâm mình. Điều này chỉ thực hiện được khi chúng ta tận diệt mọi nhớ bợn tinh thần mà thôi. Trong quá khứ, nhiều người tin rằng pháp hành thiền chỉ riêng dành cho chư Tăng Ni mà thôi, sự việc đã thay đổi, ngày nay hầu như mọi người đều thích thú lưu tâm đến thiền tập. Nếu hiểu rằng thiền là một kỷ luật tinh thần, hay một phương pháp trau dồi tâm trí thì mọi người nên hành thiền, bất kể là nam hay nữ, già hay trẻ, Tăng hay

tục. Pháp hành thiền là một hiện tượng đặc thù của kiếp con người, do đó phải được đề cập theo quan điểm của con người, với những cảm giác và kiến thức của con người. Bản chất những khó khăn của con người và phương cách giải quyết những khó khăn ấy chủ yếu thuộc về tâm lý. Pháp thiền và huyền bí không tồn tại cùng một lúc. Đó là hai việc hoàn toàn khác biệt nhau. Trong khi huyền bí đưa chúng ta lìa khỏi thực tại, thì pháp thiền hành mang chúng ta trở về với thực tại, vì qua phép hành thiền chân chánh chúng ta có thể thấy được những ảo vọng và ảo tượng của chính mình không bị chúng lừa dối nữa. Điều này mang đến cho chúng ta một sự chuyển hóa toàn diện về con người của mình. Điều này là tháo gỡ những gì ta đã học ở thế tục. Chúng ta lại phải dứt bỏ nhiều điều mà trước kia chúng ta đã học và đã thích thú giữ chặt một khi chúng ta nhận ra rằng chúng chỉ là những trở ngại mà thôi.

Thiền Quán Trong Phật Giáo: “Zen” là lối phát âm của Nhật Bản của danh từ Ch’an của Trung Hoa, mà từ này lại là lối phát âm theo từ Dhyana của Phạn ngữ có nghĩa là “thiền.” Điểm đặc biệt của công phu tu tập đạt đến giác ngộ của Đức Phật là quán chiếu nội tâm. Vì lý do này mà nhiều người tin rằng rằng họ thiền quán để thành Phật. Vâng, họ đúng. Mục tiêu cuối cùng của bất cứ người con Phật nào cũng là thành Phật; tuy nhiên, thiền tự nó không làm cho bất cứ chúng sanh nào thành Phật. Thiền là phương pháp thâm cứu và quán tưởng, hay là phương pháp giữ cho tâm yên tĩnh, phương pháp tự tỉnh thức để thấy rằng chân tánh chính là Phật tánh chứ không là gì khác hơn. Tuy nhiên, truyền thống tư duy của Phật giáo không đơn giản như vậy. Truyền thống tư duy của Phật giáo khác với truyền thống tư duy của các tôn giáo khác vì Phật giáo coi thiền định không thôi tự nó chưa đủ. Chúng ta có thể nói, với Phật giáo, thiền định tựa như mình mài một con dao. Chúng ta mài dao với mục đích để cắt vật gì đó một cách dễ dàng. Cũng như vậy, qua thiền định chúng ta mài dũa tâm mình cho một mục đích nhất định, trong trường hợp tu theo Phật, mục đích này là trí tuệ. Trí tuệ có thể xóa tan vô minh và cắt đứt khổ đau phiền não. Trong những giờ phút trước khi đạt được đại ngộ, chính Đức Phật đã thực hành cách quán chiếu nội tại trong suốt bốn mươi chín ngày, cho đến lúc Ngài đột nhiên đạt được sự giác ngộ và trở thành Phật. Khi Ngài quay lại với chính Ngài, Ngài tìm thấy chân tánh của mình, hay Phật tánh, và Ngài đã thành Phật. Đó là mục tiêu tối thượng của ‘Thiền’.

Thiền theo Phật giáo khác hẳn thiền của những tôn giáo khác. Đa số các tôn giáo khác đặt một thượng đế tối cao trên con người, từ đó con người phải lắng lòng cầu nguyện và thờ lạy đấng thượng đế, với quan niệm cho rằng sự thật phải đến từ bên ngoài. Trong khi đó, thiền Phật giáo quan niệm sự thật không phải đến từ bên ngoài, mà từ bên trong. Sự thật nằm ngay trong tự tánh của chúng ta chứ không phải nơi nào khác. Thiền tập là cố sống làm sao cho tâm được bất động trong thế giới liên tục biến động này. Thiền tập là cố sống như nước, chứ không như sóng trào hay bọt nổi. Nước thì bất động, vô tác và vô vi; trong khi các đợt sóng sinh rồi diệt, bọt nổi rồi tan. Hành giả nên luôn nhớ tâm mình như một dòng suối bất tận của các niệm, thiền tập là tập nhìn vào tâm một cách liên tục, và cứ sống như nước, bình đẳng cuốn trôi hết tất cả những gì vào dòng suối đang chảy này. Theo Phật giáo, mỗi chúng sanh đều có Phật tánh, và trở thành Phật chỉ là quay vào chính mình để tìm lại cái Phật tánh này mà thôi. Phật tánh này luôn sẵn có ở trong và luôn chiếu sáng. Giống như mặt trời và mặt trăng, luôn luôn chiếu sáng, nhưng khi bị mây che phủ, chúng ta không thấy được ánh nắng hay ánh trăng. Mục đích của người tu thiền là loại trừ những đám mây, vì khi mây tan thì chúng ta lại thấy nắng thấy trăng. Tương tự, chúng ta luôn có sẵn Phật tánh bên trong, nhưng khi tham dục, chấp trước và phiền não che phủ, Phật tánh không hiển hiện được. Trong Phật giáo, thiền làm công việc của một ngọn đuốc đem lại ánh sáng cho một cái tâm u tối. Giả như chúng ta đang ở trong một căn phòng tối tăm với một ngọn đuốc trong tay. Nếu ngọn đuốc quá mờ, hay nếu ngọn đuốc bị gió lay, hay nếu tay chúng ta không nắm vững ngọn đuốc, chúng ta sẽ không thấy được cái gì rõ ràng cả. Tương tự như vậy, nếu chúng ta không thiền đúng cách, chúng ta sẽ không bao giờ có thể đạt được trí tuệ có thể xuyên thủng được sự tăm tối của vô minh để nhìn thấy bản chất thật sự của cuộc sống và cuối cùng đi đến chỗ đoạn tận được khổ đau và phiền não. Rõ ràng cốt lõi của đạo Phật hay cốt lõi của Thiền là tu tập bằng trí tuệ, chứ không bằng cách đui tu mù luyện. Nếu mục đích tu thiền của chúng ta nhằm đạt được thần thông hay xuất hồn, vân vân, là chúng ta không phải tu theo Phật. Tu thiền trong Phật giáo chúng ta phải thấy được cái thật tánh và phải sống với nó. Vì vậy, Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng thiền chỉ là một phương tiện, một trong những phương tiện hay nhất để đạt được trí huệ trong đạo Phật. Hơn nữa, nhờ đạt được trí tuệ mà người ta có thể thấy được đúng sai và

có thể tránh được ham mê cực độ những dục lạc giác quan hoặc hành hạ thân xác đến độ thái quá.

Thiền Chỉ: Chỉ là một trạng thái thiền định biểu trưng sự nhất tâm (hay tâm tụ vào nhất điểm) trên một vật thể, còn gọi là thiền an trụ. Một trong bảy định nghĩa của Thiền Định, được diễn tả như là Xa-Ma-Tha hay Tam Ma Địa, có nghĩa là dẹp yên tâm loạn động, hay là để cho tâm yên định, dừng ở một chỗ. Tâm định chỉ ư như rút xứ, khác với “quán” là xác nghiệm bằng chứng cứ. Chỉ là dẹp bỏ các vọng niệm, còn quán dùng để chứng nghiệm chân lý. Về mặt lý thuyết mà nói, bất cứ vật thể nào cũng có thể được dùng làm điểm tập trung, dù vậy những vật thể như thân Phật vẫn được người ta ưa thích dùng làm điểm tập trung hơn. Chỉ được thành đạt khi tâm có khả năng trụ yên một chỗ trên vật thể một cách tự nhiên không cần phải nỗ lực, và có khả năng trụ tại đó trong thời gian người đó muốn mà không bị phóng dật hay tán loạn quấy rầy. Người ta nói có sáu điều tiên quyết trước khi thành đạt được “Chỉ”, trụ nơi thích hợp, thiếu dục, tri túc, không có nhiều sinh hoạt, tịnh giới và phải hoàn toàn rũ bỏ mọi vọng niệm. Chỉ là điều cần có trước khi đạt được trí huệ “Bát Nhã”.

Pháp hành thiền an trụ trong Phật giáo đưa đến tột đỉnh là đắc thiền và pháp thiền tuệ dẫn đến tầng Thánh hay giải thoát. Vị hành giả liên tục kiên trì nỗ lực thực hành thiền tuệ dẫn đến việc tháo gỡ những thằng thúc hay dây trói buộc chúng sanh vào vòng luân hồi sanh tử, và tiến đạt đến tầng Thánh cuối cùng là A La Hán. Đức Phật không thỏa mãn với các tầng thiền và các kinh nghiệm huyền bí. Mục tiêu duy nhất của Ngài là chứng đắc Toàn Giác và Niết Bàn. Sau khi đã gom tâm hoàn toàn an trụ và vắng lặng bằng thiền định, Ngài có thể phát triển thiền tuệ, tức là pháp hành khả dĩ giúp cho hành giả nhìn thấy sự vật đúng như sự vật là như vậy, tức là thấy được thực tướng của sự vật, chứ không phải chỉ thấy bề ngoài, hình như sự vật là như vậy. Nói cách khác, đó là thấu đạt bản chất thật sự của chính mình, rõ ràng và tường tận như thật sự bản chất của mình là như vậy.

Tiếng Phạn Tam Ma Địa có nghĩa là trạng thái tâm vắng lặng, là một phương pháp huấn luyện tâm tập trung tư tưởng. Thiền Tam Ma Địa liên quan tới việc gom tâm vào một điểm. Thiền Chỉ là một trong hai phương pháp chính của Thiền, nó được định nghĩa bằng lắng dịu hay làm cho cái tâm sinh động nghỉ ngơi, hay làm cho tâm gắn vào một chỗ, một vị trí nào đó. Thiền chỉ lo việc dẹp bỏ vọng, hơn là quán

chiếu. Khi thân thể chúng ta nghỉ ngơi thì chúng ta gọi đó là “chỉ”; khi tâm chúng ta quán chiếu để thấy rõ vấn đề thì chúng ta gọi đó là “quán.” Một trong bảy tên gọi của thiền định (thu nhiếp tâm vào một duyên, xa lìa mọi tán loạn; trong các cảnh nhiễm tịnh mà tâm không vọng duyên). Tam Ma Địa còn là sự yên tĩnh lâu dài của tinh thần được thực tập trong trường phái Yogachara và bây giờ được các sư Tây Tạng thực tập như một hệ thống thiền định tổng thể. Sự nhất tâm, một trong yếu tố tinh thần trong thiền thức. Tuy nhiên, Samatha hàm nghĩa rút lui thụ động trong khi Vipassana (minh sát) hàm nghĩa thực hiện tích cực qua thiền tập, làm ngưng bật những trở ngại. Những trở ngại trong khi phát triển Samatha được vượt qua trong 9 giai đoạn tinh thần, sáu sức mạnh và bốn hoạt động tâm thần. Thiền chỉ là thiền vắng lặng. Hành thiền theo bốn mươi đề mục nhằm mục đích đạt được tâm vắng lặng. Sự bình an do chế ngự được một số phiền não và chướng ngại. Khi các cơ quan trong người nghỉ ngơi là chỉ, đối lại với “quán” là tâm trí nhìn thấu suốt rõ ràng. Thiền Chỉ được diễn tả như là Xa-Ma-Tha hay Tam Ma Địa, có nghĩa là dẹp yên tâm loạn động, hay là để cho tâm yên định, dừng ở một chỗ. Tâm định chỉ ư như thừ, khác với “quán” là xác nghiệm bằng chứng cứ. Chỉ là dẹp bỏ các vọng niệm, còn quán dùng để chứng nghiệm chân lý. “Samatha” là từ Bắc Phạn, có nghĩa là tâm đang dừng nghỉ một điểm trên đối tượng mà không có nhiều tư duy khởi lên và tâm trở nên ổn định và yên tĩnh. Nói cách khác, trong thiền chỉ, tâm dừng nghỉ trong sự yên tĩnh. Giữ tâm trên một điểm không phải là thiền chỉ, vì thiền chỉ đúng nghĩa, đối tượng mà chúng ta tập trung phải là điều gì đó tích cực. Thiền chỉ được áp dụng để ngăn chặn quá nhiều tư duy khởi lên. Chúng ta có thể nghĩ rằng thiền chỉ là một trạng thái không có tự tưởng. Không phải như vậy, trong thiền chỉ tâm rất yên tĩnh, rất vững chắc và trong sáng đến nỗi nó có thể phân biệt hết thấy thế giới hiện tượng và thấy mọi sự vật hết sức rõ ràng. Tính rõ ràng này được Phật giáo gọi là “Minh Sát” hoặc sự nhìn thấu bên trong sự vật, được phát triển qua thiền chỉ. Theo Kinh Bảo Vân, tâm chúng ta có nhiều tư duy, chúng ta không thể tập trung trên đối tượng của chú ý. Nếu tâm có thể tập trung tại một điểm mà không có sự xao lãng là chúng ta đang có thiền chỉ. Trong thiền chỉ, tâm được liên tục hướng vào bên trong để nó trở nên yên tĩnh, và tất cả những xao lãng bên ngoài đều được dẹp yên. Trở ngại chính của thiền chỉ là những xao lãng bên ngoài như cảnh tượng, âm thanh và vị

giác. Sự phát triển của chỉ xảy ra khi tâm hướng vào bên trong một cách liên tục và một cách tự nhiên dừng nghỉ trong trạng thái đó. Thiền Chỉ đặt liên hệ giữa tinh thần và đối tượng, phục hồi sự chú tâm, và chú tâm liên tục. Trong Thiền Chỉ chỉ có sự thanh thản không cố gắng. Có sáu sức mạnh của Thiền Chỉ: Nghe học thuyết, suy nghĩ, sức chú tâm, hiểu rõ, tập trung năng lượng, và lòng tự tin tự nhiên.

Theo Sư Khenchen Thrangu trong “Sự Thực Hành về Thiền Chỉ và Thiền Quán”, có ba loại căn bản của Thiền Chỉ trong mối quan hệ với đối tượng của Thiền. *Thứ nhất là Thiền với một đối tượng bên ngoài:* Lúc đầu chúng ta cần một đối tượng để thiền giống như một đứa trẻ cần học mẫu tự trước khi đọc một quyển sách. Chúng ta có thể đặt trước mặt mình một miếng ván hay một cục đá nhỏ và tập trung tư tưởng trên đó. Để cho tâm được ổn định, chúng ta bắt đầu sự chú ý của chúng ta trên một đối tượng, trước tiên là một đối tượng ô nhiễm, rồi sau đó giới thiệu một đối tượng tinh khiết giống như một hình tượng của Đức Phật hoặc dấu hiệu của một vị thần, hoặc một âm tiết đặc biệt. Mục đích của sự thiền định trên một đối tượng là sự dừng nghỉ của tâm trên đối tượng đó để phát triển sự tập trung. *Thứ nhì là Thiền không với một đối tượng bên ngoài:* Lúc đầu chúng ta tu tập thiền với một đối tượng và dần dần chuyển đến thiền không có đối tượng bên ngoài, mà tâm hướng vào bên trong, tập trung trên hình ảnh của Đức Phật với hình thức của một vị thần Yidam giống như hình ảnh của Đức Quán Thế Âm trong Mật giáo. Chúng ta có thể hình dung hình ảnh ấy trên đầu, trước mặt, hay mừng tượng chính thân thể của mình là vị thần ấy. Nên nhớ mục đích của thiền không phải là để đơn thuần nhìn trừng trừng vào một hình ảnh, mà là tập trung vào hình ảnh để tâm mình trở nên tinh mịch và ổn định. *Thứ ba là Thiền ở trên bản chất tự nhiên của mọi sự vật:* Ngừng nghỉ trong bản chất có nghĩa là tâm không được tập trung trên bất cứ thứ gì, mà là ngừng nghỉ trong một trạng thái không dao động và ổn định hoàn toàn. Nghĩa là chúng ta không xử dụng bất cứ năm thức nào của các thức không có khái niệm mà chúng ta đã từng kinh nghiệm một thị giác, âm thanh, mùi hương, vị nếm, hoặc cảm giác xúc chạm nơi thân thể. Ngược lại, chúng ta chỉ lưu ý đến hai loại thức: ổn định và không ổn định. Trong các thức không ổn định, thường được gọi là ý thức, bao gồm tất cả các loại tư duy khởi lên, có lúc chúng ta có cảm giác bị kích động và thích thú, lúc khác chúng ta chúng ta lại thấy chán ghét và không hạnh phúc. Đây là

loại thức bình thường của đa số chúng ta. Thức ổn định là loại thức hoàn toàn không bị ảnh hưởng bởi những tư duy tốt xấu, các kinh nghiệm vừa ý hoặc không vừa ý. Như vậy chúng ta thiền với thức thứ sáu, gọi là ý thức bởi vì thức này có quan hệ với các khái niệm. Nó liên quan với quá khứ, hiện tại, tương lai, tốt, xấu, cũng như tất cả các phiền não khác nhau, vân vân. Căn gốc của tất cả các thứ phiền não này là ý thức, vì chính nó là căn gốc của tất cả các tư duy và khái niệm. Vì vậy, trong thiền chúng ta kiểm soát ý thức vì thức này nó kinh nghiệm hết thấy các tư duy, ảo tưởng, và các cảm thọ. Chúng ta phải kiểm soát ý thức lúc nó nhận biết sự vật khác bên ngoài (khi tâm hướng ngoại và suy nghĩ) và ngay cả lúc nó nhận biết về tự ngã (sự nhận biết hết sức trực tiếp về điều gì chúng ta đang tư duy). Khi chúng ta tu tập thiền, ý thức của chúng ta đang được hấp thụ sang thức căn bản. Hãy để cho những tư duy khởi lên rồi cũng đừng nghĩ lại trong tâm vì chúng chỉ là trò chơi hoặc sự biểu lộ của tâm mà thôi; cũng giống như những đợt sóng trong đại dương lớn mạnh lên khi trời lộng gió; đến khi trời yên lặng thì những đợt sóng cũng chìm xuống và đại dương lại trở về trạng thái yên tĩnh. Mục tiêu tối hậu của thiền chỉ là làm sao cho ý thức được yên tĩnh và không có tư duy nào xuất hiện để tâm trở nên ổn định và thư giãn.

Thiền Minh Sát: Minh sát tuệ có nguyên nghĩa là 'thấy bằng nhiều cách' hay năng lực quán sát đối tượng thân tâm qua ánh sáng của vô thường, khổ não và vô ngã của mọi hiện tượng về cả vật chất lẫn tinh thần. Công phu tu tập biệt quán hay thiền “Minh Sát” giúp phát triển một trạng thái tâm thức tỉnh giác và khả năng biện biệt sắc bén có thể trực nhận được thực tại tối hậu, vô ngã và không có tự thể kiên cố. Trong truyền thống Nguyên Thủy thì biệt quán được tu tập với “Tứ Niệm Xứ”: chánh niệm về thân, về những cảm thọ, về tâm thức và về các pháp. Khi quán sát tường tận 4 pháp này, hành giả nhận thức được 3 đặc điểm: vô thường, khổ, và không có tự thể kiên cố. Bằng cách quán sát hơi thở, quán sát những cảm giác của thân thể, quán sát những dạng tâm tưởng khác nhau và những tâm sở trong từng giây từng phút một, ngay đó hành giả nhận ra không hề có kẻ nào trong tâm thức của mình để điều động. Bản chất của chúng ta là vô ngã, không có một tự thể kiên cố nào để làm vừa lòng hay để bảo vệ. Biệt quán cũng được phát triển ngoài công phu thiền tọa. Bằng cách tỉnh thức một cách bén nhạy vào mỗi hành động, cảm thọ và tư tưởng, hành giả quán

sát được ai đang thực hiện và ai đang kinh nghiệm những việc này, chỉ tìm thấy một dòng chảy liên tục của những hành động tâm thức và những biến động vật lý mà không có một chủ thể kiên cố hay một cái ngã nào làm chủ nhân ông cả, ngay đó hành giả nhận biết được tánh vô ngã. Kết hợp pháp môn biệt quán với pháp môn tịnh trụ, hành giả có thể tẩy sạch dòng chảy của tâm thức để thoát khỏi những tâm thái nhiễu loạn và những nghiệp lực gây nên khổ đau phiền não nữa.

Thiền Quán của Bồ Tát Đại Thừa là thiền trên sự “Vô Ngã” của thế giới hiện tượng. Một vị Bồ Tát thực hành thiền định đặt căn bản trên Lục Độ Ba La Mật. Nhận biết sự vô ngã của thế giới hiện tượng là nhận biết rằng nội thức và thế giới hiện tượng bên ngoài là trống không một cách tự nhiên. Vì vậy, hành giả Đại Thừa tin rằng nguồn cội của luân hồi là các phiền não, và gốc của phiền não là chấp vào bản ngã. Loại bỏ sự bám víu vào một bản ngã là con đường giải thoát khỏi luân hồi sanh tử. Thiền Quán trên tánh không cũng được gọi là Quán Duyên Khởi, nghĩa là tất cả thế giới hiện tượng khởi lên có một sự phụ thuộc vào thế giới hiện tượng khác, và vì lẽ đó không có sự hiện hữu thật của chính nó. Để loại bỏ các phiền não, theo Lạt Ma Khenchen Thrangu trong quyển “Sự Thực Hành về Thiền Chỉ và Thiền Quán”, các hành giả Đại Thừa thiền trên bản tính tự nhiên của thế giới hiện tượng bên trong và bên ngoài bằng chi tiết để khám phá ra rằng chúng hoàn toàn không có thực chất, giống như các bong bóng trong nước. Bằng sự nhận thức này, các phiền não tự nhiên biến mất. Niềm tin về thế giới hiện tượng bên ngoài làm mê muội sự hiểu biết, và sau khi sự hiểu biết mê muội này được loại bỏ, chúng ta được giải thoát khỏi luân hồi.

Thiền Minh Sát theo Truyền Thống Kim Cang Thừa là loại thiền nhằm thấu hiểu bản tính tự nhiên về tánh không ngang qua thiền phân tích. Hành giả bây giờ xem xét để thấy ai đang nhận biết, ai có sự hiểu biết này, và hành giả nhận thấy rằng người nhận biết không hiện hữu (chỉ có một tập hợp ngũ uẩn trong một cá thể gọi là ‘hành giả’). Như thế, hành giả nhận biết về sự trống rỗng của vạn hữu. Điều này được hiểu như trí tuệ phân biệt hoặc Bát nhã phân biệt. Theo Lạt Ma Khenchen Thrangu trong quyển “Sự Thực Hành về Thiền Chỉ và Thiền Quán”, Siddhas là những bậc thầy của Kim Cang Thừa nói rằng khi chúng ta nhìn trực tiếp vào sân hận, sân hận không xuất hiện. Sự sân hận có bản chất trống rỗng của chính nó. Nó đi đến từ trạng thái trống

rõng tự nhiên của chính nó. Đây là phương pháp đặc biệt của Thiền Quán Kim Cang Thừa về đối trị sân hận: nhìn trực tiếp vào bản tính tự nhiên của sân hận.

Thiền Quán của các hàng Thanh Văn và Duyên Giác được đặt căn bản trên Tứ Diệu Đế. Với loại Quán này, sự bình yên được căn cứ trên Tứ Diệu Đế như sự mô tả về Luân Hồi và Niết Bàn. Chân lý thứ nhất là mô tả về luân hồi được gọi là sự thật về khổ. Chân lý thứ hai là nguồn gốc hay nguyên nhân của khổ, nó bắt nguồn từ nghiệp và các phiền não. Chân lý thứ ba là sự dập tắt xảy ra nếu nghiệp và các phiền não bị loại bỏ, và kết quả này là ở trong Niết Bàn. Chân lý thứ tư là thực hành theo con đường sự thật dẫn đến sự dập tắt khổ. Theo Quán của Thanh văn và Duyên Giác, nguyên nhân về các phiền não được nhận biết như sự chấp thủ đến các ý tưởng về ngã hoặc về “Tôi” hoặc “của tôi”. Sự tin tưởng về một bản ngã là một ảo giác, bởi vì thực sự không có ngã hoặc vật phụ thuộc về cái ngã đó. Khi chúng ta có khả năng nhận biết về sự vắng mặt của “Ngã” trong Thiền Quán, bấy giờ sự chấp thủ đối với bản ngã tự nhiên bị triệt tiêu ngay. Vì vậy, thiền quán chính yếu của Thanh Văn là thiền trên sự vắng mặt của bản ngã.

Thiền Minh Sát Theo Truyền Thống Ngoại Đạo là trầm tư các khía cạnh của chư pháp. Thí dụ như chúng ta trầm tư về một phiền não thô thiển, giống như sân hận trong thiền. Chúng ta có thể nhận thức rằng sân hận có hại đến với chính mình và những người khác và rằng tâm không sân hận sẽ yên tĩnh và bình yên. Vì vậy, thật dễ dàng để thấy các lợi ích về sự vắng mặt của phiền não thô là sân hận, đó là sự bình yên. Vì vậy, với loại thiền này, chúng ta có thể khắc phục sự sân hận. Kỳ thật, không có gì sai trái đối với loại hành thiền này, nhưng đây chỉ là loại thiền dùng để chế ngự các tâm độc hơn là để hiểu biết về tánh không hay sự vắng mặt của bản ngã.

Sự Liên Hệ Giữa “Chỉ” và “Minh Sát”: Thiền Chỉ là căn bản cho tất cả thiền định. Tất cả các trạng thái thiền định, bao gồm thiền quán (vipasyana), đều thoát thai và phụ thuộc vào thiền chỉ. Khi chúng ta đạt được Chỉ, chúng ta không ở trong trạng thái hôn trầm hoặc trạo cử. Khi thiền chỉ được phát triển, chúng ta hoàn toàn loại bỏ tâm trạo cử; ngược lại, lúc đó tâm chúng ta có năng lực thẩm tra hoặc phân tích sự vật hiện tại. Loại bỏ tâm trạo cử dẫn đến sự nhận thức mọi sự vật rõ ràng và minh bạch. Nói cách khác, chúng ta đang đi vào thiền quán. Cơ sở của Thiền Minh Sát là trạng thái tam muội, một trạng thái thiền

định không có các tư duy và khái niệm. Bản chất nguyên thủy của nó là cắt ngang tất cả những khái niệm sai lầm, không đúng, và sự hiểu lầm mà chúng ta có thể có. Căn bản của thiền minh sát là sự hiểu biết rõ ràng về sự vắng mặt của bản ngã. Một khi chúng ta đã phát triển được sự hiểu biết về vô ngã, chúng ta phải có khả năng trụ trên sự hiểu biết này một cách thư giãn hoàn toàn. Sự hợp nhất về sự ổn định của tâm (thiền chỉ) và sự nhìn thấu được bên trong sự vật (thiền quán) xảy ra khi tâm dừng nghỉ và yên tĩnh, không phải trong trạng thái bình thường, mà trong trạng thái trí tuệ.

Tọa Thiền: Thiền là một trong những nghệ thuật dập tắt dòng suy tưởng của tâm, để làm sáng tỏ tâm tính. Thiền được chính thức giới thiệu vào Trung Quốc bởi Tổ Bồ Đề Đạt Ma, đầu trước đó người Trung Hoa đã biết đến, và kéo dài cho tới thời kỳ của các tông phái Thiền Thai. Hành giả phải ngồi thiền là ngồi cho tới lúc trong không có thân tâm, ngoài không có thể giới, xa gần đều trống rỗng, nghĩa là đạt đến chỗ không có ngã tướng, không có nhân tướng, không có chúng sanh tướng, không có thọ giả tướng. Lúc đó tâm quá khứ không có, tâm hiện tại không có, tâm vị lai cũng không có. Thực hành thiền bằng cách ngồi hít thở rồi đếm từ một đến mười, rồi đếm ngược lại, vân vân. Đây chỉ là một trong nhiều phương pháp hành thiền. Nó chỉ có thể được thực hành khi bạn đang ngồi, nhưng khi bạn đang lái xe, đang nói chuyện, đang xem truyền hình, đang làm việc hoặc đang chơi đùa, vân vân, thì làm sao có thể đếm hơi thở được? Nên nhớ! Tọa thiền chỉ là một phần nhỏ trong thực tập thiền quán mà thôi. Chân thiết nghĩa của tọa thiền là cắt đứt dòng suy tưởng và giữ cho tâm không còn dong ruổi nữa. Hành giả nên luôn nhớ về phương pháp ‘trước khi suy nghĩ’ trong mọi sinh hoạt hằng ngày. Ngồi trong tư thế thiền định. Chữ “Thiền Na” có nghĩa là tư duy tĩnh lự. Đây là một trong những nghệ thuật dập tắt dòng suy tưởng của tâm, để làm sáng tỏ tâm tính. Kỳ thật, thiền không cần đến một tư thế đặc biệt nào cả. Ở trình độ cao, thiền được thực tập ngay trong tất cả những sinh hoạt, từ đi, đứng, làm việc, lái xe, vân vân. Trong lịch sử nhà Thiền, có nhiều vị thiền sư đã đạt được giác ngộ trong lúc rửa chén, nấu nướng, gánh nước, hay kiếm củi. Vì vậy làm cái gì chúng ta cũng đều làm với cái tâm tập trung, ấy là thiền. Nếu tâm được kiểm soát và hành giả luôn tỉnh thức trong mọi hành động, thì rửa chén cũng trở thành cỗ xe đưa chúng ta đến tự chứng được. Tuy nhiên, tọa thiền là phương cách tu tập tôn giáo

chính yếu trong các truyền thống nhà Thiền. Thiền cũng được xem như là phương tiện tiên khởi mà hành giả đạt được chứng ngộ và trong hầu hết các thiền viện người ta thực tập mỗi ngày vài tiếng đồng hồ. Lý tưởng là thực tập tọa thiền trong trạng thái tâm không vương mắc, không cố gắng, và cũng không tập trung vào một vật gì. Sự tu tập dựa vào khái niệm tất cả chúng sanh đều đã là Phật, nên trong lúc tu tập “tọa thiền” người ta cố buông bỏ tất cả những khái niệm đã được kết tập từ trước cũng như những suy nghĩ phân tích để cho cái Phật tánh này được hiển lộ một cách tự động. Khi tọa thiền hành giả phải luôn nhẫn nại, phải học cách chịu đau nơi lưng và nơi chân, vì khi mới bắt đầu tọa thiền chúng ta chưa quen với cách ngồi nên chúng ta cảm thấy đau và khó chịu nơi lưng và chân. Cách duy nhất để vượt qua là chúng ta phải kiên nhẫn mà thôi. Ngoài ra, chúng ta không nên hy vọng bất cứ thứ gì khi tọa thiền, ngay cả việc hy vọng giác ngộ vì ngay cái tư tưởng về hy vọng giác ngộ tự nó đã là một tư tưởng nhiễm ô. Chúng ta không thể nào thiền vài cử, hoặc thiền hôm nay rồi ngày mai thành Phật được. Như vậy trong khi ngồi thiền, đừng trông mong bất cứ thứ gì, đừng trông mong có kết quả mau mắn trong việc tọa thiền. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng tịnh tọa rất quan trọng, nhưng tịnh tọa thật sự không tùy thuộc vào có hay không có cái thân đang ngồi. Chúng ta đã biết chuyện Mã Tổ dụng công ngồi thiền và chuyện Nam Nhạc Hoài Nhượng mài ngói để làm gương soi. Nên nhớ những từ ngữ như tổ ngộ, tâm sáng suốt, đỏ, trắng, vân vân, chỉ là những tên gọi không hơn không kém. Nếu chúng ta nói tổ ngộ là cái tâm sáng suốt, vậy thì cái tâm sáng suốt là cái gì? Cái tâm sáng suốt cũng chỉ là cái tên, và tổ ngộ cũng chỉ là cái tên mà thôi. Tất cả những cái tên này chẳng có nghĩa lý gì cả. Nói tóm lại, chân chính ngồi nghĩa là dứt bật mọi vọng tưởng và giữ tâm bất động. Chân chính Thiền nghĩa là tâm sáng suốt vô nhiễm. Lời hay ý đẹp và nhận chân tọa thiền là trọng yếu, nhưng vương mắc vào chúng thì rất nguy hiểm, vì một khi chúng ta bị vương mắc vào chúng, chúng ta sẽ không thể thấu hiểu được việc tọa thiền chân chính.

Hai Thiền phái lớn là tông Tào Động và Lâm Tế có chút ít khác biệt về phương pháp tọa thiền. Tông Tào Động dạy cứ ngồi và tập trung tâm ý vào bản chất của tâm, tông này còn nhấn mạnh về “quả chứng sẵn có”, đồng thời không phân biệt giữa phương tiện và mục đích. Thay vì luôn cố gắng để thành đạt một cái gì đó, thì tông Tào

Động khuyến chúng ta hãy tự coi mình là cái đó và hãy ý thức về nó. Sự tĩnh lặng và tập trung tâm ý vào một chỗ duy nhất được phát triển qua tọa thiền trong tông Tào Động. Tông này tin rằng tư thế ngồi là sự biểu hiện hoàn thiện nhất của sự chứng ngộ viên mãn, nên sự tu tập về trí tuệ đặc biệt liên hệ tới sự ý thức hoàn toàn về thân trong tư thế ngồi trong từng giây phút. Tông Lâm Tế xử dụng công án để tu tập biệt quán. Mỗi thiền sư có những công án khác nhau, và mỗi công án có những mục đích khác nhau. Nhưng một cách căn bản, những nan đề ngẩn như “Cái gì là bản lai diện mục của người khi cha mẹ người chưa sinh ra?” hay “Cái gì là tiếng vỗ của một bàn tay?” thách thức quan niệm thông thường của con người về quan hệ giữa con người với thế giới. Người ta có thể sử dụng phép lý luận để hiểu về công án, nhưng chân ngộ vượt ra ngoài những giải thích của ngôn từ, và tùy thuộc vào sức mạnh của trí tuệ liên hệ đến bản chất tối hậu của con người. Điểm then chốt của việc quán chiếu công án không phải là để tìm ra lời giải đáp đúng. Thật ra, công án nhằm chống lại những khái niệm có sẵn trong trí óc của con người. Trí óc của người ta trở nên bất lực trước công án vì năng lực và cảm nhận thông thường của con người không thể nào hiểu được nghĩa của công án, vì thế mà công án được dùng để đánh thức một tâm thức đang yên ngủ. Một tâm thức hời hợt và giả tạo bên ngoài không thể nào trả lời được một công án, chỉ có tuệ quán sâu sắc mới làm được chuyện này mà thôi. Hành giả của tông Lâm Tế đạt được sự tĩnh trú bằng cách tập trung tâm ý vào một công án và đạt được tuệ giác đặc biệt để trả lời cho công án này.

Mọi người đều nhận thấy rằng tự bắt mình ngồi thiền mỗi ngày là khó khăn. Chúng ta thường tìm đủ mọi cách để khỏi phải ngồi thiền. Tuy nhiên, ứng dụng thiền quán trong cuộc sống hằng ngày lại càng khó khăn hơn nhiều. Mỗi ngày chúng ta làm việc ở sở, ở nhà, ở trường, hay tại bất cứ công việc nào, nếu chúng ta luôn kiểm soát được tâm mình, luôn hiểu được ý nghĩa của việc mình đang làm, hoặc nếu chúng ta có thể là điều ta làm, đó là chúng ta đang thiền quán vậy. Như vậy, chúng ta có thể thiền quán trong mọi sinh hoạt, nhưng cách hay nhất để điều phục tâm mình vẫn là tọa thiền. Trong truyền thống nhà Thiền, có hai cách ngồi, kiết già và bán già. Thế ngồi kiết già là đặt mỗi bàn chân lên trên đùi bên kia. Thế bán già là đặt một bàn chân lên đùi kia, còn bàn chân kia nằm trên mặt đất. Tuy nhiên, nếu thế ngồi bán già hãy còn quá khó, người mới tập thiền có thể hạ bàn chân

xuống khỏi đùi, đặt xuống đất ngay phía trước chân kia, hai cổ chân sát với nhau. Hai đầu gối chạm sát xuống nền nhà và càng xa nhau càng tốt. Gối ngồi thiền cao sẽ giúp cho hai đầu gối đạt đến vị thế đúng dễ dàng hơn. Nếu hành giả không thể ngồi trên sàn, thì có thể ngồi trên ghế. Điểm quan trọng nhất trong khi ngồi thiền là giữ cho thân thẳng thớm, vững vàng và thoải mái. Hành giả không nên để cho thân mình ngã nghiêng qua bên phải hay bên trái, gục ra phía trước hay ngã bật ra phía sau, mà phải giữ cho thân thẳng thớm. Khi thân đã được vững chắc nhờ ngồi đúng thế, thì tâm cũng sẽ được an định, và nhờ tâm an định mà hành giả có thể thực tập tinh thần định tĩnh dễ dàng. Khi thân đã thẳng thớm, hai bàn tay được đặt trong lòng, bàn tay trái bên trên bàn tay phải; cả hai bàn tay đều được đặt gần bụng dưới. Hai ngón tay cái chạm vào nhau ở phía trên, tạo nên một vòng tròn rộng. Vòng tròn rộng này có ý nghĩa là lúc hành thiền, trong khi hai bàn tay đều rộng không thì tâm của chúng ta cũng rộng không. Hai bàn tay không nắm giữ thứ gì và tâm cũng không nắm giữ thứ gì. Tâm luôn giữ trong trạng thái rộng. Hành giả không suy nghĩ về quá khứ và tương lai, cũng không lo cho hoàn cảnh bên ngoài, mà chỉ ngồi thiền với chính mình ngay đây và bây giờ. Khi ngồi quán tưởng một mình, mình có thể hé mắt nhìn xuống phía trước khoảng một thước. Nếu ngồi trong nhóm, tốt nhất là nên nhắm mắt lại để tránh bị lo ra. Lưỡi nên chạm vào đóc giọng (phần vòm phía trên trong miệng) để cho nước miếng không chảy ra quá nhiều. Điều quan trọng nhất trong thiền quán là điều tâm, khiến cho tâm trở về lại tánh tự nhiên của nó là yên và tĩnh. Để điều tâm, phương pháp đầu tiên và có hiệu quả nhất là tỉnh giác với hơi thở. Thở theo truyền thống nhà Thiền khác với lối thở Du Già, theo đó hành giả du già hít thật sâu và giữ hơi lại thật lâu. Trong khi với Thiền, thiền giả chỉ hít vào và thở ra nhẹ nhàng và tự nhiên, nhưng lúc nào cũng ý thức được hơi thở của mình. Hành giả không để cho tâm mình dong ruổi đó đây. Hành giả cột tâm vào chỗ này và bây giờ của hiện thực. Khi hành giả hít vào và thở ra xong một lần thì đếm một; khi xong vòng thứ hai thì đếm hai; cứ thế mà đếm cho tới mười. Rồi đếm ngược trở lại từ mười xuống một. Phương pháp này rất giản dị trên lý thuyết, nhưng không dễ thực hành. Khi thực hành, nhiều lúc chúng ta thấy tâm mình dong ruổi khỏi đề mục hành thiền. Có thể chúng ta đang đếm “Một, rồi không biết đến mấy? Hai, suy nghĩ không biết mình phải làm gì cho bữa ăn chiều? Ba, cảm thấy lo quá vì khi đi

làm về mình chưa khóa cửa xe, vân vân và vân vân.” Khi tâm dong ruổi, hành giả chỉ nên buông những vọng niệm và chú tâm trở lại vào hơi thở, chỉ thở vào và thở ra, hoàn toàn tỉnh giác với việc mình làm. Chỉ đếm hơi thở và không làm gì khác.

Thiền Hành: Trong các khóa thiền tập của chúng ta, đầu tiên chúng ta nên thực tập chánh niệm trong cả bốn tư thế. Chúng ta thực tập chánh niệm khi đi, khi đứng, khi ngồi và khi nằm. Chúng ta phải duy trì chánh niệm trong mọi thời khắc, ở mọi tư thế của mình. Tuy nhiên, tư thế chính trong thực tập thiền quán là tư thế ngồi với chân xếp chéo, nhưng vì cơ thể con người không thể chịu nổi tư thế ngồi này trong nhiều giờ mà không có sự thay đổi, nên chúng ta thay đổi những thời ngồi thiền này với những thời kinh hành, vì pháp kinh hành cũng rất quan trọng. Mặc dầu trong kinh không có ghi lại dạy chi tiết của đức Phật về pháp thiền hành, chúng ta tin rằng Ngài đã dạy cho các đệ tử thực hành pháp này khi Ngài còn tại thế. Những lời chỉ dạy này chắc chắn đã được các môn đệ của Ngài học hỏi rồi truyền lại từ thế hệ này sang thế hệ khác. Hơn nữa các vị thiền sư thời trước chắc chắn đã thiết lập các công thức giảng dạy thiền hành dựa vào sự tu tập của các ngài. Ngày nay, chúng ta đang có được những lời chỉ dẫn chi tiết về cách tu tập thiền hành. Như vậy, ngoài thời khóa thiền tọa chính thức, hành giả có thể thực hiện thiền hành. Bước từng bước thật chậm, hành giả tập trung tâm ý vào từng cử động và cảm thọ trong các động tác nhắc chân lên, đi tới và đặt chân xuống. Thực ra, trong tất cả các động tác hằng ngày như ngồi, đứng, nằm, nói chuyện, ăn uống hay bất cứ thứ gì, hành giả phải cố gắng tỉnh thức từng hành động và biến cố nhỏ nhất. Bằng cách tập trung tâm ý vào các cảm giác của hơi thở trong khi tọa thiền và vào từng cử động trong khi hành thiền, hành giả sẽ nhận thức rõ hơn sự phong phú của từng giây từng phút trong hiện tại. Hơn nữa, sự tập trung của hành giả giúp hành giả thoát khỏi cảnh “mộng tưởng hảo huyền” và những niệm tưởng đưa đến tâm thái nhiễu loạn. Nói tóm lại, dù đang đi kinh hành, chúng ta vẫn phải luôn để cho tâm mình được định tĩnh, nghĩa là chúng ta vẫn phải thực hành gom tâm nhắm vào một đối tượng, đối tượng có thể là vật chất hay tinh thần. Nghĩa là tâm luôn gắn chặt vào đối tượng, ngăn chặn mọi suy nghĩ phóng tâm, giao động hay trạo cử, vân vân, cũng như lúc chúng ta đang tọa thiền không sai khác. Tâm thức ở trạng thái tỉnh lặng, và hành giả hoàn toàn chứng nghiệm từng giây từng phút của đời sống.

Chúng ta hãy bàn luận một cách đặc biệt về cách thực tập thiền hành. Nếu chúng ta là những người sơ cơ, vị thầy sẽ dạy cho chúng ta sự chánh niệm về một chuyện duy nhất khi thiền hành, là phải chánh niệm về động tác bước chân, âm thầm ghi nhận trong tâm từng bước, từng bước, chậm rãi hơn bình thường. Thoạt tiên, hành giả có thể cảm thấy khó bước chậm lại, nhưng khi được hướng dẫn phải để tâm theo dõi mọi cử động của chân, và khi chúng ta thực sự chú tâm theo dõi chặt chẽ, thì tự nhiên mình sẽ bước chậm lại. Chúng ta không cần phải cố gắng bước chậm, nhưng khi chú tâm thật kỹ, các cử động chậm rãi sẽ tự động đến với mình. Thật vậy, nếu hành giả theo dõi các cử động đỡ chân lên, đưa chân tới trước, để chân xuống, chạm chân trên mặt đất, chúng ta phải chậm lại. Chỉ khi nào chúng ta chậm lại chúng ta mới thật sự có chánh niệm và hoàn toàn nhận thức được những động tác này. Nếu chúng ta đã tu tập thiền quán trong một thời gian dài, thì phương cách thực tập thiền hành thật ra rất đơn giản. Ban đầu chúng ta chỉ cần giữ chánh niệm vào hai động tác: bước chân tới và đặt chân xuống đất, trong khi ghi nhận trong tâm là ‘bước đi, đặt xuống’. Chúng ta phải cố gắng chú tâm vào hai giai đoạn trong mỗi bước: “bước tới, đặt xuống; bước tới, đặt xuống.” Sau đó, chúng ta sẽ được chỉ dẫn phải chánh niệm vào ba giai đoạn: đỡ chân lên, đưa chân tới trước, và đặt chân xuống. Sau đó nữa, chúng ta sẽ được chỉ dẫn phải chánh niệm vào bốn giai đoạn: đỡ chân lên, đưa chân tới trước, đặt chân xuống, và chạm hoặc ấn chân xuống đất. Lúc đó, chúng ta sẽ được chỉ dẫn phải chánh niệm trong tâm về bốn giai đoạn của động tác chân: “đỡ lên, bước tới, đặt xuống, ấn xuống đất.” Tuy nhiên, hành giả nên luôn nhớ rằng mặc dầu chúng ta theo dõi sát và bước chậm lại, có thể chúng ta cũng vẫn chưa thấy rõ tất cả các động tác và các giai đoạn của bước đi. Các giai đoạn này có thể chưa được minh định trong tâm, và chúng ta tưởng nh chúng kết tạo thành một động tác liên tục. Khi sự định tâm gia tăng mạnh hơn, chúng ta sẽ dần dần thấy rõ hơn về các giai đoạn khác nhau của một bước đi. Chúng ta sẽ nhận biết rõ ràng rằng cử động đỡ chân không trộn lẫn với cử động đưa chân ra phía trước, và chúng ta sẽ biết rõ là cử động đưa chân ra phía trước không có lẫn lộn với cử động đặt chân xuống đất, hoặc cử động ấn bàn chân xuống đất. Chúng ta sẽ nhận biết rõ ràng và phân biệt được cử động này. Những gì chúng ta quán niệm và tỉnh thức theo dõi sẽ trở nên rõ ràng trong tâm của mình.

Thỉnh thoảng có người chỉ trích kinh hành, cho rằng hành giả không được lợi lạc gì qua pháp thiền này. Nhưng chính đức Phật là người đầu tiên đã dạy pháp kinh hành. Trong kinh Đại Tứ Niệm Xứ, đức Phật đã dạy về pháp đi kinh hành hai lần. Trong đoạn ‘Các Oai nghi’, Ngài đã giảng rằng vị Tỳ Kheo phải biết ‘Tôi đang đi’ khi người ấy đi, phải biết ‘Tôi đang đứng’ khi người ấy đứng, phải biết ‘Tôi đang ngồi’ khi người ấy ngồi, phải biết ‘Tôi đang nằm’ khi người ấy nằm. Theo Kinh Đại Tứ Niệm Xứ, trong đoạn ‘Tĩnh Giác’, Đức Phật dạy: “Vị Tỳ Kheo phải biết áp dụng tỉnh giác khi đi tới và khi đi lui.” Tỉnh giác ở đây có nghĩa là thông hiểu chính xác những gì chúng ta đang quán sát. Để hiểu đúng những gì chúng ta đang quán sát, hành giả phải đạt được chánh định, và muốn có chánh định, hành giả phải biết quán niệm. Vì vậy, khi đức Phật nói, ‘Này các Tỳ Kheo, hãy áp dụng tỉnh giác,’ thì chúng ta phải hiểu rằng không phải chỉ áp dụng tỉnh giác, mà còn phải áp dụng quán niệm và chánh định nữa. Như thế, đức Phật đã dạy chúng ta áp dụng chánh niệm, chnh định và tỉnh giác khi bước đi, khi ‘bước tới và bước lui.’ Do đó, kinh hành là một phần quan trọng trong tiến trình thực tập thiền quán. Trong các giáo điển, Đức Phật thường dạy về 5 lợi ích của việc đi kinh hành. Thứ nhất, người đi kinh hành sẽ có sức chịu đựng bền bỉ cho những cuộc hành trình dài. Đây là điều kiện quan trọng vào thời của Đức Phật vì thời bấy giờ Tỳ Kheo và Tỳ Kheo Ni không có phương tiện di chuyển nào khác hơn đôi chân. Là hành giả của thời buổi hôm nay bạn có thể tự xem mình như các vị Tỳ Kheo, và có thể nghĩ đến lợi ích này đơn thuần như là tăng cường sức mạnh về thể chất. Thứ nhì, trong khi đi kinh hành, hành giả phải làm gấp ba lần sự cố gắng. Cố gắng về thể chất để nhấc chân lên và phải có sự cố gắng tinh thần để tỉnh thức vào việc kinh hành. Đây là yếu tố chánh tinh tấn trong Bát Thánh Đạo được Đức Phật giảng dạy. Nếu sự cố gắng gấp ba này tiếp tục trong suốt sự chuyển động từ nhấc chân lên, đặt chân xuống và di chuyển về phía trước thì chẳng những sức mạnh thể chất được tăng cường mà sức bền bỉ liên tục của tinh thần cũng sẽ được tăng cường. Điều này rất quan trọng cho lần hành thiền sắp tới. Thứ ba, sự quân bình giữa tọa thiền và kinh hành góp phần làm tốt sức khỏe của hành giả, việc này lại giúp hành giả tiến nhanh trong tu tập. Dĩ nhiên là rất khó thực tập tọa thiền lúc bạn không có sức khỏe tốt hay lúc bệnh hoạn. Ngồi nhiều quá có thể gây ra sự khó chịu về thể chất và có thể đưa tới bệnh hoạn.

Nhưng sự thay đổi tư thế và sự di chuyển trong khi đi thiền hành có thể phục hoạt các bắp thịt và kích thích sự lưu thông của máu. Điều này chẳng những giúp phục hoạt sức mạnh thể chất, mà còn giúp cho hành giả tránh được bệnh tật nữa. Thứ tư, thiền hành giúp cho việc tiêu hóa được dễ dàng. Việc tiêu hóa khó khăn sẽ đem lại nhiều bực bội khó chịu và có thể là một trở ngại trong việc tu tập. Kinh hành giúp cho việc bài tiết được dễ dàng, giảm thiểu được thụ miên và hôn trầm. Sau khi ăn và trước khi ngồi thiền, hành giả nên đi kinh hành để tránh buồn ngủ. Đi kinh hành ngay khi thức dậy vào buổi sáng là cách rất tốt để thiết lập chánh niệm và tránh được ngủ gật trong thời khóa tọa thiền đầu ngày. Thứ năm, kinh hành có thể giúp tạo nên sự định tâm lâu dài. Khi tâm tập trung vào mỗi chuyển động trong khi đi kinh hành, thì sự định tâm sẽ trở nên liên tục, mỗi bước đi tạo nên một căn bản vững chắc cho sự định tâm, và giúp cho tâm giữ được sự tập trung vào đề mục từ lúc này qua lúc khác, cuối cùng sẽ nhận chân được thực tướng của vạn hữu ở tầng mức thâm sâu nhất. Một hành giả không bao giờ chịu đi kinh hành sẽ gặp khó khăn khi tọa thiền. Nếu hành giả nào đi kinh hành đều đặn sẽ tự động có chánh niệm và chánh định trong thời khóa tọa thiền.

Thời Gian Thực Tập Thiền Quán & Xả Thiền: Chúng ta nên thực tập thiền mỗi ngày. Nên nhớ, chúng ta ăn mỗi ngày để nuôi dưỡng cơ thể. Tại sao chúng ta lại không dành một ít thì giờ để thanh lọc tâm vì phiền não luôn sát cánh với ta như bóng với hình? Đề nghị chúng ta nên thực tập thiền vào giờ sáng vì buổi sáng thân tâm của chúng ta đã được nghỉ ngơi không phải lo lắng việc gì của ngày hôm trước nữa. Thiền vào buổi tối trước khi đi ngủ cũng tốt cho thân tâm. Nếu chúng ta tạo được thói quen hành thiền mỗi ngày, sẽ tốt và lợi lạc cho chúng ta nhiều hơn. Thời gian thực tập bao lâu là tùy nơi khả năng của chúng ta. Nó tùy thuộc vào khả năng của từng người. Không có một qui tắc bó buộc nào. Ngồi được một giờ thì tốt. Nhưng lúc đầu chúng ta chưa thể ngồi được một giờ, chúng ta có thể ngồi chừng 30 hay 15 phút cũng được, rồi từ từ kéo dài thời gian ngồi cho đến khi chúng ta có thể ngồi lâu hơn. Nếu chúng ta ngồi trên một tiếng đồng hồ mà vẫn thấy thoải mái thì có thể tiếp tục thêm hai hay ba tiếng nếu thích. Hành giả nên luôn nhớ rằng chúng ta có thể tỉnh thức trong mọi việc mình làm vào bất kỳ lúc nào. Bất kỳ là đang làm việc, đang đi, đang nói, hay đang ăn, vân vân, chúng ta đều có thể thực tập thiền quán được. Như vậy

thực tập thiền quán là việc làm cả đời chứ không phải một ngày một bữa hay chỉ là công việc của một giờ hay nửa giờ. Mặc dầu mức độ tỉnh thức trong lúc hoạt động không mạnh bằng lúc đang tọa thiền hay lúc đang ở trong một khóa thiền tập nào đó, nhưng nói chung trong lúc sinh hoạt vẫn tỉnh thức được. Và khi chúng ta áp dụng sự tỉnh thức vào các vấn đề trong đời sống của mình, chúng ta có thể đối phó với chúng một cách hữu hiệu hơn.

Khi xả thiền bạn phải làm ngược lại tất cả, nghĩa là trước hết phải xả tâm, xả tức, rồi xả thân. Sau mỗi lần thiền định mà thấy thân tâm nhẹ nhàng sáng suốt, tức là buổi thực tập đó có kết quả. Khi thực tập mà thấy thân tâm có gì khác thường nên hỏi chuyện với thầy hoặc thiện hữu tri thức để khỏi lạc vào tà pháp. Phải nhớ lại coi mình đang ngồi ở đâu? Thời gian qua mình làm gì? Mình có bị tán loạn hay hôn trầm hay không? Mở miệng thở ra vài hơi thật dài cho khí nóng trong người giảm bớt và để phục hồi lại trạng thái bình thường. Từ từ duỗi hai tay, xoa nhẹ lên nhau, rồi áp lên mắt. Nhúc nhích nhẹ cổ và lưng. Uống nước một vài lần và nuốt chút nước miếng. Sau đó lấy tay xoa lên hai bắp đùi, rồi tháo lạt hai chân ra, xoa hai bắp chuối, hai bàn chân. Khi xong nên nhẹ nhàng đứng dậy, đi tới đi lui vài vòng sẽ cảm thấy thân khoan khoái, tâm nhẹ nhàng.

The Dharma Door of Buddhist Meditation

What Is Meditation?: Dhyana is considered meditating. Meditation in the visible or known is called Dhyana. Dhyana is Meditation (Zen), probably a transliteration. Meditation is an element of Concentration; however, the two words (dhyana and samadhi) are loosely used. Ch'an-na is a Chinese version from the Sanskrit word "Dhyana," which refers to collectedness of mind or meditative absorption in which all dualistic distinctions disappear. The fifth paramita (to practice dhyana to obtain real wisdom or prajna). In dhyana all dualistic distinctions like subject, object, true, false are eliminated. Ch'an is a Chinese most equivalent word to the Sanskrit word "Dhyana," which means meditation. To enter into meditation. A school that developed in East Asia, which emphasized meditation aimed at a non-conceptual, direct understanding of reality. Its name is believed to derive from the Sanskrit term "Dhyana." Dhyana is a general term for meditation or a

state of quietude or equanimity gained through relaxation. To meditate, to calm down, and to eliminate attachments, the aversions, anger, jealousy and the ignorance that are in our heart so that we can achieve a transcendental wisdom which leads to enlightenment. It traces itself back to the Indian monk named Bodhidharma, who according to tradition travelled to China in the early sixth century. He is considered to be the twenty-eighth Indian and the first Chinese patriarch of the Meditation tradition. The school's primary emphasis on meditation, and some schools make use of enigmatic riddles called "kung-an," which are designed to defeat conceptual thinking and aid in direct realization of truth. When looking into the origins of Meditation, we find that the real founder of Meditation is none other than the Buddha himself. Through the practice of inward meditation the Buddha attained Supreme Enlightenment and thereby became the Awakened One, the Lord of Wisdom and Compassion. In Buddhism, there are many methods of cultivation, and meditation is one of the major and most important methods in Buddhism. According to the Buddhist History, our Honorable Gautama Buddha reached the Ultimate Spiritual Perfection after many days of meditation under the Bodhi Tree. The Buddha taught more than 25 centuries ago that by practicing meditation we seek to turn within and discover our true nature. We do not look above, we do not look below, we do not look to the east or west or north or south; we look into ourselves, for within ourselves and there alone is the center upon which the whole universe turns. To this day, we, Buddhist followers still worship Him in a position of deep meditation. Meditation is traced to a teaching the Buddha gave by silently holding a golden lotus. The general audience was perplexed, but the disciple Mahakasyapa understood the significance and smiled subtly. The implication of this is that the essence of the Dharma is beyond words. In meditation, that essence is transmitted from teacher to disciple in sudden moments, breakthroughs of understanding.

The meaning Mahakasyapa understood was passed down in a lineage of 28 Indian Patriarchs to Bodhidharma. Bodhidharma, an Indian meditation master, strongly adhered to the Lankavatara Sutra, a Yogacara text. He went to China around 470 A.D., and began the meditation tradition there. It spread to Korea and Vietnam, and in the 12th century became popular in Japan. Zen is a Japanese word, in

Chinese is Ch'an, in Vietnamese is Thiền, in Sanskrit is "Dhyana" which means meditative concentration. There are a number of different Zen lineages in China, Japan and Vietnam, each of it has its own practices and histories, but all see themselves as belonging to a tradition that began with Sakyamuni Buddha. Zen histories claim that the lineage began when the Buddha passed on the essence of his awakened mind to his disciple Kasyapa, who in turn transmitted to his successor. The process continued through a series of twenty-eight Indian patriarchs to Bodhidharma, who transmitted it to China. All the early Indian missionaries and Chinese monks were meditation masters. Meditation was one of many practices the Buddha gave instruction in, ethics, generosity, patience, and wisdom were others, and the Ch'an tradition arose from some practitioners' wish to make meditation their focal point. An underlying principle in Zen is that all beings have Buddha nature, the seed of intrinsic Buddhahood. Some Zen masters express this by saying all beings are already Buddhas, but their minds are clouded over by disturbing attitudes and obscurations. Their job, then, is to perceive this Buddha nature and let it shine forth without hindrance. Because the fundamental requirement for Buddhahood, Buddha nature, is already within everyone, Zen stresses attaining enlightenment in this very lifetime. Zen masters do not teach about rebirth and karma in depth, although they accept them. According to Zen, there is no need to avoid the world by seeking nirvana elsewhere. This is because first, all beings have Buddha-nature already, and second, when they realize emptiness, they will see that cyclic existence and nirvana are not different.

Zen is accurately aware of the limitations of language, and gears its practice to transcend it. When we practice meditation we seek to turn to within and to discover our true nature. We do not look above, we do not look below, we do not look to the east or to the west, or to the north, or to the south; we look into ourselves, for within ourselves and there alone is the center upon which the whole universe turns. Experience is stressed, not mere intellectual learning. Thus, associating with an experienced teacher is important. The Zen teacher's duty is to bring the students back to the reality existing in the present moment whenever their fanciful minds get involved in conceptual wanderings. In this sense, Ch'an is a religion, the teachings, and practices of which

are directed toward self-realization and lead finally to complete awakening or enlightenment as experienced by Sakyamuni Buddha after intensive meditative self-discipline under the Bodhi-tree. More than any other school, Ch'an stresses the prime importance of the enlightenment experience and the useless of ritual religious practices and intellectual analysis of doctrine for the attainment of liberation. Ch'an teaches the practice of sitting in meditative absorption as the shortest, but also steepest, way to awakening. The essential nature of Ch'an can be summarized in four short statements: Special transmission outside the orthodox teaching; nondependence on sacred writings; direct pointing to the human heart; leading to realization of one's own nature and becoming a Buddha. Esoterically regarded, Ch'an is not a religion, but rather an indefinable, incommunicable root, free from all names, descriptions, and concepts, that can only be experienced by each individual for him or herself. From expressed forms of this, all religions have sprung. In this sense, Ch'an is not bound to any religion, including Buddhism. It is the primordial perfection of everything existing, designated by the most various names, experienced by all great sages, and founders of religions of all cultures and times. Buddhism has referred to it as the "identity of Samsara and Nirvana." From this point of view, Ch'an is not a method that brings people living in ignorance to the goal of liberation; rather it is the immediate expression and actualization of the perfection present in every person at every moment.

Exoterically regarded, Zen, or Ch'an as it is called when referring to its history in China, is a school of Mahayana Buddhism, which developed in China in the 6th and 7th centuries from the meeting of Dhyana Buddhism, which was brought to China by Bodhidharma, and Taoism. However, according to Buddhist traditions, there are five different kinds of Zen: Outer Path Zen, Common People's Zen, Hinayana Zen, Mahayana Zen, and Utmost Vehicle Zen. Outer Path Zen: Outer Path Zen includes many different types of meditation. For example, Christian meditation, Divine Light, Transcendental Meditation, and so on. Common People's Zen: Common People's Zen is concentration meditation, Dharma Play meditation, sports, the tea ceremony, ritual ceremonies, etc. Hinayana Zen: Hinayana Zen is insight into impermanence, impurity, and non-self. Mahayana Zen:

Mahayana Zen a) insight into the existence and nonexistence of the nature of the dharmas; b) insight into the fact that there are no external, tangible characteristics, and that all is empty; c) insight into existence, emptiness, and the Middle Way; d) insight into the true aspect of all phenomena; e) insight into the mutual interpenetration of all phenomena; f) insight that sees that phenomena themselves are the Absolute. These six are equal to the following statement from the Avatamsaka Sutra: “If you wish thoroughly understand all the Buddhas of the past, present, and future, then you should view the nature of the whole universe as being created by the mind alone.” Utmost Vehicle Zen: Utmost Vehicle Zen, which is divided into three types: Theoretical Zen, Tathagata Zen, and Patriarchal Zen.

In the Dharmapada Sutra, the Buddha taught: “From meditation arises wisdom. Lack of meditation wisdom is gone. One who knows this twofold road of gain and loss, will conduct himself to increase his wisdom (Dharmapada 282). He who controls his hands and legs; he who controls his speech; and in the highest, he who delights in meditation; he who is alone, serene and contented with himself. He is truly called a Bhikhshu (Dharmapada 362). Meditate monk! Meditate! Be not heedless. Do not let your mind whirl on sensual pleasures. Don’t wait until you swallow a red-hot iron ball, then cry, “This is sorrow!” (Dharmapada 371). He who is meditative, stainless and secluded; he who has done his duty and is free from afflictions; he who has attained the highest goal, I call him a Brahmana (Dharmapada 386).”

Who Is A Meditation Practitioner in Buddhism?: Who is a meditation practitioner? He is the one who tries to practice to attain partial or complete enlightenment. When learning meditation, the practitioner can realize that this body is not real, that wishful thinking is also not real. Once realizing this falsity is understanding the Buddha’s teaching of no self. The Buddha became enlightened from practicing meditation; other masters also followed his step and attained their enlightenment as well. Then, do we have any other paths to follow if we want to become enlightenment? Devout Buddhists should always remember that the true spirit of Zen Buddhism is to use wisdom to see the truth; the body and mind are not real. When we are able to see the truth, we can then forsake greed and anger; our mind then will be calm

and mindful, and we shall see the truth within ourselves; that is emancipation through wisdom. The Buddha can only provide us with guidelines of Zen. It is up to us to apply these techniques in our daily life. Therefore, a Zen practitioner is the one who is practicing Buddhist meditation in each moment of his life. Perhaps he has attained partial or complete enlightenment. When cultivating Zen, the practitioner can realize that this body is not real, that the so-called mind is impermanent, that wishful thinking is also not real, that all things are without a so-called 'self'. Buddhist Zen Patriarchs always say, "The Sutra is the Buddha's mouth, and Zen is the Buddha's heart. The Buddha's mouth and heart are not two, not different." The Buddha's words come from his mind; thus how can Zen and sutra be two different things? Many people still misinterpret the special concepts of Zen, saying that Zen is an outside sect, not Buddhism because its instruction or teaching from outsiders, its special transmission outside of the teaching, its transmission is from mind to mind. This intuitive school which does not rely on texts or writings. However, after thorough understanding, we will see that Zen and sutra are not different at all. The Buddha became enlightened from practicing Zen; other masters also followed his step and attained their enlightenment as well. Then, we practice meditation means we only follow the Buddha's path to enlightenment, not any other paths. The true spirit of Zen Buddhism is to use wisdom to see the truth; the body and mind are not real. When we are able to see the truth, we can then forsake greed and anger; our mind then will be calm, and we shall see the truth within ourselves; that is emancipation through wisdom. Besides, when practicing Zen, we also see the truth within ourselves; that is emancipation through wisdom. The Buddha can only provide us with guidelines of Zen. It is completely up to us to apply these techniques in our daily life.

Purposes of Meditation Practices: Yes, the ultimate aim of Buddhist meditation is to gain full enlightenment, self-mastery and complete mental health or Nirvana through the conquest of mental defilements. However, apart from this ultimate aim there are other advantages and benefits that can be derived through meditation. It can inspire us to discover our own intelligence, richness and natural dignity. Meditation can also stimulate the latent powers of the mind, aid clear thinking, deep understanding, mental balance and tranquility. It is a

creative process which aims at converting the chaotic feelings and unwholesome thoughts into mental harmony and purity. If by meditation is meant mental discipline or mind culture, it goes without saying that all should cultivate meditation irrespective of sex, color, creed or any other division. Modern society is in danger of being swamped by distractions and temptation which can only be controlled if we undertake the difficult task of steadily training our minds. All of us should wake up to the fact that we need to work with our life, we need to practice Zen. We have to see through the mirage that there is an "I" that is separating from our "Original Nature". Our cultivation is to close the gap. Only in that instant when we and the object become one can we see what our life is.

Perhaps everyone of us finds life difficult, perplexing, and oppressive. Even when everything goes well for some time, we still worry that it probably will not keep on that way. This is the very reason for all of us to practice Zen. Speaking of Zen, why do we have to practice Zen? We often hear about 'Samadhi', that is a 'Ch'an' method of meditation to pacify the mind. When the mind is pacified, it is unperturbed, and we attain the one-pointedness of mind. The purpose of Zen is to dissolve our accumulated 'thought-mass'. What is finally left in us is just the real self and eventually we enter into the world of the selfless. And if we do not stop there, if we do not think about this realm or cling to it, we will continue in our practice until we become one with the Absolute. Then, is Zen method different from any other methods in Buddhism? While reciting the sutra, reading the mantras, and practicing Buddha Recitation, we are sitting still and fixing our mind in reciting the sutra, reading the mantras, and practicing Buddha Recitation. Thus, when practicing reciting the sutra, reading the mantras, and practicing Buddha Recitation, we may have accomplished controlling the body, speech and mind if we want to stop our mind from wandering about. In the same manner, when practicing meditation, may also have accomplished controlling the body, speech and mind if we want to stop our mind from wandering about. It is really difficult to control the mind; however, if we can halt our body and speech still, we earn some merits. If we want to get the highest level of all merits, we have to control our mind. The main purpose of a Zen practitioner is the search for truth, the search for awakening. On our journey, if we move

one step, we are one step closer to the truth, one step closer to awakening. The Buddha is the Awakened, so learning the Buddha's teachings is learning about his methods of awakening. Thus, on the way to enlightenment, the more we move forward, the closer we come to awakening.

Meditation and contemplation means practice to obtain the seeing which goes beyond what is ordinary, clear vision. It is not surface seeing or skimming, not seeing mere appearance, but seeing things as they really are. This means seeing everything in terms of the three characteristics, the signs of all phenomenal existence: impermanence, suffering, and egolessness. It is this insight meditation, with calm concentration of mind as its basis, that enables the practitioner to purge his mind of all defilements, to remove ego-illusion, to see reality, and to experience Nirvana. The ultimate purpose of meditation is to eradicate mental impurities from our mind altogether. Before that stage, there are benefits of tranquillity, peace of mind and the ability to accept things as they come. Meditation helps us to see things as they truly are, not as they appear to be. Things appear to be permanent, desirable and substantial, but actually they are not. When we practice meditation, we will see for ourselves the arising and disappearing of mental and physical phenomena. And we will have a clearer comprehension of what is going on in our mind and body. We will be able to accept things as they come to us with less agitation and deal with situations in a more positive way. Yes, the ultimate aim of Buddhist meditation is to gain full enlightenment, self-mastery and complete mental health or Nirvana through the conquest of mental defilements. However, apart from this ultimate aim there are other advantages and benefits that can be derived through meditation. It can inspire us to discover our own intelligence, richness and natural dignity. Meditation can also stimulate the latent powers of the mind, aid clear thinking, deep understanding, mental balance and tranquility. It is a creative process which aims at converting the chaotic feelings and unwholesome thoughts into mental harmony and purity. Therefore, if we wait until we sit down and compose ourselves to practice meditation for a couple of hours, then what happens to the other hours of our day? Saying that sitting meditation is Zen, we really destroy the true concept of Zen. If we know how to practice meditation, we will

certainly make good use of our whole day. In order for us to do this, we should devote our day to Zen while accomplishing our daily tasks.

Meditation Is Not So Much An Unpractical Theoretical Philosophy: Zen is not so much a theoretical philosophy to be discussed and debated at leisure as it is a way of action, a philosophy to be practiced and realized every moment of our daily life. To attain the experience of enlightenment, the ultimate goal of Zen, sitting meditation is necessary, but only sitting meditation is not enough. Meditation serves to develop wisdom, but we must be able to give concrete expression to this wisdom, and to do so, we have to cultivate right action. Many people think that a Zen practitioner turns his back upon the world to submerge himself in abstract meditation. This is a misconception. To practice meditation is to make the practice of sitting meditation an integral part of our daily life, but it is at the same time to work, to act with loving-kindness and respect for others, to contribute our part to the world in which we live in order to change this world into a better world. The Zen way is not to withdraw from life into an isolate environment, but to get into life and change it from the inside action. To perform our daily activities in the spirit of meditation, we should perform everything as a form of meditation. We should not meditate only when we sit in quiet, but should apply the method of meditation to our daily life. When we wash dishes, we must meditate. When we work in the garden, meditate. When we drive, meditate. When we work in an office, meditate. In other words, we must meditate at every moment, in every activity of our daily life. To those who have a life of cultivation, life is Zen, but some people say that life is suffering. As a matter of fact, if we make a life of Zen, then our life becomes Zen. In the contrary, if we make a life of suffering, then our life must become suffering. We should keep our mind in Zen just now, at this very moment, for this 'just-now mind in Zen' continues and becomes our life, as one point continues and becomes a straight line.

Indeed, meditation is not done by polishing the logical thinking, but by cultivating the mind. In accordance with Zen's attitude towards intellectual insight, its aim of teaching is not as in the West an ever-increasing subtlety of logical thinking, but its method "consists in putting one in a dilemma, out of which one must contrive to escape not through logic indeed but through a mind of higher order. Accordingly

the teacher is not a teacher in Western sense. He is a master, inasmuch as he has mastered his own mind, and hence is capable of conveying to the student the only thing that can be conveyed: his existence. With all that the master can do, he is helpless to make the disciple take hold of the thing, unless the latter is fully prepared for it. The taking hold of the ultimate reality is to be done by oneself. It is no use if we only reason that names and their forms are different, but their substance is the same, or names and forms are made by our thinking. We have to realize through meditation and contemplation, not by thinking, so that we will not have attachment to name and form, then we will automatically see that all substance is one with our real experience. Then we will see all things in the universe, the sun, the moon, the stars, mountains, rivers, people, and so forth, have the same substance.

Meditation Is A Mental Development: Zen does not encourage practitioners to involve worshipping or praying to some supernatural being, but seeing into our true nature and realizing that our true nature is Buddha-nature. To arrive at this insight we must cultivate ourselves, we must practice. How can we discover our true nature if we blindly cling to the scriptures and do not practice for ourselves? If we go to a meditation center and speak with a Zen master, sometimes he may answer our questions with silence. This is the silence of knowledge. It does not mean that the Zen master does not know how to answer; rather it means that he is trying to communicate that there are some things which cannot be explained in words, things which will ever remain in the dark until we discover them through our own experience. This is one of the three flavors taught by the Buddha. To sit in dhyana (abstract meditation, fixed abstraction, contemplation). Its introduction to China is attributed to Bodhidharma, though it came earlier, and its extension to T'ien-T'ai. According to the Vimalakirti Sutra, Vimalakirti reminded Sariputra about meditation, saying: "Sariputra, meditation is not necessarily sitting. For meditation means the non-appearance of body and mind in the three worlds (of desire, form and no form); giving no thought to inactivity when in nirvana while appearing (in the world) with respect-inspiring deportment; not straying from the Truth while attending to worldly affairs; the mind abiding neither within nor without; being imperturbable to wrong views during the practice of the thirty-seven contributory stages leading to enlightenment: and not

wiping out troubles (klesa) while entering the state of nirvana. If you can thus sit in meditation, you will win the Buddha's seal." We, Buddhist followers, should always see this, so that we can practice meditation on a regular basis to purify our body and mind. The exposition of meditation as it is handed down in the early Buddhist writings is more or less based on the methods used by the Buddha for his own attainment of enlightenment and Nirvana, and on his personal experience of mental development. The word meditation really is no equivalent for the Buddhist term "bhavana" which literally means 'development' or 'culture,' that is development of the mind, culture of the mind, or 'making-the-mind become.' It is the effort to build up a calm, concentrated mind that sees clearly the true nature of all phenomenal things and realizes Nirvana, the ideal state of mental health. Meditation as practiced and experienced by the Buddha is twofold: Concentration of the mind (samatha or samadhi) that is one-pointedness or unification of the mind, and insight (vipassana, skt—vipasyana or vidarsana). Of these two forms, samatha or concentration has the function of calming the mind, and for this reason the word samatha or samadhi, in some contexts, is rendered as calmness, tranquility or quiescence. Calming the mind implies unification or "one-pointedness" of the mind. Unification is brought about by focussing the mind on one salutary object to the exclusion of all others. Meditation begins with concentration. Concentration is a state of undistractedness. What is concentration? What is its marks, requisites and development? Whatever is unification of mind, this is concentration; the four setting-up of mindfulness are the marks of concentration; the four right efforts are the requisites for concentration; whatever is the exercise, the development, the increase of these very things, this is herein the development of concentration. This statement clearly indicates that three factors of the samadhi group, namely, right effort, right mindfulness, and right concentration function together in support of each other. They comprise real concentration. It must be mentioned that the development of concentration or calm (samath or bhavana) as taught in Buddhism, is not exclusively Buddhist. Practitioners, before the advent of the Buddha, practiced different systems of meditation as they do now. India has always been a land of mysticism, but the Yoga then prevalent in India never went beyond a

certain point. Meditation or Mental development, or to meditate upon the implications or disciplines of pain, unreality, impermanence, and the non-ego. Although different in forms and methods in different Buddhist schools, but has the same goal is to concentrate the mind of the cultivators, to calm and to clarify it as one would calm and clarify the surface of a turbulent body of water, so that the bottom of which can be seen. Once the surface of that turbulent water is pacified, one can see it's bottom as when the mind is pacified, one can come to an experience or a state of awakening, liberation or enlightenment. In addition, diligent repetition of practice of meditation, if the cultivator has not yet become one with the "absolute truth," dualistic state of mind and distinction between subject and object disappeared in that person. Zen is also a process of concentration and absorption by which the mind is first tranquilized and brought to one-pointedness, and then awakened. The term "Dhyana" connotes Buddhism and Buddhist things in general, but has special application to the Zen (Ch'an) sects. As a Mahayana buddhist sect, Zen is a religious free of dogmas or creeds whose teachings and disciplines are directed toward self-consummation. For example, the full awakening that Sakyamuni Buddha himself experienced under the Bodhi-tree after strenuous self-discipline. In Vietnam, Zen sects comprise of Lin-Chi, T'ao-Tung, and Ch'u-Lin.

Developing Man As A Whole: The word "meditation" really is no equivalent for the Buddhist term "bhavana" which literally means "development" or "culture," that is development of the mind, culture of the mind. It is the effort to build up a calm, concentrated mind that sees clearly the true nature of all phenomenal things and finally realizes Nirvana, the ideal state of mental health. Meditation is not only for Indian or Chinese people, or for the Buddha's time, but for all mankind at all times, regardless of their origin, religion, or ethnic races. Meditation is not a practice of today or yesterday. From beginningless time, people have been practicing meditation in different ways. After experiencing enlightenment, the Buddha once confirmed: "There never was, and never will be, any mental development or mental purity without meditation. Meditation was the means by which I gained supreme enlightenment." All religions teach some kind of meditation or mental training for man's inner development. It may take the form

of silent prayer, reading individually or collectively from some “holy scriptures” or concentrating on some sacred object, person or idea. And it is believed that these mental exercises, at times, result in seeing visions of saints or holy men, engaging in conversation with them, or hearing voices, or some mysterious occurrences. Whether they are illusions, imaginations, hallucinations, mere projections of the subconscious mind or real phenomena, one cannot say with certainty. But devout Buddhists should always remember that according to Buddhist doctrines, mind is an invisible force capable of producing all these phenomena. Buddhist books tell us that through meditative absorption (jhana or dhyana), through the development of mental faculties, man is capable of gaining psychic powers. But it is extremely important to bear in mind that the Buddhist meditation is not a state of auto-hypnosis, or coma. It is a state of mental purity where disturbing passions and impulses are subdued and calmed down so that the mind becomes unified and collected and enters into a state of clear consciousness and mindfulness. Meditation, certainly, is not a voluntary exile from life; or something practiced for the hereafter. Meditation should be applied to the daily affairs of life, and its results obtained here and now. It is not separated from the work-a-day life. It is apart and parcel of our life. We still participate in all daily activities, but remain free from the rush of city life, from nagging preoccupation with the world, this is easy to say but not easy to do; however, if we consistently practice meditation, we can do it. Any meditation we do is of immense help in enabling us to face all this with calm. And the calmness itself will in turn help us overcome all sufferings and afflictions. According to Buddhism, meditation is a way of living. It is a total way of living and not a partial activity. It aims at developing man as a whole. Let’s strive for perfection here and in this very life, not in some golden age yet to come. What will we become when we are still participating in daily activities, but free from all worldly attachments, bonds, hindrances, and other problems. Are we a real son of the Buddha? Yes, we are. Devout Buddhists should always remember that meditation taught in Buddhism is neither for gaining union with any supreme being, nor for bringing about any mystical experiences, nor is it for any self-hypnosis. It is for gaining tranquility of mind (samatha) and insight (vipassana), for the sole purpose of attaining unshakable deliverance of

the mind. This can only be obtained through the total extinction of all mental defilements. Many believe that meditation is only for monks and nuns in the past, things have changed and now there is a growing interest in meditation in almost everyone. If by meditation is meant mental discipline or mind culture, all should cultivate meditation irrespective of gender, age, clergy or lay. Meditation is distinctively a human phenomenon, and therefore, should be dealt with from a human point of view, with human feelings and human understanding. Human problems and their solutions are basically psychological in nature. True meditation and mysticism do not co-exist. They are two different things. While mysticism takes us away from reality, meditation brings us to reality; for through real meditation we can see our own illusions and hallucinations face to face without pretence. This brings about a total transformation in our personality. It is more of an unlearning than a worldly learning. We have to give up many things that we have learned and hugged in great glee once we realize that they are hindrances and obsessions.

Meditation and Contemplation in Buddhism: Zen is the Japanese pronunciation of the Chinese word “Ch’an” which in turn is the Chinese pronunciation of the Sanskrit technical term Dhyana, meaning meditation. The distinctive characteristic of the Buddha’s practice at the time of his enlightenment was his inner search. For this reason, many people believe that they meditate to become a Buddha. Yes, they’re right. The final goal of any Buddhist is becoming a Buddha; however, meditation itself will not turn any beings to a Buddha. Zen is the method of meditation and contemplation, the method of keeping the mind calm and quiet, the method of self-realization to discover that the Buddha-nature is nothing other than the true nature. However, the contemplative traditions of Buddhism are not simple like that. What distinguishes Buddhism from the contemplative traditions of other religions is the fact that, for Buddhism, meditation by itself is not enough. We might say that, for Buddhism, meditation is like sharpening a knife. We sharpen a knife for a purpose, let’s say, in order to cut something easily. Similarly, by means of meditation, we sharpen the mind for a definite purpose, in the case of cultivation in Buddhism, the purpose is wisdom. The wisdom that’s able us to eliminate ignorance and to cut off sufferings and afflictions. Before the moment of

'Enlightenment', the Buddha practiced the inward way for forty-nine days until suddenly He experienced enlightenment and became the Buddha. By turning inward upon Himself, he discovered His true nature, or Buddha-nature. This is the ultimate aim of Zen. Zen in Buddhism differs from meditation in other religions. Most other religions place a supreme God above man and then ask that man should pray to God and worship Him, implying that reality is to be sought externally. While Zen in Buddhism holds that reality is to be gotten hold of, not externally, but inwardly. Zen practice means trying to have a mind unmoved while living in this continuously moving world. Zen practice means trying to be like the water, not like waves or bubbles. The water is unmoved, uncreated and unconditioned while the waves rise and fall, and the bubbles form and pop endlessly. Zen practitioners should always remember that our mind is like an endless stream of thoughts, Zen practice means to try to watch the mind continuously, and be like water, which equally flows all things thrown into that stream. According to Buddhism, every living being has within himself the Buddha-nature, and to become a Buddha is simply to turn inward to discover this Buddha-nature. This Buddha-nature is always present within, and eternally shining. It is like the sun and the moon. The sun and the moon continually shine and give forth light, but when the clouds cover them, we cannot see the sunlight or the moonlight. The goal of any Zen practitioner is to eliminate the clouds, for when the clouds fly away, we can see the light again. In the same way, human beings always have within ourselves the Buddha-nature, but when our desires, attachments and afflictions cover it up, it does not appear. In Buddhism, meditation functions the job of a torch which gives light to a dark mind. Suppose we are in a dark room with a torch in hand. If the light of the torch is too dim, or if the flame of the torch is disturbed by drafts of air, or if the hand holding the torch is unsteady, it's impossible to see anything clearly. Similarly, if we don't meditate correctly, we can't never obtain the wisdom that can penetrate the darkness of ignorance and see into the real nature of existence, and eventually cut off all sufferings and afflictions. It is obvious that the essentials of Buddhism or Zen focus on the practice with wisdom, not on ignorance. If our purpose to practice Zen is to gain supernatural powers, i.e., to release our soul from our body, and so forth, we are not

practicing Zen Buddhism. To cultivate Zen in Buddhism, we have to realize our true nature and live in it. Therefore, sincere Buddhists should always remember that meditation is only a means, one of the best means to obtain wisdom in Buddhism. Furthermore, owing to obtaining the wisdom, one can see right from wrong and be able to avoid the extremes of indulgence in pleasures of senses and tormenting the body.

Samatha Meditation: Samatha Meditation is a meditative state characterized by a one-pointedness of mind (*cittaikagrata*) on an internal meditative object, also called meditation of calming the mind. One of the seven definitions of *dhyana* described as *samatha* or *samadhi*; it is defined as silencing, or putting to rest the active mind, or auto-hypnosis. The mind is centered or the mind steadily fixed on one place, or in one position. It differs from “contemplation” which observes, examines, analyzes evidence. *Samadhi* or *samatha* has to do with getting rid of distraction for moral ends; it is abstraction, rather than contemplation. Theoretically, any object may serve as the focus of concentration, though virtuous objects such as the body of a Buddha are said to be preferable. It is attained when the mind is able to remain upon its object one-pointedly, spontaneously and without effort, and for as long a period of time as one wishes, without being disturbed by laxity or excitement. There are said to be six prerequisites for achieving calming. They are staying in an agreeable place, having few desires, knowing satisfaction, not having many activities, pure ethics, and thoroughly abandoning thoughts. It is generally considered to be a prerequisite for attainment of “higher insight” or “*Prajna*”.

Samatha taught in Buddhism culminates in *Jhana* and *Vipassana* which leads to the four stages of sanctity or emancipation. The meditator continuing zestfully his insight meditation removes, by gradual process, the fetters that bind him to the Wheel of Existence (*samsara*) and reach the last and the fourth stage of sanctity (*Arahatta*). The Buddha was not satisfied with mere “*Jhana*” and mystical experiences, his one and only aim was to attain full enlightenment and *Nirvana*. Having gained perfect concentrative calm through *samatha* meditation, he was able to develop insight (*vipassana*) meditation that enables a person to see things as they really are, and not as they

appear to be. That is, on other words, to understand ourselves as we really are.

Samatha is a method of training the mind to develop concentration. Samatha meditation is concerned with producing a one-pointed mind. Samatha is one of the two main methods of meditation, which is defined as silencing, or putting to rest the active mind, or let the mind fixed on one place, or in one position. It differs from “contemplation” which observes, examines, etc. Samatha deals with getting rid of distractions, rather than contemplation. When our physical body is at rest, it is called “samatha”; when the mind is seeing clearly, it is called “contemplation.” One of the seven names for meditation. Samatha also means quieting, ceasing, tranquility or serenity comes from the literature of Yogachara school and were put into practice in Tibet as a unified system of meditation. One-pointedness of mind, one of the mental factors in wholesome consciousness; however, samatha (tranquility of mind) rather in the negative sense of withdrawal. Vipassana is a more positive achievement (the quietude achieved) through the practice of dhyana, to cause subjugation or cessation of troubles. The various obstacles that encounter the development of shamatha are overcome through nine stages of mind, six powers and four mental activities. Meditation on tranquility, a method of contemplation on forty objects to acquire the mind of tranquility. Physical organism is at rest, in contrast with contemplation is when the mind is seeing clearly. Samatha is a kind of dhyana described as samadhi; it is defined as silencing, or putting to rest the active mind, or auto-hypnosis. The mind is centered or the mind steadily fixed on one place, or in one position. It differs from “contemplation” which observes, examines, sifts evidence. Samadhi or samatha has to do with getting rid of distraction for moral ends; it is abstraction, rather than contemplation. “Samatha” is a Sanskrit term for the state of mind where the mind is actually resting one-pointedly on an object so that not many thoughts arise and the mind becomes very stable and calm. Keeping the mind one-pointed is not samatha meditation because in true samatha, the object one focuses on should be something positive. We might think that “Samatha” is a state of no thoughts. This is not correct because in “Samatha Meditation” the mind is very calm, stable and clear so that it can distinguish and discriminate between all

phenomena and see everything as very distinct. This clarity is called “Vipasyana”, or insight, and is developed through samatha. According to the Cloud of Jewels Sutra, our mind has many thoughts. It cannot focus on the object of attention because of the distraction of thoughts. If our mind can focus one-pointedly without this distraction, we have samatha meditation. In Samatha the mind is continuously focused inward so that it becomes very peaceful and all external distractions are pacified. The main obstacle to samatha is external distractions such as sight, sound, and taste. The development of samatha occurred when the mind is continuously turned inward and naturally rests in that state. Relationship between the mental state and the object, re-establishment of attention, and uninterrupted attention, and dwelling effortlessly. Six powers of Samatha: Hearing the teaching, reflection, power of attention, clear comprehension, concentrated energy, and natural confidence.

According to Master Khenchen Thrangu in “The Practice of Tranquility and Insight”, there are three basic kinds of samatha meditation in relation to the object of meditation. *First, meditation with an external object:* In the beginning we need an object to meditate on in the same way that a child needs to learn the alphabet before reading a book. We can place in front of us a piece of wood or stone that is small and focus our mind on it. To develop mental stability we begin with our attention on an object, first an impure object, and later you introduce a pure object such as a statue of the Buddha or a deity’s insignia or a special syllable. The purpose of meditation on an object is just to rest our mind on it to develop concentration. *Second, meditation without an external object:* In the beginning we meditate with an object and gradually move on to meditate without an object. The mind turns inward and focuses on a mental image of the Buddha in the form of a Yidam deity such as Avalokitesvara in Tibetan Buddhism. We can imagine to place the image mentally above our body, or visualize it in front of us, or visualize that our own body is the deity. Remember the purpose of meditation is not to simply stare at the image, but to focus the mind on the image so the mind will become still and stable. *Third, meditation on the essential nature of things:* Meditation by just resting in the essence means the mind is not focused on anything, but rests in a completely stable and unwavering state. It is to say we do not use any

of the five non-conceptual consciousnesses that are used to experience a sight, sound, smell, taste, or body sensation. On the contrary, we only pay attention to two mental consciousnesses: unstable and stable mental consciousnesses. In the unstable consciousness, often called the mental consciousness, all kinds of thoughts arise and at times we feel attraction and happiness, other times dislike and unhappiness. This is the normal consciousness of the majority of us. The stable consciousness is the one that remains completely unaffected by good or bad thoughts, pleasant or unpleasant experiences. Therefore, we meditate with the sixth consciousness, called the mental consciousness because this consciousness deals with concepts. It is involved with the past, present, future; good and bad; all the different afflictions; and so on. The root of all these is mental consciousness, for it is the root of all thoughts and concepts. Therefore, in meditation we control the mental consciousness that experiences all thoughts, delusions, and feelings. We must control our mental consciousness in both knowledge of others (occurs when the mind turns outward) and knowledge of ourselves (the very direct knowledge of what we are thinking). When we are meditating, the mental consciousness is being absorbed into the basic or ground consciousness. Let thoughts come and go by themselves in our mind for they are just the play or manifestation of the mind in the same way that the waves are a manifestation of the sea. When it is windy, the waves in the ocean increase; when it is calm, the waves subside and the ocean becomes stable and calm. The ultimate goal of samatha is having the mental consciousness to become still and thoughts disappear with the mind becoming stable and very relaxed.

Meditation on Insight: Insight meditation or tranquility of mind or positive achievement originally means the intuitive cognition of the three marks of existence, namely, the impermanence, suffering, and no-self of all physical and mental phenomena. The practice of special insight or “Vipassana” helps develop an acutely perceptive and discerning state of mind that can directly perceive the ultimate reality, selflessness or lack of a solid self-identity. In the Theravada practice, this is done by means of the four mindfulnesses (satipathana): mindfulness of the body, feelings, mind, and phenomena. Closely examining these four, one becomes aware of three characteristics: their transience, their problematic or suffering nature, and their lack of a

solid self-identity. By observing and examining the breath, the feelings in the body, the various consciousnesses, and the mental factors in each moment, one realizes there is no little person somewhere inside one's head running the show. We are selfless, without a solid self-identity that needs to be pleased and protected. Special insight is also developed outside of formal sitting meditation. By being acutely aware of each action, feeling and thought, one examines who is doing and experiencing these things. Finding only a continuous stream of mental and physical events, without a concrete personality or self who is the boss, one understands selflessness. Combining special insight with the concentration of calm abiding, one is able to cleanse the mindstream of all disturbing attitudes and the karma that cause sufferings and afflictions.

In the Vipassana of the Bodhisattvas in Mahayana tradition is the meditation on the selflessness of phenomena. A Bodhisattva practices meditation based on the Six Paramitas. The Vipassana of the Bodhisattvas in Mahayana tradition is the realization that inner consciousness and external phenomena are naturally peaceful and empty. So the Mahayana meditator believes that the root of samsara is the klesas and that the root of the klesas is ego-clinging. Eliminating clinging to a self is the way to be liberated from samsara. The Vipassana meditation of the Mahayana tradition is also called the realization of the dependent origination. This means that all phenomena that arise have a dependence upon other phenomena and therefore no true existence of their own. According to Lama Khenchen Thrangu in "The Practice of Tranquility and Insight", to eliminate klesas, the Mahayana meditators meditate on the nature of external and internal phenomena in detail to discover that they are completely insubstantial, like bubbles in water. With this realization the klesas naturally disappear. The belief in the reality of external phenomena is called the obscuration of knowledge, and when this obscuration is eliminated there is liberation from samsara.

In the Vipassana of the Vajrayana tradition is the meditation on the real nature of the emptiness of all phenomena. A Mantrayana practices meditation based on the understanding of the nature of emptiness through analytical meditation. The practitioner is now looking to see who is knowing, who has this understanding, and he

finds the real knower does not exist (there exists only the combination of the five aggregates in an entity called ‘practitioner’). So we recognize this invisibility of knowing and emptiness. This is known as discriminating wisdom or discriminating prajna. According to Lama Khenchen Thrangu in “The Practice of Tranquility and Insight”, there are siddhas who accomplished vajrayana master, who have said that when one looks directly at anger, the anger disappears. Anger has its own natural empty state. This is a special method of Vajrayana meditation for overcoming anger: looking directly into the nature of anger.

The Vipassana for the Sravakas and Pratyeka-buddhas is based on the Four Noble Truths. With this type of Vipassana, peace is based on the Four Noble Truths as a description of Samsara and Nirvana. The first noble truth is a description of samsara, which is called the truth of suffering. The second truth of origination looks at the cause of samsara, which originates from karma and klesas. The third truth of cessation occurs if karma and the klesas are eliminated and this results in Nirvana. The fourth truth is following and practicing the truth of the path. In the Vipassana of the Sravakas, the cause of the klesas is identified as the clinging to the idea of self or of “I” or “Mine”. A belief in a self is a delusion because actually there is no self or things that belong to a self. When one is able to realize the absence of self in Vipassana meditation, then the natural clinging to self just vanishes. So, the main meditation of the Sravakas is the meditation on the absence of self.

In the Vipassana for the Externalists, one contemplates the “peaceful and the coarse” aspects. For example, one might contemplate a coarse klesa such as anger in one’s meditation. One can realize that anger is harmful to oneself and others and that without anger, the mind would be peaceful and happy. So with this meditation one can overcome anger. Actually, there is nothing wrong with this kind of meditation, but this practice is performed to calm the mind and subjugate the mind poisons rather than to understand emptiness or the absence of self.

The Relationships Between “Samatha” and “Vipasyana”: Samatha is the basis for all meditation. All meditative states, including Vipasyana, come from and depend on the development of samath.

When one achieves samatha, one is not in a state of dullness or stupor. When samatha is developed, one eliminates distracting thoughts that keep one from being able to examine or analyze things. Removing the distraction of thoughts leads to perceiving things very clearly and distinctly. In other words, one is approaching “Vipasyana”. The basis of Vipasyana meditation is a state of samadhi, a meditation state without thoughts and concepts. Its primary quality is that it cuts through all the misconceptions, inaccuracies, and misunderstandings we might have. The basis of vipasyana meditation is the definite understanding of the absence of self. Once we have developed the understanding of “No-self”, we must be able to rest on it, and completely relaxed. The union of the stability of mind (samatha) and of insight (vipasyana) occurs when the mind is at rest and still, not in the ordinary way, but in the wisdom.

Sit in Meditation: To sit in dhyana (abstract meditation, fixed abstraction, contemplation). Its introduction to China is attributed to Bodhidharma, though it came earlier, and its extension to T’ien-T’ai. We, Zen practitioners, should sit in meditation until our state is such that ‘inside we have no body and mind,’ outside we have no word, and afar there are no objects. This state is also described as “Thoughts of the past cannot be obtained, thoughts of the present cannot be obtained, and thoughts of the future cannot be obtained.” Practice has been sitting and counting exhalations to ten. This is only one of many methods in Zen. It is possible to practice this way when we are sitting, but when we are driving, when we are talking, when we are watching television, when we are working and when we are playing, and so forth, how is it possible to count our breaths then? Remember! Sitting is only a small part of practicing Zen. The true meaning of sitting Zen is cut off all thinking and to keep not-moving mind. Zen practitioners should always remember the ‘before thinking’ method in all other activities in our daily life. To sit in dhyana (abstract meditation, fixed abstraction, contemplation). Its introduction to China is attributed to Bodhidharma, though it came earlier, and its extension to T’ien-T’ai. In fact, Zen has nothing to do with any particular posture. At its highest level, meditation is practiced in the midst of all sorts of activities, walking, standing, working, driving, etc. In the history of Zen, many masters attained enlightenment while washing dishes, cooking,

carrying water, and collecting fuel. So whatever we do, we do with concentrated mind, we are meditating. If the mind is kept under control and the adept remains mindful of what he is doing, even washing dishes can become a vehicle of self-realization. However, sitting meditation is the main religious practice in all Zen traditions. It is also considered to be the primary means by which students attain realization and in most Zen monasteries it is practiced for several hours every day. Ideally, sitting meditation is practiced in a state of mind free from grasping or striving, and not focused on any particular object. The practice is based on the notion that all beings are already buddhas, and so during the practice of “sitting meditation,” one attempts to drop off accumulated conceptions and analytical thinking in order to allow this fundamental buddha-nature to manifest spontaneously. We must be patient when practicing sitting meditation. We must learn to bear the pain in our back and legs because when we first practice to sit in meditation, we are unaccustomed to sitting that way and we will surely experience “hard to bear” pain. The only way to overcome the pain is “patience.” Besides, we should not hope for anything, even hoping for enlightenment because the thought of hoping for enlightenment is itself deluded. We cannot expect to sit in just several sessions of meditation or to sit today and get enlightened tomorrow. Thus, while in sitting meditation, try not to expect anything, try not to do it fast. Devout Buddhists should always remember that quiet sitting is very important, but true sitting does not depend on whether or not the body is sitting. We already know the story about Ma-Tsu doing hard sitting and Nan-Jue picking up the tile and polishing it. Remember that the words enlightenment, clear mind, red, white, and so on, are more or less names. If we say enlightenment is clear mind, then, what is clear mind? Clear mind is only a name; and enlightenment is also a name. All these names are nothing. In short, true sitting means to cut off all thinking and to keep not-moving mind. True meditation means to become clear. Beautiful words and hard sitting are important, but attachment to them is very dangerous, for once we are attached to the beautiful words, we will not be able to understand true sitting meditation.

The two major Zen traditions, T’ao-T’ung and Lin-Chi, have a slightly different approach to this. T’ao-T’ung Zen teaches “just sitting” in which one focuses on the nature of the mind. T’ao-T’ung emphasizes

“original enlightenment”, and doesn’t distinguish between the means and the end. Instead of constantly trying to achieve something, one is encouraged to just be, and to be aware of that. Calm abiding is developed in T’ao-T’ung Zen by just sitting, thus concentrating the mind single-pointedly. This sect is confident that sitting is the perfect expression of inherent perfection or enlightenment, the practice of special insight involves total awareness of the body sitting in each moment. Lin-Chi Zen employs the koan (kung-an) to develop special insight. Different koans are used by each teacher, and each koan serves a different purpose. But basically, these short puzzles, such as “What was the appearance of your face before your ancestors were born?” or “What is the sound of one hand clapping?” challenge one’s usual way of relating to oneself and to the world. One may use logic to approach the koans, but real understanding transcends verbal explanations and depends on insight into one’s ultimate nature. The key point of contemplating a koan isn’t to get the right answer. Rather, it’s to confront people with their preconceptions. Becoming frustrated because the usual intellect and emotions can’t make sense of the koan, the sleeping mind will wake up. A koan can’t be answered by the discursive superficial mind, but only by deep insight. Practitioners of the Lin-Chi tradition gain calm abiding by focusing the mind on the koan. They gain special insight by answering it.

Everybody recognizes that to discipline ourselves in sitting meditation is difficult. We always make many excuses to ourselves for not meditating. However, it is even more difficult to apply meditation to our daily lives. Every day we are working at our office, at home, at school, or at any job sites, etc, we keep our minds under control, if we can realize the meaning of what we are doing, if we can be what we do, that is meditation. Therefore, while we can meditate in any activity, the best way to control the mind is by the practice of sitting meditation. In Zen tradition, there are two ways of sitting, the full lotus and the half lotus. The full lotus posture involves placing each foot across the opposite thigh. The half lotus involves placing one foot across the opposite thigh with the other foot resting upon the ground. However, if the half lotus is still too difficult, the practitioner may move his foot from his thigh, placing it directly on the floor, in front of the other leg, the ankles close together. The knees should be spread as far apart as

possible, resting on the floor. Higher cushions will help to lower the knees to the proper position easily. If the meditator cannot sit on the floor, a chair may be used. The most important point in sitting is to hold the body erect, stable and comfortable. The meditator must not let the body lean to the right or left, forward or backward, but he must keep it straight. When the body is stabilized through the proper posture, the mind too becomes stable and calm, and with a calm mind the practice of mental concentration can be easily undertaken. Once the body is erect, the hands are placed on the lap, the left hand on the right palm; both hands rest near the lower abdomen. The two thumbs should be joined at the top, making an empty circle. This circle signifies that during meditation while the hands are empty, the mind is also empty. Nothing is held in the hands, nothing is held in the mind either. The mind is kept empty. A practitioner does not think about the past and the future, does not worry about the external circumstances, but just sit in meditation, at one with himself here and now. In contemplation by oneself, the mind can be kept partially open, looking downwards at a distance of about three feet. If the contemplation is with a group, it is best to close the eyes to avoid distraction. The tongue should be touching the upper part of the mouth to avoid excessive salivation. The most important thing in meditation is to keep the mind under control, so it can return to its natural condition of calm and quiet. To regulate the mind, the first and most effective method is awareness of breathing. Breathing in Zen differs from yogic breathing where the yogi breathes deeply and retains the air for long periods of time. In Zen, everything is natural. The practitioner just breathes in and out lightly and naturally, but remains aware of his breathing. He does not allow his mind to wander here and there. He ties it down to the here and now of present existence. When he finishes one cycle of inhalation and exhalation, as he finishes breathing out he counts one; when he finishes the second cycle he counts two; and so on, up to ten. Then he counts backwards from ten down to one. This method is very simple in theory, but it is not easy to practice. As we practice, many times we will find that the mind is drifting away from its object. We may find ourselves counting: "One, what time is it? Two, what am I going to prepare for the dinner? Three, I feel so worry because I forgot to lock my car door when I got back from work. Etc." When the mind drifts, the meditator should just let go

of all extraneous thoughts and bring his attention back to the breathing, just breathing in and out, fully aware of what he is doing. Just counting and breathing, there is nothing more.

Walking Meditation: At our meditation retreats, we should first practise mindfulness in four different postures. We practise mindfulness when walking, when standing, when sitting, and when lying down. We must sustain mindfulness at all times in whatever position we are in. However, the primary posture for mindfulness meditation is sitting with legs crossed, but because the human body cannot tolerate this position for many hours without changing, we alternate periods of sitting meditation with periods of walking meditation, for walking meditation is also very important. Although it is not recorded in this sutta that the Buddha gave detailed and specific instructions for walking meditation, we believe that he must have given such instructions at some time. Those instructions must have been learned by the Buddha's disciples and passed on through successive generations. In addition, teachers of ancient times must have formulated instructions based on their own practice. At the present time, we have a very detailed set of instructions on how to practise walking meditation. Therefore, apart from formal sitting meditation, one can perform walking meditation. Walking very slowly, one concentrate on each movement and sensation involved in lifting, moving, and placing the feet. In fact, in all daily actions sitting, standing, lying down, talking, eating or whatever, one tries to be aware of each minute action and event. By focusing the mind on the sensation of the breath in sitting meditation and on each movement in walking meditation, one becomes more aware of the richness of the present moment. In addition, one's concentration is removed from the daydreams and barrage of thoughts that feed the disturbing attitudes. In summary, even though we are practicing walking meditation, we should always focus the mind single-pointedly on a single object, the object may be physical or mental. That means our mind always fixes on a single object, the mind is totally absorbed in the object to the exclusion of all thoughts, distractions, wavering or agitation... This is exactly the same as sitting meditation. The mind remains tranquil, and one fully experiences every event in life.

Let us now discuss specifically about the practice of walking meditation. If we are a complete beginner, the teacher may instruct us to be mindful of only one thing during walking meditation: to be mindful of the act of stepping while you make a note silently in the mind, "stepping, stepping, stepping," at a slower speed than normal during this practice. At first Zen practitioners may find it difficult to slow down, but as we are instructed to pay close attention to all of the movements involved, and as they actually pay closer and closer attention, we will automatically slow down. We do not have to slow down deliberately, but as we pay closer attention, slowing down comes to us automatically. In fact, if Zen practitioners want to pay closer attention to the movements of lifting, moving forward, putting down, and pressing the ground, we have to slow down. Only when we slow down can we be truly mindful and fully aware of these movements. In fact, if we have been practicing meditation for a long time, the methods of practicing of walking meditation is very simple. First, all we need to do is to maintain mindfulness of two occurrences: stepping forward, and putting down the foot, while making the mental note "stepping, putting down." We will try to be mindful of two stages in the step: "stepping, putting down; stepping, putting down." Later, we may be instructed to be mindful of three stages: lifting the foot; moving or pushing the foot forward; and putting the foot down. Still later, we would be instructed to be mindful of four stages in each step: lifting the foot; moving it forward; putting it down; and touching or pressing the foot on the ground. We would be instructed to be completely mindful and to make a mental note of these four stages of the foot's movement: "*lifting, moving forward, putting down, pressing the ground.*" However, Zen practitioners should always remember that although we pay close attention and slow down, we may not see all of the movements and stages clearly. The stages may not yet be well-defined in the mind, and we may seem to constitute only one continuous movement. As concentration grows stronger, we will observe more and more clearly these different stages in one step; the four stages at least will be easier to distinguish. We will know distinctly that the lifting movement is not mixed with the moving forward movement, and we will know that the moving forward movement is not mixed with either the lifting movement or the putting down movement. We will understand all

movements clearly and distinctly. Whatever we are mindful and aware of will be very clear in our minds.

Sometimes, people criticize walking meditation, claiming that they cannot derive any benefits or good results from it. But it was the Buddha himself who first taught walking meditation. In the "Great Discourse on the Foundations of Mindfulness", the Buddha taught walking meditation two times. In the section called "Postures," he said that a monk knows "I am walking" when he is walking, knows "I am standing" when he is standing, knows "I am sitting" when he is sitting, and knows "I am lying down" when he is lying down. According to the Great Discourse on the Foundations of Mindfulness, in the section called "Clear Comprehension," the Buddha said, "A monk applies clear comprehension in going forward and in going back." Clear comprehension means the correct understanding of what one observes. To correctly understand what is observed, a yogi must gain concentration, and in order to gain concentration, he must apply mindfulness. Therefore, when the Buddha said, "Monks, apply clear comprehension," we must understand that not only clear comprehension must be applied, but also mindfulness and concentration. Thus the Buddha was instructing meditators to apply mindfulness, concentration, and clear comprehension while walking, while "going forward and back." Walking meditation is thus an important part of this process.

In Buddhist Scriptures, the Buddha always described five additional, specific benefits of walking meditation. First, one who does walking meditation will have the stamina to go long journeys. This is important in the Buddha's time, when Bhiksus and Bhiksunis (monks and nuns), had no means of transportation other than their feet and legs. As a meditation practitioner today can consider yourself to be Bhiksus, and can think of this benefit simply as physical strengthening. Second, during walking meditation, practitioner must triple his effort. Mechanical effort is needed to lift the foot and there is also the mental effort to be aware of the walking movement. This is the factor of right effort from the Eightfold Noble Path taught by the Buddha. If this triple effort continues through the movements of lifting the foot, placing it down and moving it forward, it will strengthen not only the physical strength, but also the mental strength. This is very important for the

next meditation session. Third, the balance between sitting and walking meditations contributes to good health, which in turn speed up the progress in cultivation. Obviously it is difficult to practice sitting meditation when you don't have good health or when you are sick. Too much sitting can cause many physical discomfort and can lead to illnesses. But the shift of posture and movements of walking meditation revive the muscles and stimulate circulation. This does not only help you revive your physical strength, but it also help you prevent illness. Fourth, walking meditation assists digestion. Improper digestion produces a lot of discomfort and thus a hindrance to practice. Walking meditation helps keep the bowels clear, minimizing slth and torpor. After a meal and before sitting, practitioner should do a good walking meditation to prevent drowsiness. Walking as soon as one gets up in the morning is also a good way to establish mindfulness and to avoid nodding head in the first sitting of the day. Fifth, walking meditation can help build durable concentration. As the mind works to focus on each movement during the walking session, concentration becomes continuous. Every step builds the firm foundation for concentration, and helps the mind stay with the object from moment to moment, eventually to reveal the true nature of reality at the deepest level. A practitioner who never does walking meditation will have a difficult time getting anywhere when he or she sit down on the sitting meditation. But one who is diligent in walking meditation will automatically carry strong mindfulness and firm concentration into sitting meditation.

The Length of Time of Practice Meditation & Releasing Meditation: We should practice meditation on a daily basis. Remember, we eat every day, care for our bodies every day. Since we almost always have mental defilements with us we need to cleanse our minds every day. It is recommended that we practice in the morning hours because then our body and mind are rested and we are away from the worries of the previous day. It would also do us good to meditate in the evening before we go to bed. But we may practice any time. And if we make it a habit to practice every day, it will be better and more beneficial to us. The length of practice time depends on our ability. That depends on how much time you can spend for meditation. There is no fixed rule. It is good if we can sit for one hour. But if we

cannot sit for one hour at the beginning, then we may sit half an hour or fifteen minutes, and little by little extend the time, until we can sit longer. And if we can sit for more than an hour without much discomfort, we may sit two or three hours if we like. Zen practitioners should always remember that we can have awareness of whatever we do at any time, whether we are working, walking, eating, etc. Therefore, practice of meditation is a lifetime task, not a task of one or two days, or a task of just an hour or half an hour a day. It will not be as intense as in meditation or during a certain retreat, but a more general awareness. And when we apply mindfulness to problems in our life, we will be able to deal with them more effectively.

You must reverse the whole process, that is, you must release your mind, then your breathing, and finally your body. Each time you perform the meditation session, you should feel at ease; this means that it has produced good effect. On the contrary, you must ask your master or good knowing advisors why you do not feel good after meditation. You should try to remember where you sat, what you did, were you disturbed or drowsy? Open your mouth and exhale deeply to let out all the heat inside your body and to recover your normal state. Slowly stretch out both arms, slightly rub both hands and press them on your eyes. Stir a little bit your neck and back. Curve your tongue a few times and swallow the saliva. Then rub thighs, calves, and feet; extend both legs. After that, slowly stand up and walk a few rounds; you will feel at ease.

Tuyển Luận Thứ Ba Mươi Hai
The Thirty-Second Selective Essay

Giác Ngộ Theo Quan Điểm Phật Giáo

Giác ngộ, tiếng Phạn là बोद्धे có nghĩa là giác sát hay giác ngộ. Giác có nghĩa là sự biết và cái có thể biết được. Giác ngộ là nhận biết các chướng ngại che lấp trí tuệ hay các hôn ám của vô minh như giấc ngủ (như đang ngủ say chợt tỉnh). Giác ngộ cũng là nhận ra các chướng ngại phiền não gây hại cho thiện nghiệp, hay trực ngộ về bản tánh thật của vạn pháp. Theo Phật giáo, giác ngộ chính là đại lộ đưa hành giả đi đến Niết Bàn. Khái niệm về từ Bodhi trong Phạn ngữ không có tương đương trong Việt và Anh ngữ, chỉ có danh từ “Lóa sáng,” “Bình sáng,” hay “Enlightenment” là thích hợp. Một người bản tánh thật sự của vạn hữu là giác ngộ cái hư không hiện tại. Cái hư không mà người ta thấy được trong khoảnh khắc ấy không phải là hư vô, mà là cái không thể nắm bắt được, không thể hiểu được bằng cảm giác hay tư duy vì nó vô hạn và vượt ra ngoài sự tồn tại và không tồn tại. Cái hư không được giác ngộ không phải là một đối tượng cho chủ thể suy gẫm, mà chủ thể phải hòa tan trong đó mới hiểu được nó. Trong Phật giáo thật, ngoài thể nghiệm đại giác ra, không có Phật giáo. Giác Ngộ là kinh nghiệm riêng tư thân thiết nhất của cá nhân, nên không thể nói bằng lời hay tả bằng bút được. Tất cả những gì các Thiền sư có thể làm được để truyền đạt kinh nghiệm ấy cho người khác chỉ là thử khơi gợi lên, hoặc chỉ trở cho thấy. Người nào thấy được là vừa chỉ thấy ngay, người nào không thấy thì càng nương theo đó để suy nghĩ, lập luận càng sai đê. Trong nhà Thiền, giác ngộ để chỉ sự nhận biết trực tiếp bằng trực giác về chân lý. Nghĩa đen của từ này là “thấy tánh,” và người ta nói rằng đây là sự nhận biết chân tánh bằng tuệ giác vượt ra ngoài ngôn ngữ hay khái niệm tư tưởng. Nó tương đồng với từ “satori” (ngộ) trong một vài bài viết về Thiền, nhưng trong vài bài khác thì “Kensho” được diễn tả như là thủy giác (hay sự giác ngộ lúc ban sơ) cần phải được phát triển qua tu tập nhiều hơn nữa, trong khi đó thì từ “satori” liên hệ tới sự giác ngộ của chư Phật và chư Tổ trong Thiền. Giác ngộ còn có nghĩa là “Kiến tánh ngộ đạo” hay nhìn thấy tự tánh chân thật của mình và đồng thời nhìn thấy bản tánh tối thượng của vũ trụ và vạn vật (Đây là một cách khác để diễn tả về kinh nghiệm giác ngộ hay sự tự nhận ra tự

tánh, từ đó thấy biết tất cả tự tánh của vạn hữu). Ấy là sự hốt nhiên nhận ra rằng: “Xưa nay ta vốn đầy đủ và toàn hảo. Kỳ diệu thay, huyền diệu thay!” Nếu là thấy Phật tánh thì thực chất sẽ luôn luôn giống nhau đối với bất cứ ai kinh nghiệm nó, dẫu người ấy là Phật Thích Ca hay Phật A Di Đà hay bất cứ người nào trong các bạn. Nhưng nói thế không có nghĩa là tất cả chúng ta đều có kinh nghiệm kiến tánh ở cùng một mức độ, vì trong cái rõ, cái sâu, cái đầy đủ của kinh nghiệm có những khác biệt lớn lao.

Giác ngộ theo Phật giáo là chúng ta phải nỗ lực tu tập cho đến khi chúng ta nhận thấy được rằng vấn đề trong cuộc sống không phải ở ngoài chúng ta, chừng đó chúng ta mới thực sự cất bước trên con đường đạo. Chỉ khi nào sự tỉnh thức phát sinh chúng ta mới thấy được sự hài hòa của cuộc sống mà chúng ta chưa bao giờ nhận thấy từ trước. Trong nhà Thiền, giác ngộ không phải là điều mà chúng ta có thể đạt được, nhưng nó là trạng thái thiếu vắng một thứ gì khác. Nên nhớ, trong suốt cuộc đời của chúng ta, chúng ta luôn chạy đông chạy tây để tìm cầu, luôn đeo đuổi mục đích gì đó. Giác ngộ thật sự chính là sự buông bỏ tất cả những thứ đó. Tuy nhiên, nói dễ khó làm. Việc tu tập là việc làm của từng cá nhân chứ không ai làm dùm cho ai được, không có ngoại lệ! Dẫu cho chúng ta có đọc thiên kinh vạn quyển trong cả ngàn năm thì việc làm này cũng không đưa chúng ta đến đâu cả. Chúng ta phải tu tập và phải nỗ lực tu tập cho đến cuối cuộc đời của mình. Từ giác ngộ rất quan trọng trong nhà Thiền vì mục đích của việc tu thiền là đạt tới cái được biết như là ‘giác ngộ.’ Giác ngộ là cảnh giới của Thánh Trí Tự Chứng, nghĩa là cái tâm trạng trong đó Thánh Trí tự thể hiện lấy bản tánh nội tại của nó. Sự tự chứng này lập nên chân lý của Thiền, chân lý ấy là giải thoát và an nhiên tự tại. Theo Thiền Sư D.T. Suzuki trong Thiền Luận, Tập II, Ngộ là toàn thể của Thiền. Thiền bắt đầu từ đó mà chấm dứt cũng ở đó. Bao giờ không có ngộ, bấy giờ không có Thiền. Ngộ là thước đo của Thiền như một tôn túc đã nói. Ngộ không phải là một trạng thái an tĩnh không thôi; nó không phải là sự thanh thản mà là một kinh nghiệm nội tâm không có dấu vết của tri thức phân biệt; phải là sự thức tỉnh nào đó phát khởi từ lãnh vực đối đãi của tâm lý, một sự trở chiều với hình thái bình thường của kinh nghiệm vốn là đặc tính của đời sống thường nhật của chúng ta. Nói cách khác, chân giác ngộ chính là sự thấu triệt hoàn toàn bản thể của tự ngã. Thuật ngữ Đại Thừa gọi là ‘Chuyển Y’ hay quay trở lại, hay lật

ngược cái cơ sở của tâm ý, ở đây toàn bộ kiến trúc tâm thức trải qua một cuộc thay đổi toàn diện. Ngộ là kinh nghiệm riêng tư thân thiết nhất của cá nhân, nên không thể nói bằng lời hay tả bằng bút được. Tất cả những gì các Thiền sư có thể làm được để truyền đạt kinh nghiệm ấy cho người khác chỉ là thử khơi gợi lên, hoặc chỉ tỏ cho thấy. Người nào thấy được là vừa chỉ thấy ngay, người nào không thấy thì càng nương theo đó để suy nghĩ, lập luận càng sai đề.

Trong thuật ngữ Phật giáo Nhật Bản, từ “Satori” dùng để chỉ sự “Giác Ngộ.” Trong tiếng Nhật, nghĩa đen của nó là “biết.” Trong Thiền từ này dùng để chỉ sự hiểu biết bản chất thật sự của vạn hữu một cách trực tiếp chứ không bằng khái niệm, vì nó vượt lên trên ngôn từ và khái niệm. Nó tương đương với từ “Kiến Tánh” của Hoa ngữ, cả hai đều có nghĩa là chứng nghiệm chân lý, nhưng không được xem như là cứu cánh của con đường, mà sự chứng ngộ này phải được đào sâu hơn nữa bằng thiền tập. Trong Thiền trạng thái ngộ là trạng thái của Phật tâm hay tự nó là tịnh thức. Tuy nhiên, ngược dòng thời gian trở về thời Đức Phật, dưới cội cây Bồ Đề, Thái Tử Tất Đạt Đa đã thành Chánh Đẳng Chánh Giác. Ngài đã giác ngộ những gì? Rất đơn giản, Ngài đã giác ngộ Chân Lý, Chân Lý Vĩnh Cửu. Tứ Diệu Đế và Bát Thánh Đạo là những điều mà Đức Phật đã tìm thấy. Phật tử chân thuần muốn đạt đến cảnh giới an vui hạnh phúc như Đức Phật, không có con đường nào khác hơn con đường tu tập theo đúng những sự thật này. Nghĩa là, chúng ta phải học các sự thật này và phải đi theo con đường mà Đức Phật đã chỉ bày. Như Đức Phật đã nói: “Tất cả những gì Ta làm, các người đều có thể làm được; các người có thể chứng đắc Niết Bàn, đi vào cảnh an vui hạnh phúc khi nào các người bỏ được cái ‘ngã’ sai lầm và diệt hết vô minh trong tâm mình.”

Theo Kinh Sa Môn Quả, Đức Phật dạy về kinh nghiệm giác ngộ như sau: “Với cái tâm an định, trong sạch, linh mẫn, điều chế, xả hết ác nghiệp, nhu thuận, tùy ứng, kiên cố, không nao núng, thầy Tỳ Kheo phát tâm diệt trừ phiền não. Thấy biết đúng như thực: ‘đây là khổ’, ‘đây là nguyên nhân của khổ’, ‘đây là sự diệt khổ’, và ‘đây là con đường diệt khổ.’ Thấy biết đúng như thực: ‘đây là phiền não’, ‘đây là nguyên nhân của phiền não’, ‘đây là sự diệt trừ phiền não’, và ‘đây là con đường đưa tới sự diệt trừ phiền não’. Biết như vậy, thấy như vậy, tâm thấy được giải thoát các phiền não lậu hoặc của dục ái, hữu ái, vô minh, và được trí tuệ giải thoát. Thầy Tỳ Kheo biết: ‘nghiệp tái sanh

đã xả trừ, phạm hạnh đã tròn, việc gì phải làm nay đã làm xong, sau kiếp này không còn thọ thân nào khác.’ Tuy nhiên, giáo pháp mà Như Lai chứng ngộ, quả thực thâm diệu, khó hiểu, khó nhận, vắng lặng tuyệt đối, không nằm trong phạm vi lý luận, tế nhị, chỉ có bậc Thánh nhân mới hiểu nổi. Chúng sanh còn luyến ái trong nhục dục ngũ trần. Giáo lý tương quan Duyên Khởi là một đề mục rất khó lãnh hội, và Niết Bàn, là sự chấm dứt mọi hiện tượng phát sinh có điều kiện, sự từ bỏ khát vọng, sự đoạn trừ tham ái, sự không tham ái và sự chấm dứt cũng là một vấn đề không dễ lãnh hội.” Thật rõ rệt rằng ngộ là sự thành tựu chân thực, trạng thái viên mãn của cái tâm bình thường trong đó mình sẽ cảm thấy thỏa mãn hơn, bình thản hơn, đầy niềm vui hơn bất cứ thứ gì mình từng thể nghiệm trước đây. Vì vậy ngộ là một trạng thái trong ấy con người hoàn toàn hòa hợp với thực tại bên ngoài và bên trong, một trạng thái trong ấy hành giả hoàn toàn ý thức được nó và nắm được nó một cách trọn vẹn. Hành giả nhận thức được nó, nghĩa là không phải bằng óc não hay bất cứ thành phần nào của cơ thể của hành giả, mà là con người toàn diện. Hành giả nhận thức được nó; không như một đối tượng đằng kia mà hành giả nắm giữ nó bằng tư tưởng, mà nó, bông hoa, con chó, hay con người trong thực tại trọn vẹn của nó hay của hành giả. Kể thức tỉnh thì cởi mở và miễn cảm đối với thế giới, và hành giả có thể cởi mở và miễn cảm vì anh ta không còn chấp trước vào mình như một vật, do đó đã trở thành trống không và sẵn sàng tiếp nhận. Ngộ có nghĩa là “sự thức tỉnh trọn vẹn của toàn thể cá tính đối với thực tại.”

Giác ngộ là một trạng thái tâm hoàn toàn bình thường mặc dầu mục tiêu tối hậu của thiền là thể nghiệm “ngộ.” Ngộ không phải là một trạng thái tâm bất thường; nó không phải là một cơn ngây ngất trong đó thực tại biến mất. Nó không phải là một tâm trạng ngã ái như chúng ta thấy trong vài biểu hiện tôn giáo. Nếu nó là một cái gì, thì nó là một tâm trạng hoàn toàn bình thường. Như Triệu Châu tuyên bố: “Bình thường tâm là Thiên,” chỉ tùy nơi mình điều chỉnh bản lề sao cho cánh cửa có thể mở ra đóng vào được. Ngộ có một ảnh hưởng đặc biệt đối với người thể nghiệm nó. “Tất cả những hoạt động tinh thần của chúng ta từ bây giờ sẽ hoạt động trên một căn bản khác, mà hẳn sẽ thỏa đáng hơn, thanh bình hơn, đầy niềm vui hơn bất cứ thứ gì mình từng thể nghiệm trước đây. Xu hướng của đời sống sẽ thay đổi. Sở hữu được thiền mình thấy có một cái gì tươi trẻ lại. Hoa xuân trông sẽ đẹp

hơn, trong suốt nước chảy sẽ mát hơn và trong hơn. Giác ngộ là sự tỉnh thức trọn vẹn trước thực tại. Thật là quan trọng phải hiểu rằng trạng thái ngộ không phải là một trạng thái phân ly hay một cơn ngây ngất trong đó mình tin là mình tỉnh thức, trong khi thực ra mình đang say ngủ. Dĩ nhiên, nhà tâm lý học Tây Phương hẳn có khuynh hướng tin rằng ngộ chỉ là một trạng thái chủ quan, một thứ mê man tự gây. Sự tỉnh thức trọn vẹn trước thực tại có nghĩa là đạt được một định hướng có ích lợi viên mãn. Có nghĩa là không liên kết mình với thế giới để thụ nhận, bóc lột, vơ vét, hay theo kiểu mua bán, nhưng một cách sáng tạo, hoạt động. Trong tình trạng phong phú viên mãn không có những tấm màn ngăn cách “cái tôi.” Đối tượng không còn là đối tượng nữa; nó không chống lại cái tôi, mà theo tôi. Đóa hồng tôi thấy không phải là đối tượng cho tư tưởng tôi, theo cái lối khi tôi nói “tôi thấy đóa hồng” tôi chỉ phát biểu rằng cái đối tượng đóa hồng, nằm dưới phạm trù “hồng”, nhưng theo cái lối rằng “một đóa hồng là một đóa hồng.” Tình trạng phong phú viên mãn đồng thời cũng là tình trạng khách thể tính cao nhất; tôi thấy đối tượng mà không hề bị mối tham lam hay sợ hãi của mình bóp méo. Tôi thấy nó như chính nó, chứ không phải như tôi muốn nó là hay không là như vậy. Trong lối tri giác này không có những bóp méo thiếu mạch lạc. Có sự sống động hoàn toàn, và sự tổng hợp là của chủ thể tính khách thể tính. Tôi thể nghiệm mãnh liệt, thế nhưng đối tượng được để yên là cái nó là. Tôi làm nó sống động, và nó làm tôi sống động. Ngộ chỉ có vẻ thần bí đối với những ai không ý thức được rằng tri giác của người ấy về thế giới thuần túy có tính cách tinh thần, hay thiếu mạch lạc tới mức độ nào. Nếu người ta nhận thức được điều này, người ta cũng nhận thức được một nhận thức khác, một nhận thức mà chúng ta có thể gọi là một nhận thức hoàn toàn thiết thực. Có thể người ta chỉ mới thoáng thấy nó, nhưng người ta có thể tưởng tượng nó là cái gì. Một ngày nọ sư Huyền Giác đi thăm Lục Tổ Huệ Năng. Lần đầu tiên gặp Tổ, sư tay cầm tích trượng vai mang bình bát đi nhiều Tổ ba vòng, đoạn đứng thẳng. Tổ thấy thế bèn nói, “Phàm sa môn có đủ ba ngàn uy nghi tám muôn tế hạnh. Đại Đức người phương nào đến mà sanh đại ngã mạn như vậy?” Huyền Giác thưa, “Sanh tử là việc lớn, vô thường qua nhanh quá.” Tổ bảo, “Sao không ngay nơi đó thể nhận lấy vô sanh, liễu chẳng mau ư?” Huyền Giác thưa: “Thể tức vô sanh, liễu vốn không mau.” Tổ khen, “Đúng thế! Đúng thế!” Lúc đó đại chúng nghe nói đều ngạc nhiên. Sư bèn đầy đủ oai nghi lễ tạ tổ.

Chốc lát sau sư xin cáo từ. Tổ bảo, “Trở về quá nhanh!” Huyền Giác thưa, “Vốn tự không động thì đâu có nhanh.” Tổ bảo, “cái gì biết không động?” Huyền Giác thưa, “Ngài tự phân biệt.” Tổ bảo, “Người được ý vô sanh rất sâu.” Huyền Giác thưa, “Vô sanh mà có ý sao?” Tổ bảo, “Không ý, cái gì biết phân biệt?” Huyền Giác thưa, “Phân biệt cũng không phải ý.” Tổ khen, “Lành thay! Lành thay!” Sư ở lại Tào Khê một đêm để hỏi thêm đạo lý. Sáng hôm sau sư trở về Ôn Giang, nơi mà chúng đệ tử đang chờ ông để học đạo. Thời nhơn từ đó gọi sư là “Nhất Túc Giác” hay một đêm giác ngộ.

Enlightenment In Buddhist Point of View

The term Enlightenment is from the Sanskrit word of “Bodhi” from the root “Bodha” which means knowing, understanding, and illumination. Buddhiboddhavya also means knowing and knowable. To enlighten means to awaken in regard to the real in contrast to the seeming, as to awake from a deep sleep. To enlighten also means to realize, to perceive, or to apprehend illusions which are harmful to good deeds, or the intuitive awareness or cognition of the Dharma-Nature, the realization of ultimate reality. According to Buddhism, enlightenment is the great avenue that leads practitioners to Nirvana. The concept of “Bodhi” in Sanskrit has no equivalent in Vietnamese nor in English, only the word “Lóe sáng,” “Bừng sáng,” “Enlightenment is the most appropriate term for the term Bodhi in Sanskrit. A person awakens the true nature of the all things means he awakens to a oneness of emptiness. The emptiness experienced here here is no nihilistic emptiness; rather it is something unperceivable, unthinkable, unfeelable for it is endless and beyond existence and nonexistence. Emptiness is no object that could be experienced by a subject, a subject itself must dissolve in it (the emptiness) to attain a true enlightenment. In real Buddhism, without this experience, there would be no Buddhism. Enlightenment is the most intimate individual experience and therefore cannot be expressed in words or described in any manner. All that one can do in the way of communicating the experience to others is to suggest or indicate, and this only tentatively. The one who has had it understands readily enough when such indication are given, but when we try to have a glimpse of it through

the indices given we utterly fail. In Zen, the term “enlightenment” is used for direct apprehension of truth. It literally means “seeing nature,” and is said to be awareness of one’s true nature in an insight that transcends words and conceptual thought. It is equated with “Satori” in some Zen contexts, but in others “kensho” is described as an initial awakening that must be developed through further training, while “satori” is associated with the awakening of Buddhas and the patriarchs of Zen. Enlightenment also means to see the nature, or awakening, or seeing into your True-nature and at the same time seeing into the ultimate nature of the universe and all things (This is another way of speaking of the experience of enlightenment or self-realization. Awakening to one’s true nature and hence of the nature of all existence). It is the sudden realization that “I have been complete and perfect from the very beginning. How wonderful, hoe miraculous!” If it is true awakening, its substance will always be the same for whoever experiences it, whether he be the Sakyamuni Buddha, the Amitabha Buddha, or any one of you. But this does not mean that we can all experience awakening to the same degree, for in the clarity, the depth, and the completeness of the experience there are great difference.

Enlightenment in Buddhism means we must strive to cultivate until we begin to get a glimmer that the problem in life is not outside ourselves, then we have really stepped on the path of cultivation. Only when that awakening starts, we can really see that life can be more open and joyful than we had ever thought possible. In Zen, enlightenment is not something we can achieve, but it is the absence of something. All our life, we have been running east and west to look for something, pursuing some goal. True enlightenment is dropping all that. However, it is easy to say and difficult to do. The practice has to be done by each individual, and no-one can do it for us, no exception! Even though we read thousands of sutras in thousands of years, it will not do anything for us. We all have to practice, and we have to practice with all our efforts for the rest of our life. The term ‘Enlightenment’ is very important in the Zen sects because the ultimate goal of Zen discipline is to attain what is known as ‘enlightenment.’ Enlightenment is the state of consciousness in which Noble Wisdom realizes its own inner nature. And this self-realization constitutes the truth of Zen, which is emancipation (moksha) and freedom (vasavartin).

Enlightenment is the whole of Zen. Zen starts with it and ends with it. When there is no enlightenment, there is no Zen. Enlightenment is the measure of Zen, as is announced by a master. Enlightenment is not a state of mere quietude, it is not tranquilization, it is an inner experience which has no trace of knowledge of discrimination; there must be a certain awakening from the relative field of consciousness, a certain turning-away from the ordinary form of experience which characterizes our everyday life. In other words, true enlightenment means the nature of one's own self-being is fully realized. The technical Mahayana term for it is 'Paravritti,' turning back, or turning over at the basis of consciousness. By this entirety of one's mental construction goes through a complete change. Enlightenment is the most intimate individual experience and therefore cannot be expressed in words or described in any manner. All that one can do in the way of communicating the experience to others is to suggest or indicate, and this only tentatively. The one who has had it understands readily enough when such indication are given, but when we try to have a glimpse of it through the indices given we utterly fail.

"Satori" is a Japanese term for "Awakening." In Japanese, it literally means "to know." In Zen, this refers to non-conceptual, direct apprehension of the nature of reality, because it is said to transcend words and concepts. It is often equated with another term "Chien-Hsing" in Chinese, both of which signify the experience of awakening to truth, but which are not considered to be the end of the path; rather, the experience must be deepened by further meditation training. In Zen, the state of satori means the state of the Buddha-mind or consciousness of pure consciousness itself. However, go back to the time of the Buddha, Prince Siddhartha, beneath the Bodhi Tree, attained Anuttara-Samyak-Sambodhi. What did he attain? Very simple, He attained the Truth, the Eternal Truth. The Four Noble Truths and the Eightfold Noble Path are what the Buddha found. Devout Buddhists who want to attain the same peace and happiness, have no other route but cultivating in accordance with these Truths. That is to say, we must learn about these Truths and walk the Path the Buddha showed. As the Buddha told his disciples: "All I did can be done by every one of you; you can find Nirvana and attain joy and happiness any time you give up the false self and destroy the ignorance in your minds."

According to the Samanaphalasuttanta, the Buddha taught the followings on the experience of enlightenment: “With his heart thus serene, made pure, translucent, cultured, devoid of evil, supple, ready to act, firm, and imperturbable, he directs and bends down to the knowledge of the destruction of the defilements. He knows as it really is: ‘this is pain’, ‘this is the origin of pain’, this is the cessation of pain’, and ‘this is the Way that leads to the cessation of pain’. He also knows as it really is: ‘this is affliction’, ‘this is the origin of affliction’, this is the cessation of affliction’, and ‘this is the Way that leads to the cessation of affliction’. To him, thus knowing, thus seeing, the heart is set free from the defilement of lusts, of existence, of ignorance... In him, thus set free, there arises the knowledge of his emancipation, and he knows: ‘Rebirth has been destroyed. The higher life has been fulfilled. What had to be done has been accomplished. After this present life there will be no more life beyond!’ However, the dharma which I have realized is indeed profound, difficult to perceive, difficult to comprehend, tranquil, exalted, not within the sphere of logic, subtle, and is to be understood by the wise. Sentient beings are attached to material pleasures. This causally connected ‘Dependent Arising’ is a subject which is difficult to comprehend. And Nirvana, the cessation of the conditioned, the abandoning of all passions, the destruction of craving, the non-attachment, and the cessation is also a matter not easily comprehensible.” It is quite clear that “Satori” is the true fulfillment of the state of a perfect normal state of mind in which you will be more satisfied, more peaceful, fuller of joy than anything you ever experienced before. So, “Satori” is a state in which the person is completely tuned to the reality outside and inside of him, a state in which he is fully aware of it and fully grasped it. He is aware of it that is, not in his brain nor any part of his organism, but as the whole man. He is aware of it; not as of an object over there which he grasps with his thought, but it, the flower, the dog, or the man in its or his full reality. He who awakes is open and responsive to the world, and he can be open and responsive because he has given up holding on to himself as a thing, and thus has become empty and ready to receive. To be enlightened means “the full awakening of the total personality to reality.”

Enlightenment is the perfect normal state of mind even the final aim of Zen is the experience of enlightenment, called "Satori." Satori is not an abnormal state of mind; it is not a trance in which reality disappears. It is not a narcissistic state of mind, as it can be seen in some religious manifestations. If anything, it is a perfect normal state of mind. As Joshu declared, "Zen is your everyday thought," it all depends on the adjustment of the hinge, whether the door opens in or opens out. Satori has a peculiar effect on the person who experiences it. All your mental activities will now be working in a different key, which will be more satisfying, more peaceful, fuller of joy than anything you ever experienced before. The tone of life will be altered. There is something rejuvenating in the possession of Zen. The spring flowers will look prettier, and the mountain stream runs cooler and more transparent. Enlightenment is the full awakening to reality. It is very important to understand that the state of enlightenment is not a state of dissociation or of a trance in which one believes oneself to be awakened, when one is actually deeply asleep. The Western psychologist, of course, will be prone to believe that "satori" is just a subjective state, an auto-induced sort of trance. A satori is the acquisition of a new viewpoint. The full awakening to reality means to have attained fully "productive orientation." That means not to relate oneself to the world receptively, exploitatively, hoardingly, or in a marketing fashion, but creatively and actively. In the state of full productiveness, there are no veils which separate me from "not me." The object is not an object anymore; it does not stand against me, but is with me. The rose I see is not an object for my thought, in the manner that when I say "I see a rose" I only state that the object, a rose, falls under the category "rose," but in the manner that "a rose is a rose." The state of productiveness is at the same time the state of highest activity; I see the object without distortions by my greed and fear. I see it as it or he is, not as I wish it or him to be or not to be. In this mode of perception there are no parataxic distortions. There is complete aliveness, and the synthesis is of subjectivity-objectivity. I experience intensely yet the object is left to be what it is. I bring it to life, and it brings me to life. Satori appears mysterious only to the person who is not aware to what degree his perception of the world is purely mental, or parataxical. If one is aware of this, one is also aware of a different

awareness, that which one can also call a fully realistic one. One may have only experienced glimpses of it, yet one can imagine what it is. One day Hsuan-Chieh went to Cao-Xi to visit the Sixth Patriarch. Upon his first meeting with Hui Neng, Hsuan-Chieh struck his staff on the ground and circled the Sixth Patriarch three times, then stood there upright. The Sixth Patriarch said, "This monk possesses the three thousand noble characteristics and the eighty thousand fine attributes. Oh monk! Where have you come from? How have you attained such self-possession?" Hsuan-Chieh replied, "The great matter of birth and death does not tarry." The Sixth Patriarch said, "Then why not embody what is not born and attain what is not hurried?" Hsuan-Chieh said, "What is embodied is not subject to birth. What is attained is fundamentally unmoving." The Sixth Patriarch said, "Just so! Just so!" Upon hearing these words, everyone among the congregation of monks was astounded. Hsuan-Chieh then formally paid his respect to the Sixth Patriarch. He then advised that he was immediately departing. The Sixth Patriarch said, "Don't go so quickly!" Hsuan-Chieh said, "Fundamentally there is nothing moving. So how can something be too quick?" The Sixth Patriarch said, "How can one know there's no movement?" Hsuan-Chieh said, "The distinction is completely of the master's own making." The Sixth Patriarch said, "You have fully attained the meaning of what is unborn." Hsuan-Chieh said, "So, does what is unborn have a meaning?" The Sixth Patriarch said, "Who makes a distinction about whether there is a meaning or not?" Hsuan-Chieh said, "Distinctions are meaningless." The Sixth Patriarch shouted, "Excellent! Excellent! Now, just stay here a single night!" Thus people referred to Hsuan-Chieh as the "Overnight Guest." The next day Hsuan-Chieh descended the mountain and returned to Wen-Chou, where Zen students gathered to study with him.

Tuyển Luận Thứ Ba Mười Ba
The Thirty-Third Selective Essay

Nguyên Lý Giải Thoát Cứu Cánh

Trong Phật giáo, giải thoát có nghĩa là giải thoát khỏi sanh tử. Mục tiêu của mọi Phật tử và mục đích của mọi tông phái dựa vào thiền định. Trong thiền, giải thoát đồng nghĩa với đại giác. Giải thoát là giải thoát khỏi mọi trở ngại của cuộc sống, những hệ lụy của dục vọng và tái sanh. Giải thoát tối hậu hay giải thoát vĩnh viễn, giải thoát khỏi sự tái sanh trong vòng luân hồi sanh tử. Giải thoát là lìa bỏ mọi trói buộc để được tự tại, giải thoát khỏi vòng luân hồi sanh tử, cởi bỏ trói buộc của nghiệp hoặc, thoát ra khỏi những khổ đau phiền não của nhà lửa tam giới. Giải thoát khỏi những khổ đau phiền não do hiểu được nguyên nhân của chúng, xuyên qua thực hành Tứ diệu đế mà xóa bỏ hay làm biến mất những nhớ bản ấy. "Vimukti" đánh dấu sự loại bỏ những ảo ảnh và đam mê, vượt thoát sinh tử và đạt tới cứu cánh Niết bàn. Nói chung, giáo pháp nhà Phật đều nhắm vào việc giải thoát con người khỏi những khổ đau phiền não ngay trong kiếp này. Các lời dạy này đều có cùng một chức năng giúp đỡ cá nhân hiểu rõ phương cách khơi dậy thiện tâm và từ bỏ ác tâm. Thí dụ như dùng bi tâm để giải thoát sân hận, dùng vô tham để giải thoát lòng tham, dùng trí tuệ để giải thoát si mê, dùng vô thường, tướng và khổ để giải thoát sự ngã mạn cống cao. Đối với người tại gia còn có bốn phạm đối với tự thân, gia đình, tôn giáo và xứ sở, Đức Phật đã khuyên nên từng bước tu tập các nghiệp không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, không vọng ngữ, không làm những hành động do chấp trước hay tham sân si và sợ hãi tác động, không tiêu phí tài sản bằng những cách uống rượu, la cà đường phố, tham dự các tổ chức đình đám không có ý nghĩa, không đánh bạc, không làm bạn với người xấu và không nhàn cư (vì cổ đức có dạy 'nhàn cư vi bất thiện.'). Ngoài ra, người tại gia nên luôn giữ gìn tốt sáu mối quan hệ gia đình và xã hội: liên hệ giữa cha mẹ và con cái, giữa vợ chồng, giữa thầy trò, giữa bà con thân thuộc, giữa láng giềng, giữa người tại gia và người xuất gia, giữa chủ và thợ, vân vân. Các mối quan hệ này phải được xây dựng trên cơ sở tình người, sự thủy chung, sự biết ơn, biết chấp nhận và cảm thông với nhau, biết tương kính lẫn nhau vì chúng liên hệ mật thiết với hạnh phúc cá nhân trong những

giây phút hiện tại. Chính vì thế mà Phật Pháp được gọi là Pháp Giải Thoát.

Để hiểu đạo Phật một cách chính xác, chúng ta phải bắt đầu ở cứu cánh công hạnh của Phật. Năm 486 trước Tây Lịch, hay vào khoảng đó, là năm đã chứng kiến thành kết hoạt động của Đức Phật với tư cách một đạo sư tại Ấn Độ. Cái chết của Đức Phật, như mọi người đều rõ, được gọi là Niết Bàn, hay tình trạng một ngọn lửa đã tắt. Khi một ngọn lửa đã tắt, không thấy còn lưu lại một chút gì. Cũng vậy, người ta nói Phật đã đi vào cảnh giới vô hình không sao miêu tả được bằng lời hay bằng cách nào khác. Trước khi Ngài chứng nhập Niết Bàn, trong rừng Ta La Song Thọ trong thành Câu Thi Na, Ngài đã nói những lời di giáo này cho các đệ tử: “Đừng than khóc rằng Đức đạo sư của chúng ta đã đi mất, và chúng ta không có ai để tuân theo. Những gì ta đã dạy, Pháp cùng với Luật, sẽ là đạo sư của các người sau khi ta vắng bóng. Nếu các người tuân hành Pháp và Luật không hề gián đoạn, há chẳng khác Pháp thân (Dharmakaya) của Ta vẫn còn ở đây mãi mãi. Dù có những lời giáo huấn ý nhị đó, một số đệ tử của Ngài đã nảy ra một ý kiến dị nghị ngay trước khi lễ táng của Ngài. Do đó đương nhiên các bậc trưởng lão phải nghĩ đến việc triệu tập một đại hội trưởng lão để bảo trì giáo pháp chính thống của Phật. Họ khuyến cáo vua A Xà Thế lập tức ra lệnh cho 18 Tăng viện chung quanh thủ đô phải trang bị phòng xá cho các hội viên của Đại Hội Vương Xá. Khi thời gian đã tới, năm trăm trưởng lão được chọn lựa cùng hợp nhau lại. Ông A Nan đọc lại kinh pháp (Dharma) và Upali đọc lại luật nghi (Vinaya). Thật ra không cần đọc lại các Luật, vì chúng đã được Phật soạn tập khi Ngài còn tại thế. Hội nghị đã kết tập tinh tấn về Pháp và Luật. Kết quả hoạt động của các trưởng lão được thừa nhận như là có thẩm quyền do những người có khuynh hướng chủ trương hình thức và thực tại luận. Tuy nhiên, có một số quan điểm dị biệt, Phú Lô Na là một thí dụ, vị này sau bị giết chết lúc đang giảng pháp. Phú Lô Na ở trong một khu rừng tre gần thành Vương Xá suốt thời đại hội, và được một cư sĩ đến hỏi, Ngài trả lời: “Đại hội có thể tạo ra một kết tập tinh tế. Nhưng tôi sẽ giữ những gì đã tự mình nghe từ Đức Đạo Sư của tôi.” Vậy chúng ta có thể cho rằng đã có một số người có các khuynh hướng duy tâm và tự do tư tưởng.

The Principle of Perfect Freedom

In Buddhism, "Moksha" means to release from the round of birth and death. The liberation the experiencing of which is the goal of all Buddhists and all meditative training in Buddhism. Liberation is also used as a synonym for enlightenment. To Deliverance means to release from all the trammels of life, the bondage of the passion and reincarnation. To Deliverance means to attain Final emancipation or liberation, eternal liberation, release from worldly existence or the cycle of birth and death. Liberation (Moksha) means the escaping from bonds and the obtaining of freedom, freedom from transmigration, from karma, from illusion, from suffering of the burning house in the three realms (lokiya). Liberation or release from suffering through knowledge of the cause of suffering and the cessation of suffering, through realization of the four noble truths to eliminate defilements. Vimukti is the extinction of all illusions and passions. It is liberation from the karmic cycle of life and death and the realization of nirvana. Generally speaking, all teachings of the Buddha are aimed at releasing human beings' sufferings and afflictions in this very life. They have a function of helping individual see the way to make arise the skilful thought, and to release the evil thought. For example, using compassion to release ill-will; using detachment or greedlessness to release greediness; using wisdom or non-illusion to release illusion; using perception to release selfishness; using impermanence and suffering to release "conceit." For lay people who still have duties to do in daily life for themselves and their families, work, religion, and country, the Buddha specifically introduced different means and methods, especially the Buddha's teachings in the Advices to Lay People (Sigalaka) Sutra. The Buddha also introduced other methods of cultivation: "To abandon four wrong deeds of not taking life, not taking what is not given, not committing sexual misconduct, not lying, not doing what is caused by attachment, ill-will, or fear, not to waste one's substance by the six ways of not drinking alcohol, not haunting the streets at unfitting time, not attending nonsense affairs, not gambling, not keeping bad company, and not staying idle. In addition, lay people should always live in the six good relationships of their families and society: between parents and children, between husband and wife,

between teacher and student, among relatives and neighbors, between monks and lay people, between employer and employee, etc. These relationships should be based on human love, loyalty, sincerity, gratitude, mutual acceptance, mutual understanding and mutual respect because they relate closely to individuals' happiness in the present. Thus, the Buddha's Dharma is called the Dharma of liberation.

To understand Buddhism properly we must begin at the end of the Buddha's career. The year 486 B.C. or thereabouts saw the conclusion of the Buddha's activity as a teacher in India. The death of the Buddha is called, as is well known, 'Nirvana,' or 'the state of the fire blown out.' When a fire is blown out, nothing remain to be seen. So the Buddha was considered to have entered into an invisible state which can in no way be depicted in word or in form. Just prior to his attaining Nirvana, in the Sala grove of Kusinagara, the Buddha spoke to His disciples to the following effect: "Do not wail saying 'Our Teacher has passed away, and we have no one to follow.' What I have taught, the Dharma (ideal) with the disciplinary (Vinaya) rules, will be your teacher after my departure. If you adhere to them and practice them uninterruptedly, is it not the same as if my Dharma-body (Dharmakaya) remained here forever?" In spite of these thoughtful instructions some of his disciples were expressing a dissenting idea even before his funeral. It was natural, therefore, for the mindful elders to think of calling a council of elders in order to preserve the orthodox teaching of the Buddha. They consulted King Ajatasatru who at once ordered the eighteen monasteries around his capital to be repaired for housing the members of the coming Council of Rajagriha. When the time arrived five hundred selected elders met together. Ananda rehearsed the Dharmas (sutras) while Upali explained the origin of each of the Vinaya rules. There was no necessity of rehearsing the Vinaya rules themselves since they had been compiled during the Buddha's lifetime for weekly convocation for confessions. At the council a fine collection of the Dharma and the Vinaya was made, the number of Sutras was decided, and the history of the disciplinary rules was compiled. The result of the elders' activity was acknowledged as an authority by those who had a formalistic and realistic tendency. There were, however, some who differed from them in their opinion. Purana, for instance, was skilled in preaching. Purana was in a bamboo grove near Rajagriha during the council, and, being asked by some layman, is said to have answered: "The council may produce a fine collection. But I will keep to what I heard from my teacher myself. So we may presume that there were some who had idealistic and free-thinking tendencies.

Tuyển Luận Thứ Ba Mươi Bốn
The Thirty-Fourth Selective Essay

Song Tu Phước-Huệ

Trong tu tập theo Phật giáo, pháp môn thì có nhiều, nhưng cách tu chỉ có hai: Tu phước và tu huệ. Tu phước bao gồm những cách thực hành khác nhau cho Phật tử, như thực hành bố thí, in kinh ấn tống, xây chùa dựng tháp, trì trai giữ giới, vân vân. Phước là do quả báo thiện nghiệp mà có. Phước đức bao gồm tài sản và hạnh phước của cõi nhân thiên, nên chỉ là tạm bợ và vẫn chịu luân hồi sanh tử. Phước báo tưởng thưởng, như được tái sanh vào cõi trời hay người. Phước đức là kết quả của những việc làm thiện lành tự nguyện, còn có nghĩa là phước điền, hay hạnh phước điền. Phước đức do quả báo thiện nghiệp mà có. Phước đức bao gồm tài sản và hạnh phước của cõi nhân thiên, nên chỉ là tạm bợ và vẫn chịu luân hồi sanh tử. Tu Phước là những cách thực hành khác nhau cho Phật tử, như thực hành bố thí, in kinh ấn tống, xây chùa dựng tháp, trì trai giữ giới, vân vân. Phước đức là tính chất trong chúng ta bảo đảm những ơn phước sắp đến, cả vật chất lẫn tinh thần. Không cần khó khăn lắm người ta cũng nhìn thấy ngay rằng ước ao phước đức, tạo phước đức, tàng chứa phước đức, hay thu thập phước đức, dù xứng đáng thế nào chẳng nữa vẫn ẩn tàng một mức độ ích kỷ đáng kể. Phước đức luôn luôn là những những chiến thuật mà các Phật tử, những thành phần yếu kém về phương diện tâm linh trong giáo hội, dùng để làm yếu đi những bản năng chấp thủ, bằng cách tách rời mình với của cải và gia đình, bằng cách ngược lại hướng dẫn họ về một mục đích duy nhất, nghĩa là sự thủ đắc phước đức từ lâu vẫn nằm trong chiến thuật của Phật giáo. Nhưng, dĩ nhiên việc này chỉ có giá trị ở mức độ tinh thần thấp kém. Ở những giai đoạn cao hơn người ta phải quay lưng lại với cả hình thức thủ đắc này, người ta phải sẵn sàng buông bỏ kho tàng phước đức của mình vì hạnh phúc của người khác. Đại Thừa đã rút ra kết luận này, và mong mỗi tín đồ cấp cho chúng sanh khác phước đức của riêng mình, như kinh điển đã dạy: “Hồi hướng hay trao tặng công đức của họ cho sự giác ngộ của mọi chúng sanh.” “Qua phước đức của mọi thiện pháp của tôi, tôi mong ước xoa dịu nỗi khổ đau của hết thảy chúng sanh, tôi ao ước là thầy thuốc và kẻ nuôi bệnh chùng nào còn có bệnh tật. Qua những cơn mưa thực

phẩm và đồ uống, tôi ao ước dập tắt ngọn lửa của đói và khát. Tôi ao ước là một kho báu vô tận cho kẻ bần cùng, một tôi tớ cung cấp tất cả những gì họ thiếu. Cuộc sống của tôi, và tất cả mọi cuộc tái sinh, tất cả mọi của cải, tất cả mọi phước đức mà tôi thủ đắc hay sẽ thủ đắc, tất cả những điều đó tôi xin từ bỏ không chút hy vọng lợi lộc cho riêng tôi, hầu sự giải thoát của tất cả chúng sanh có thể thực hiện.”

Phải thành thật mà nói, nhờ tu tuệ mà hành giả đạt được một số công đức góp phần không nhỏ cho tiến trình giải thoát khỏi sáu nẻo luân hồi. Công đức là thực hành cái gì thiện lành như giảm thiểu tham, sân, si. Công đức là hạnh tự cải thiện mình, vượt thoát khỏi vòng luân hồi sanh tử để đi đến Phật quả. Sức mạnh làm những việc công đức, giúp vượt qua bờ sanh tử và đạt đến quả vị Phật. Phước đức được thành lập bằng cách giúp đỡ người khác, trong khi công đức nhờ vào tu tập để tự cải thiện mình và làm giảm thiểu những ham muốn, giận hờn, si mê. Cả phước đức và công đức phải được tu tập song hành. Hai từ này thỉnh thoảng được dùng lẫn lộn. Tuy nhiên, sự khác biệt chính yếu là phước đức mang lại hạnh phúc, giàu sang, thông thái, vân vân của bậc trời người, vì thế chúng có tính cách tạm thời và vẫn còn bị luân hồi sanh tử. Công đức, ngược lại giúp vượt thoát khỏi luân hồi sanh tử và dẫn đến quả vị Phật. Cùng một hành động bố thí với tâm niệm đạt được quả báo trần tục thì mình sẽ được phước đức; tuy nhiên, nếu mình bố thí với quyết tâm giảm thiểu tham lam bỗn xén, mình sẽ được công đức. Trong khi phước đức tức là công đức bên ngoài, còn công đức là do công phu tu tập bên trong mà có. Công đức do thiên tập, dù trong chốc lát cũng không bao giờ mất. Có người cho rằng ‘Nếu như vậy tôi khỏi làm những phước đức bên ngoài, tôi chỉ một bề tích tụ công phu tu tập bên trong là đủ’. Nghĩ như vậy là hoàn toàn sai. Người Phật tử chơn thuần phải tu tập cả hai, vừa tu phước mà cũng vừa tu tập công đức, cho tới khi nào công đức tròn đầy và phước đức đầy đủ, mới được gọi là ‘Lưỡng Túc Tôn.’ Theo kinh Pháp Bảo Đàn, phẩm thứ ba, Tổ bảo Vi Thử Sư: “Vô Đế tâm tà, không biết chánh pháp, cất chùa độ Tăng, bố thí thiết trai, đó gọi là cầu phước, chớ không thể đem phước đổi làm công đức được. Công đức là ở trong pháp thân, không phải do tu phước mà được.” Tổ lại nói: “Thấy tánh ấy là công, bình đẳng ấy là đức. Mỗi niệm không ngưng trệ, thường thấy bản tánh, chân thật diệu dụng, gọi là công đức. Trong tâm khiêm hạ ấy là công, bên ngoài hành lễ phép ấy là đức. Tự tánh dựng lập muôn pháp là công, tâm thể lia

niệm ấy là đức. Không lìa tự tánh ấy là công, ứng dụng không nhiễm là đức. Nếu tìm công đức pháp thân, chỉ y nơi đây mà tạo, ấy là chơn công đức. Nếu người tu công đức, tâm tức không có khinh, mà thường hành khắp kính. Tâm thường khinh người, ngô ngã không dứt tức là không công, tự tánh hư vọng không thật tức tự không có đức, vì ngô ngã tự đại thường khinh tất cả. Nay thiện tri thức, mỗi niệm không có gián đoạn ấy là công, tâm hành ngay thẳng ấy là đức; tự tu tánh, ấy là công, tự tu thân ấy là đức. Nay thiện tri thức, công đức phải là nơi tự tánh mà thấy, không phải do bố thí cúng dường mà cầu được. Ấy là phước đức cùng với công đức khác nhau.”

Theo giáo thuyết nhà Phật, tuệ là một trong năm căn, tuệ căn có thể quán đạt chúng sanh để nảy sinh ra đạo lý. Tuệ căn nghĩa là trí tuệ mà người có tôn giáo phải duy trì. Đây không phải là cái trí tuệ tự kỷ mà là cái trí tuệ thực sự mà chúng ta đạt được khi chúng ta hoàn toàn thoát khỏi cái ngã và ảo tưởng. Hễ chừng nào chúng ta có trí tuệ này thì chúng ta sẽ không đi lạc đường. Chúng ta cũng có thể nói như thế về niềm tin của chúng ta đối với chính tôn giáo, không kể đến cuộc sống hằng ngày. Nếu chúng ta không tu tập bằng trí tuệ, chắc chắn chúng ta sẽ bị ràng buộc vào những ham muốn ích kỷ, nhỏ nhặt. Cuối cùng, chúng ta có thể đi lạc vào một tôn giáo sai lầm. Tuy rằng chúng ta có thể tin sâu vào tôn giáo ấy, hết lòng tu tập theo tôn giáo ấy, giữ gìn nó trong tâm và tận tụy đối với nó, chúng ta cũng không được cứu độ vì giáo lý của nó căn bản là sai, và chúng ta càng lúc càng bị chìm sâu hơn vào thế giới của ảo tưởng. Quanh chúng ta có nhiều trường hợp về những người đi vào con đường như thế. Dù “tuệ căn” được nêu lên cuối cùng trong năm quan năng đưa đến thiện hạnh, nó cũng nên được kể là thứ tự đầu tiên khi ta bước vào cuộc sống tôn giáo.

Đối với bất cứ hành giả tu Phật nào, Tuệ và Định đều đóng vai trò cực kỳ quan trọng trên bước đường tu hành. Thiền định (thu nhiếp những tư tưởng hỗn tạp) và trí tuệ (quán chiếu thấu suốt sự lý), giống như hai cánh tay, tay trái là thiền định, tay phải là trí tuệ. Theo Kinh Pháp Bảo Đàn, phẩm thứ tư, Lục Tổ dạy: “Nay thiện tri thức! Pháp môn của ta đây lấy định tuệ làm gốc, đại chúng chớ lầm nói định tuệ riêng. Định tuệ một thể không hai. Định là thể của tuệ, tuệ là dụng của định. Ngay khi tuệ, định ở tại tuệ; ngay khi định, tuệ ở tại định. Nếu biết được nghĩa này tức là cái học định tuệ bình đẳng. Những người

học đạo chớ nói trước định rồi sau mới phát tuệ, hay trước tuệ rồi sau mới phát định, mỗi cái riêng khác. Khởi cái thấy như thế ấy, thì pháp có hai tướng. Miệng nói lời thiện, mà trong tâm không thiện thì không có định tuệ, định tuệ không bình đẳng. Nếu tâm miệng đều là thiện, trong ngoài một thứ, định tuệ tức là bình đẳng. Tự ngộ tu hành không ở chỗ tranh cãi, nếu tranh trước sau tức là đồng với người mê, không dứt sự hơn thua, trở lại tăng ngã và pháp, không lia bốn tướng. Nầy thiện tri thức! Định tuệ ví như cái gì? Ví như ngọn đèn và ánh sáng. Có ngọn đèn tức có ánh sáng, không đèn tức là tối, đèn là thể của ánh sáng, ánh sáng là dụng của đèn; tên tuy có hai mà thể vốn đồng một. Pháp định tuệ nầy lại cũng như thế.”

Hành giả chân thuần nên luôn nhớ rằng chính những cản trở do phiền não gây ra hay những dục vọng và ảo tưởng làm tăng tái sanh và trở ngại cho sự phát sanh trí huệ. Nhờ có Tuệ Tu Hạnh hay hạnh thực hành trí huệ nên không có chi mà chúng ta chẳng rõ chẳng biết. Bên cạnh đó, nhờ có hạnh tu tuệ mà hành giả sẽ có được tuệ nhãn, hay con mắt trí tuệ thấy vạn hữu giai không. Với con mắt nầy, Bồ Tát ném cái nhìn vào tất cả những cái kỳ diệu và bất khả tư nghì của cảnh giới tâm linh, thấy tận hố thẳm sâu xa nhất của nó. Tuệ nhãn còn có nghĩa là nhận rõ thực tính của các sự vật cũng như tướng trạng thật sự của chúng. Theo một ý nghĩa riêng, đây là một lối nhìn có tính cách triết học về các sự vật. Một người có tuệ nhãn có thể quan sát các sự vật mà một người thường không thể nhìn thấy được và có thể nhận thức những vấn đề vượt ngoài trí tưởng tượng. Người ấy hiểu rằng mọi sự trên đời này luôn luôn biến đổi và không có một cái gì hiện hữu trong một hình thái cố định. Điều này có nghĩa là hết thảy mọi sự vật đều vô thường, không có sự vật nào hiện hữu một cách riêng lẻ trong vũ trụ mà không có liên quan với các sự vật khác; mọi sự vật hiện hữu trong mối liên hệ với mọi sự vật khác giống như những mắt lưới, không có cái gì có một tự ngã. Đồng thời, hành giả cũng đạt được tuệ lực hay sức mạnh của trí năng (sức mạnh của trí tuệ), dựa vào chân lý Tứ Diệu Đế dẫn đến nhận thức đúng và giải thoát.

Mục đích của tu tập thiền là để đạt được trí huệ. Trí huệ chân chính khởi lên từ cái tâm thanh tịnh. Trí huệ chân chánh không phải là thứ trí huệ đạt được qua việc đọc và học kinh điển hay sách vở; cái trí huệ đạt được qua việc đọc và học chỉ là phàm trí chứ không phải là chân trí huệ. Bên cạnh đó, hành giả tu tập trí huệ phải luôn sáng suốt

chứ không mê muội về nhân quả. Các bậc cổ đức Phật giáo thường nói: “Bồ Tát Sợ Nhân, Chúng Sinh Sợ Quả.” Thật vậy, tất cả những người tu tập trí huệ đều biết rằng cả nhân lẫn quả liên hệ mật thiết trong khi cùng hỗ tương tồn tại. Mọi sự vật trên đời này đều phải chịu sự chi phối của luật nhân quả. Vạn vật đều trống rỗng và vô thường, nhưng luật nhân quả lại không bao giờ thay đổi. Bồ Tát, những vị tu tập trí huệ, vì sợ quả ác về sau, cho nên chẳng những tránh gieo ác nhân trong hiện tại, mà còn tinh tấn tu hành cho nghiệp chướng chóng tiêu trừ, đầy đủ công đức để cuối cùng đạt thành Phật quả. Còn chúng sanh vì vô minh che mờ tâm tánh nên tranh nhau gây tạo lấy ác nhân, vì thế mà phải bị nhận lấy ác quả. Trong khi chịu quả, lại không biết ăn năn sám hối, nên chẳng những sanh tâm oán trách trời người, mà lại còn gây tạo thêm nhiều điều ác độc khác nữa để chống đối. Vì thế cho nên oan oan tương báo mãi không thôi. Từ vô thí, do cảm nhận và hành xử một cách sai lầm, mà chúng ta phải chịu khổ đau phiền não. Theo Phật giáo, mọi hành vi từ thân, khẩu, ý đều sanh ra những nghiệp quả hoặc tốt hoặc xấu. Có nhiều người tin rằng nguyên nhân gây nên khổ đau phiền não đến từ những hoàn cảnh bên ngoài xã hội, nhưng với Phật giáo, những nguyên nhân này nằm ở ngay bên trong mỗi người chúng ta. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng khổ đau phiền não gây nên bởi vô minh, còn nguồn gốc của hạnh phúc Niết Bàn là trí tuệ. Chính vì lý do này mà chúng ta cần phải tu tập để chuyển hóa những khổ đau phiền não thành ra an lạc, tỉnh thức, hạnh phúc, và cuối cùng đi đến cứu cánh Niết Bàn. Nếu chúng ta muốn chuyển hướng ra khỏi những tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng... cách duy nhất là chúng ta phải đạt được trí huệ chân chánh. Vì với trí huệ chân chánh chúng ta có thể chế ngự được mười tên giặc ác vừa kể ở trên. Từ đó, cuộc sống của chúng ta sẽ trở nên thanh tịnh và an lạc hơn.

Trong Phật giáo, trí tuệ và Bát Nhã Trí thường có chung nghĩa; tuy nhiên thông đạt sự tướng hữu vi thì gọi là “trí.” Thông đạt không lý vô vi thì gọi là “tuệ.” Trí Tuệ được mô tả là sự hiểu biết về Tứ Diệu Đế, sự hiểu biết về lý nhân duyên, và những điều tương tự như vậy. Sự đắc thành trí huệ là sự đắc thành khả năng biến đổi học thuyết từ những đối tượng của trí tuệ thành kinh nghiệm thực tế cho cá nhân mình. Nói cách khác, trí tuệ theo Phật giáo là khả năng biến đổi những kiến thức về Tứ Diệu Đế và những điều tương tự học trong kinh điển thành chân

lý hiện thực và sinh động. Muốn đạt được trí tuệ, trước nhất chúng ta phải trau dồi giới hạnh và phát triển sự định tĩnh nơi tinh thần. Nên nhớ rằng, đọc và hiểu kinh điển không phải là đạt được trí tuệ. Trí tuệ là đọc, hiểu và biến được những gì mình đã đọc hiểu thành kinh nghiệm hiện thực của cá nhân. Trí tuệ cho chúng ta khả năng “thấy được chân lý” hay “thấy sự thể đúng như sự thể” vì đạt được trí tuệ không phải là một bài tập về trí tuệ hay học thuật, mà là sự thấy biết chân lý một cách trực tiếp.

Trong Phật giáo, Trí Tuệ là đức tính cao cả nhất. Người ta thường dịch từ ngữ Bắc Phạn “Prajna” (pali-Panna) là trí tuệ, và cách dịch đó không được chính xác. Tuy nhiên, khi chúng ta bàn về truyền thống Phật giáo, chúng ta phải luôn nhớ rằng Trí Tuệ ở đây được dùng theo một ý nghĩa đặc biệt, thật đặc biệt trong lịch sử tư tưởng của nhân loại. Trí Tuệ được các Phật tử hiểu như là sự “quán tưởng các pháp một cách có phương pháp.” Điều này được chỉ bày rõ ràng theo định nghĩa của Ngài Phật Âm: “Trí Tuệ có đặc tính thâm nhập vào bản chất của vạn pháp. Nhiệm vụ của nó là phá tan bóng tối của ảo tưởng che mất tự tính của vạn pháp. Biểu hiện của trí tuệ là không bị mê mờ. Bởi vì “người nào nhập định biết và thấy rõ thực tướng, thiền định chính là nguyên nhân trực tiếp và gần nhất của trí tuệ.” Trí tuệ là khí giới của Bồ Tát, vì tiêu diệt tất cả vô minh phiền não. Chư Bồ Tát an trụ nơi pháp này thời có thể diệt trừ những phiền não, kiết sử đã chứa nhóm từ lâu của tất cả chúng sanh. Nói tóm lại, người tu tập phước huệ sẽ thấy được cái tinh túy của thân người cùng xử dụng hữu ích thân này, không bị lôi cuốn theo các việc vô nghĩa của kiếp sống này. Người tu tập phước huệ luôn hăng hái cố gắng tinh tấn tu tập các pháp môn, phương tiện, từ bỏ những điều đưa đến tai họa và luôn tu tập tích tụ công đức lành và cuối cùng đi đến giải thoát hoàn toàn.

Đức Phật dạy rằng trí tuệ toàn hảo tối thượng là thứ có sẵn bên trong mỗi chúng sanh. Kinh Hoa Nghiêm dạy: “Chúng sanh đều có trí huệ và đức năng như chư Phật.” Tuy nhiên, tại sao hiện tại chúng ta không có cái trí huệ này? Đó là do bởi vọng tưởng và những chấp thủ. Bây giờ cố gắng tu tập là để phục hồi lại cái thứ trí huệ sẵn có ấy. Nếu có trí huệ thì từ ý nghĩ, lời nói đến hành động đều đúng đắn, thì làm sao mà chúng ta phải chịu những nghiệp quả xấu? Dĩ nhiên, cuộc sống của chúng ta là gì nếu không muốn nói là cuộc sống an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc? Giáo thuyết nhà Phật chỉ cho chúng ta thấy rằng với trí

huệ chân chánh, con người có thể chuyển đời sống khổ đau phiền não thành đời sống an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc. Nói cách khác, tu tập trong Phật giáo là khôi phục lại đời sống trí tuệ, khôi phục lại cái trí tuệ viên mãn giống như đức Phật đã từng làm trên hai mươi sáu thế kỷ về trước.

Có nhiều thứ chướng ngại mà bất cứ hành giả nào cũng đều phải vượt qua trước khi đạt được giác ngộ: Dị sanh tánh chướng (chướng ngại vì tưởng rằng những cái không thật là thật), tà hạnh chướng, ám độn chướng, vi tế hiện hành phiền não chướng, hạ thừa Niết bàn chướng, thô tướng hiện hành chướng, tế tướng hiện hành chướng, vô tướng gia hành chướng, lợi tha Bất dục hành chướng, chư pháp vị đắc tự tại chướng, nghiệp chướng, phiền não chướng, và sở tri chướng, vân vân. Tuy nhiên, theo Phật giáo, có hai loại chướng làm trở ngại cho việc phước huệ song tu. Thứ nhất là phiền não chướng làm trở ngại cho việc tu tập phước đức. Thứ nhì là sở tri chướng làm trở ngại cho việc tu tập trí tuệ. Phiền não chướng là những trở ngại gây phiền não hay chướng gây nên bởi dục vọng, ham muốn, hận thù và ngu si (những trở ngại gây phiền não). Chướng ngại là những cản trở do phiền não gây ra. Những dục vọng và ảo tưởng làm tăng tái sanh và trở ngại Niết bàn. Sở Tri Chướng là trở ngại của tri thức. Trí tuệ trần tục cho những điều không thật là thật làm cản trở chân trí tuệ. Thế gian trí thường coi sự vật như thật là một chướng ngại cho chân trí, thường đi kèm với phiền não chướng (trở ngại của các phiền não). Theo Phật giáo, hầu hết những hiểu biết cũ đều là chướng ngại cho tuệ giác mới, và Phật giáo gọi nó là “Sở tri chướng.” Cũng như những bậc đã đạt đạo, những nhà khoa học vĩ đại đều phải trải qua những giai đoạn biến đổi lớn trong tự thân. Sở dĩ họ đạt được những cái thấy sâu sắc là vì nơi họ quán lực, định lực và niệm lực đã được phát triển một cách thâm hậu.

Cuối cùng, trong tu hành Phật giáo, Phước và Huệ là đôi chân của vị hành giả đang trên đường đi đến vùng đất Phật. Nếu thiếu mất một chân thì ngay lập tức người ấy sẽ trở thành què quặt và sẽ không bao giờ tự mình có thể đi đến được đất Phật. Thật vậy, theo giáo lý nhà Phật, nếu không có giới hạnh thanh tịnh sẽ không thể đình chỉ sự loạn động của tư tưởng. Nói cách khác, nếu không tu phước nơi thân thì nơi tâm sẽ lang thang quanh quẩn mà không có sự đình chỉ những loạn động của tư tưởng và cũng sẽ không có sự thành tựu của tuệ giác. Sự thành tựu của tuệ giác có nghĩa là sự viên mãn của tri thức và trí tuệ,

tức giác ngộ trọn vẹn. Đó là kết quả của chuỗi tự tạo và lý tưởng của đời sống tự tác chủ. Giới luật mà Đức Phật đã ban hành không phải là những điều răn tiêu cực mà rõ ràng xác định ý chí cương quyết hành thiện, sự quyết tâm có những hành động tốt đẹp, một con đường toàn hảo được đắp xây bằng thiện ý nhằm tạo an lành và hạnh phúc cho chúng sanh. Những giới luật này là những quy tắc đạo lý nhằm tạo dựng một xã hội châu toàn bằng cách đem lại tình trạng hòa hợp, nhất trí, điều hòa, thuận thảo và sự hiểu biết lẫn nhau giữa người với người. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng đạo Phật là con đường tìm trở về với chính mình (hướng nội) nên giáo dục trong nhà Phật cũng là nên giáo dục hướng nội chứ không phải là hướng ngoại cầu hình cầu tướng. Như trên đã nói, nguyên nhân căn bản gây ra khổ đau phiền não là tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng... và mục đích tối hậu của đạo Phật là nhằm giúp chúng sanh, nhất là những chúng sanh con người, tu tập phước và huệ song song để họ có thể loại trừ những thứ ấy để nếu chưa thành Phật thì ít nhất chúng ta cũng trở thành một chân Phật tử có một cuộc sống an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc.

A Summary of Simultaneous Cultivations of Blessings & Wisdom

In Buddhist cultivations, there are several different dharma doors, but there are only two ways of cultivation: Cultivation of merits and cultivation of wisdom. Cultivate to gather merits includes various practices for a Buddhist such as practicing charity, distributing free sutras, building temples and stupas, keeping vegetarian diet and precepts, etc. Merit is the result of the voluntary performance of virtuous actions, also means field of merit, or field of happiness. All good deeds, or the blessing arising from good deeds. The karmic result of unselfish action either mental or physical. The blessing wealth, intelligence of human beings and celestial realms; therefore, they are temporary and subject to birth and death. Practices of blessing or sundry practices are various practices for a Buddhist such as practicing charity, distributing free sutras, building temples and stupas, keeping vegetarian diet and precepts, etc. Merit is the quality in us which ensures future benefits to us, material of spiritual. It is not difficult to perceive that to desire merit, to hoard, store, and accumulate merit,

does, however meritorious it may be, imply a considerable degree of self-seeking. It has always been the tactics of the Buddhists to weaken the possessive instincts of the spiritually less-endowed members of the community by withdrawing them from such objects as wealth and family, and directing them instead towards one aim and object, i.e. the acquisition of merit. But that, of course, is good enough only on a fairly low spiritual level. At higher stages one will have to turn also against this form of possessiveness, one will have to be willing to give up one's store of merit for the sake of the happiness of others. The Mahayana drew this conclusion and expected its followers to endow other beings with their own merit, or, as the Scriptures put it, 'to turn over, or dedicate, their merit to the enlightenment of all beings.' "Through the merit derived from all my good deeds I wish to appease the suffering of all creatures, to be the medicine, the physician, and the nurse of the sick as long as there is sickness. Through rains of food and drink I wish to extinguish the fire of hunger and thirst. I wish to be an exhaustible treasure to the poor, a servant who furnishes them with all they lack. My life, and all my re-birth, all my possessions, all the merit that I have acquired or will acquire, all that I abandon without hope of any gain for myself in order that the salvation of all beings might be promoted."

Truly speaking, owing to the practice of wisdom, practitioners will attain a number of virtues that contribute a considerable part in the process of going beyond the six paths of the samsara. Virtue is practicing what is good like decreasing greed, anger and ignorance. Virtue is to improve oneself, which will help transcend birth and death and lead to Buddhahood. Merit is what one established by benefitting others, while virtue is what one practices to improve oneself such as decreasing greed, anger, and ignorance. Both merit and virtue should be cultivated side by side. These two terms are sometimes used interchangeably. However, there is a crucial difference. Merits are the blessings (wealth, intelligence, etc) of the human and celestial realms; therefore, they are temporary and subject to birth and death. Virtue, on the other hand, transcend birth and death and lead to Buddhahood. The same action of giving charity with the mind to obtain mundane rewards, you will get merit; however, if you give charity with the mind to decrease greed and stingy, you will obtain virtue. While blessing (merit) is obtained from doing the Buddha work, while virtue gained

from one's own practice and cultivation. If a person can sit stillness for the briefest time, he creates merit and virtue which will never disappear. Someone may say, 'I will not create any more external merit and virtue; I am going to have only inner merit and virtue.' It is totally wrong to think that way. A sincere Buddhist should cultivate both kinds of merit and virtue. When your merit and virtue are perfected and your blessings and wisdom are complete, you will be known as the 'Doubly-Perfected Honored One.' According to the Platform Sutra, Chapter Three, the Master told Magistrate Wei, "Emperor Wu of Liang's mind was wrong; he did not know the right Dharma. Building temples and giving sanction to the Sangha, practicing giving and arranging vegetarian feasts is called 'seeking blessings.' Do not mistake blessings for merit and virtue. Merit and virtue are in the Dharma body, not in the cultivation of blessings." The Master further said, "Seeing your own nature is merit, and equanimity is virtue. To be unobstructed in every thought, constantly seeing the true, real, wonderful function of your original nature is called merit and virtue. Inner humility is merit and the outer practice of reverence is virtue. Your self-nature establishing the ten thousand dharmas is merit and the mind-substance separate from thought is virtue. Not being separate from the self-nature is merit, and the correct use of the undefiled self-nature is virtue. If you seek the merit and virtue of the Dharma body, simply act according to these principles, for this is true merit and virtue. Those who cultivate merit in their thoughts, do not slight others but always respect them. Those who slight others and do not cut off the 'me and mine' are without merit. The vain and unreal self-nature is without virtue, because of the 'me and mine,' because of the greatness of the 'self,' and because of the constant slighting of others. Good Knowing Advisors, continuity of thought is merit; the mind practicing equality and directness is virtue. Self-cultivation of one's nature is merit and self-cultivation of the body is virtue. Good Knowing Advisors, merit and virtue should be seen within one's own nature, not sought through giving and making offerings. That is the difference between blessings and merit and virtue."

According to Buddhist teachings, the root or organ of wisdom or sense of wisdom is one of the five organs. The wisdom that people of religion must maintain. This is not a self-centered wisdom but the true

wisdom that we obtain when we perfectly free ourselves from ego and illusion. So long as we have this wisdom, we will not take the wrong way. We can say the same thing of our belief in religion itself, not to mention in our daily lives. If we don't cultivate with our wisdom, we will surely be attached to selfish, small desires. Eventually, we are apt to stray toward a mistaken religion. However, earnestly we may believe in it, endeavoring to practice its teaching, keeping it in mind, and devoting ourselves to it, we cannot be saved because of its basically wrong teaching, and we sink farther and farther into the world of illusion. There are many instances around us of people following such a course. Although "sense of wisdom" is mentioned as the last of the five organs leading man to good conduct, it should be the first in the order in which we enter a religious life.

For any Buddhist practitioners, Wisdom and Concentration play an extremely important role on the path of cultivation. Meditation and wisdom, two of the six paramitas; likened to the two hands, the left meditation, the right wisdom. According to the Platform Sutra, Chapter Four, the Sixth, Patriarch instructed the assembly: "Good Knowing Advisors, this Dharma-door of mine has concentration and wisdom as its foundation. Great assembly, do not be confused and say that concentration and wisdom are different. Concentration and wisdom are one substance, not two. Concentration is the substance of wisdom, and wisdom is the function of concentration. Where there is wisdom, concentration is in the wisdom. Where there is concentration, wisdom is in the concentration. If you understand this principle, you understand the balanced study of concentration and wisdom. Students of the Way, do not say that first there is concentration, which produces wisdom, or that first there is wisdom, which produces concentration: do not say that the two are different. To hold this view implies a duality of dharma. If your speech is good, but your mind is not, then concentration and wisdom are useless because they are not equal. If mind and speech are both good, the inner and outer are alike, and concentration and wisdom are equal. Self-enlightenment, cultivation, and practice are not a matter for debate. If you debate which comes first, then you are similar to a confused man who does not cut off ideas of victory and defeat, but magnifies the notion of self and dharmas, and does not disassociate himself from the four marks. Good Knowing Advisors, what are

concentration and wisdom like? They are like a lamp and its light. With the lamp, there is light. Without the lamp, there is darkness. The lamp is the substance of the light and the light is the function of the lamp. Although there are two names, there is one fundamental substance. The dharma of concentration and wisdom is also thus.”

Devout Buddhists should always remember that hinderers or barriers caused by passions and delusion which aid rebirth and hinder to arising of wisdom. Owing to the practice of all knowledge, the practice of the unexcelled knowledge and wisdom of Buddhas, nothing that we don't know. Besides, owing to the practice of wisdom, practitioners will attain the wisdom eye that sees all things as unreal. With the wisdom-eye, a Bodhisattva takes in at a glance all the wonders and inconceivabilities of the spiritual realm to its deepest abyss. This also means to discern the entity of things and their real state. This, in a sense, a philosophical way of looking at things. A person with the eye of wisdom can observe things that are invisible to the average person and can perceive matters that are beyond imagination. He realizes that all things in this world are always changing and there is nothing existing in a fixed form. That is to say all things are impermanent, nothing in the universe is an isolated existence, having no relation to other things; everything exists in relationship with everything else like the meshes of a net, nothing has an ego. At the same time, practitioners will attain the force of wisdom or the ability to maintain clear wisdom or the power of wisdom (awareness) which rests on insight into the four noble truths and leads to the knowledge that liberates.

The goal of practicing of meditation is to attain wisdom. True wisdom arises from purity of mind. The real wisdom is not attained from reading and studying sutras or books; the wisdom we attain from reading and studying is only worldly knowledge and not true wisdom. Besides, practitioners who cultivate wisdom should always be clear and not be deluded on the law of cause and effect. Buddhist ancients often said: “Bodhisattvas fear (are afraid of) causes; living beings fear effects (results or consequences).” As a matter of fact, all those who cultivate wisdom know that both cause and effect are closely related as they co-exist mutually. Everything in this world is subject to the law of cause and effect. Everything is empty and impermanent, but the law of

cause and effect never changes. Because Bodhisattvas, those who cultivate wisdom, are afraid of bad consequences in the future, not only they avoid planting evil-causes or evil karma in the present, but they also diligently cultivate to gradually diminish their karmic obstructions; at the same time to accumulate their virtues and merits, and ultimately to attain Buddhahood. However, sentient beings complete constantly to gather evil-causes; therefore, they must suffer evil effect. When ending the effect of their actions, they are not remorseful or willing to repent. Not only do they blame Heaven and other people, but they continue to create more evil karma in opposition and retaliation. Therefore, enemies and vengeance will continue to exist forever in this vicious cycle. From the beginningless time, due to our lack of wisdom, we perceive and behave foolishly, and thus suffer afflictions and sufferings. According to Buddhism, there are consequences, either good or bad, to our thoughts, words and actions. Some people believe that reasons that cause sufferings and afflictions come from external environments and conditions, but to Buddhism, these reasons lie within everyone of us. Devout Buddhists should always remember that sufferings and afflictions caused by ignorance, while the source of happiness and Nirvana is wisdom. For this reason, we must cultivate to transform these sufferings and afflictions into peace, mindfulness, happiness, and final goal of Nirvana. If we want to change direction away from greed, anger, delusion, arrogance, doubt, wrong views, killing, stealing, sexual misconducts, lying... the only way to achieve our goal is to attain a real wisdom. For with the real wisdom we can overcome the above mentioned ten evil robbers. The, our lives will become more pure and peaceful.

In Buddhism, Prajna is often interchanged with wisdom. Wisdom means knowledge, the science of the phenomenal, while prajna more generally to principles or morals. Wisdom is described as the understanding of the Four Noble Truths, the understanding of interdependent origination, and the like. The attainment of wisdom is the ability of transformation of these doctrinal items from mere objects of intellectual knowledge into real, personal experience. In other words, according to Buddhism, wisdom is the ability to change our knowledge of the four Noble Truths and the like from mere sutra learning into actual, living truth. To attain wisdom, we must first

cultivate good conduct, then cultivate mental development. It should be noted that reading and understanding the meaning of a sutra doesn't mean attaining wisdom. Wisdom means reading, understanding, and transforming doctrinal items from sutras into real, personal experience. Wisdom gives us the ability of "seeing the truth" or "seeing things as they really are" because the attainment of wisdom is not an intellectual or academic exercise, it is understanding or seeing these truths directly.

In Buddhism, wisdom is the highest virtue of all. It is usual to translate the Sanskrit term "Prajna" (Pali-Panna) by "wisdom," and that is not positively inaccurate. When we are dealing with the Buddhist tradition, however, we must always bear in mind that there Wisdom is taken in a special sense that is truly unique in the history of human thought. "Wisdom" is understood by Buddhists as the methodical contemplation of 'Dharmas.' This is clearly shown by Buddhaghosa's formal and academic definition of the term: "Wisdom has the characteristic of penetrating into dharmas as they are themselves. It has the function of destroying the darkness of delusion which covers the own-being of dharmas. It has the manifestation of not being deluded. Because of the statement: 'He who is concentrated knows, sees what really is,' concentration is its direct and proximate cause." Wisdom is a weapon of enlightening beings, dissolving all ignorance and afflictions. Enlightening Beings who abide by these can annihilate the afflictions, bondage, and compulsion accumulated by all sentient beings in the long night of ignorance. In short, practitioners who cultivate merits alongside wisdom will realize how this body of liberties and endowments is found but once, is difficult to obtain, and is easily lost; and partake of its essence, make it worthwhile, undistracted by the meaningless affairs of this life. Practitioners who cultivate merits alongside wisdom will always enthusiastically practice avoiding negative actions and always cultivate to accumulate virtues and finally reach the complete emancipation.

The Buddha taught that the ultimate perfect wisdom is innate. The Flower Adornment Sutra taught: "Every being possesses the same wisdom and virtuous capabilities as Buddhas." However, why do we have not this wisdom now? It is because of wandering thoughts and attachments. Now we try to cultivate in order to restore that innate wisdom. If we have the real wisdom, our thoughts, speech and behavior

will be correct; how can we suffer where there are no ill consequences to suffer from? Of course, what kind of life do we have if we don't want to say a life of peace, mindfulness and happiness? Buddhist teachings show us that with a real wisdom, people can change lives of afflictions and sufferings into ones of peace, mindfulness and happiness. In summary, cultivation in Buddhism means to restore lives of wisdom, restore the ultimate and complete wisdom that the Buddha once did more than twenty-six centuries ago.

There are many hindrances that any practitioner must overcome before achieving enlightenment: The common illusions of the unenlightened, taking the seeming for real, common unenlightened conduct, ignorant and dull ideas, the illusions that things are real and have independent existence, the lower ideals in Hinayana of nirvana, the ordinary idea of pure and impure, the idea of reincarnation, the continuation of activity even in the formless world, no desire to act for the salvation of others, non-attainment of complete mastery, karmic hindrances, hindrances of affliction, and hindrance of knowledge, and so on. However, according to Buddhism, there are two kinds of obstacle for the cultivations of merits and wisdom. The first kind of obstacle is the Obstacles of Afflictions (affliction obstacles, hindrances of affliction, or obscuration due to affliction). The second kind of obstacle is the intellectual hindrance (cognitive obscuration, or hindrance of knowledge). Hinderers or barriers caused by passions, desires, hate, stupidity. Afflictive hindrances or affliction obstacles. The passions and delusion which aid rebirth and hinder entrance into nirvana. Worldly wisdom which assumes seeming as real which is a hindrance to true wisdom (the barrier of the known, arising from regarding the seeming as real), generally coupled with Klesavarana, hindrance of passions. According to Buddhism, most of the time old knowledge is the obstacle to new understanding, and Buddhism calls it "the barrier built of knowledge." Like those who are awakened, great scientists have undergone great internal changes. If they are able to achieve profound realizations, it is because their powers of observation, concentration, and awareness are deeply developed.

Finally, in Buddhist cultivations, merits and wisdom are two feet of a practitioner who is walking toward the Buddha-Land. If lack just one, that person immediately becomes disabled and will never be able to

reach the Buddha-Land. As a matter of fact, according to Buddhist teachings, without purity of conduct there will be no calm equipoise of thought. In other words, if we don't cultivate merits in our own body, our mind will wander around without the calm equipoise of thought there will be no completion of insight. The completion of insight (prajna) means the perfection of intellect and wisdom, i.e., perfect enlightenment. It is the result of self-creation and the ideal of the self-creating life. The code of conduct set forth by the Buddha is not a set of mere negative prohibitions, but an affirmation of doing good, a career paved with good intentions for the welfare of happiness of mankind. These moral principles aim at making society secure by promoting unity, harmony and mutual understanding among people. Devout Buddhists should always remember that Buddhist religion is the path of returning to self (looking inward), the goal of its education must be inward and not outward for appearances and matters. As mentioned above, the main causes of sufferings and afflictions are greed, anger, hatred, ignorance, pride, doubt, wrong views, killing, stealing, sexual misconduct, lying, and so on... and the ultimate goal of Buddhism is to help sentient beings, especially human beings, to observe and practice discipline, meditation, and wisdom so that we can eliminate these troubles so that if we are not able to become a Buddha, at least we can become a real Buddhist who has a peaceful, mindful and happy life.

Tuyển Luận Thứ Ba Mươi Lăm
The Thirty-Fifth Selective Essay

Như Lai & Như Lai Tạng

Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng Như Lai không phải là đấng Thượng Đế hay nhà tiên tri của Thượng Đế. Như Lai là đấng đã giác ngộ toàn hảo cao nhất (samyak-sambuddha). Trong Phật giáo Đại thừa, Như Lai được dùng dưới hình thức hóa thân, làm trung gian giữa bản chất và hiện tượng. Như Lai còn đồng nghĩa với “Tuyệt đối,” “Bát Nhã” hay “Hư không.” Bạc Như Lai siêu việt lên trên tất cả đa nguyên tánh và phạm trù của tư tưởng, có thể coi là không phải vĩnh hằng mà cũng không phải là phi vĩnh hằng. Ngài là bậc không thể truy tầm dấu tích. Vĩnh hằng và phi vĩnh hằng chỉ được dùng trong lãnh vực nhị nguyên tánh chứ không thể dùng trong trường hợp phi nhị nguyên. Bởi lẽ các bậc Chân Như đều giống nhau trong sự hiển hiện, vì thế tất cả chúng sanh đều tiềm năng trở thành Như Lai. Chính Như Lai tánh hiện hữu trong chúng ta, khiến cho chúng ta khao khát tìm cầu Niết Bàn, và cuối cùng tánh ấy sẽ giúp giải thoát chúng ta. Như Lai là một trong mười danh hiệu của Phật mà Đức Phật dùng khi xưng hô. Ngài đã sanh ra, đã sống và đã diệt độ như mọi người. Ngài không để lại trong giáo lý của Ngài bất cứ một giả thuyết nào. Biến cố về cuộc đời của đấng Như Lai đã là nguồn cảm hứng và hy vọng cho con người vì ai cũng có thể hy vọng rằng rồi đây mình cũng sẽ được như Ngài nếu mình quyết chí hết mình tu tập.

Từ vô lượng vô biên kiếp trước khi Đức Phật thị hiện, đã có hàng hà sa số chư Phật đã tìm ra con đường và đã chỉ giáo cho chúng sanh. Chư Phật khác đã sống ở những thời xa xưa đến nỗi không còn dấu tích lịch sử ghi lại về các Ngài, nhưng những Chân lý mà các Ngài giảng dạy cũng giống như những điều mà Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã giảng dạy chúng ta gần 2.600 năm về trước, vì đó là những chân lý không bao giờ thay đổi. Nghĩa đen của “Như Lai” là như đến, hay như thế, chỉ trạng thái giác ngộ. Như Lai có thể được hiểu là “Giác ngộ như thế tôi đến” và dùng chung cho tất cả các đức Phật hơn là riêng cho Phật Thích Ca Mâu Ni; đấng đã khám phá ra (đạt đến) chân lý; một trong mười danh hiệu của Phật, thường được Phật dùng khi Ngài nói về Ngài và chư Phật; những chúng sanh thuộc hàng Như Lai. Như Lai còn

có nghĩa là đáng đã đạt được giác ngộ tối thượng. Phạm ngữ có nghĩa là “Như Lai.” Danh hiệu của chư Phật, có nghĩa là sự thành đạt Bồ Đề, một trạng thái siêu thoát vượt qua tất cả những thành đạt phàm tục. Thuật ngữ Bắc Phạn Tathagata có thể được chia làm hai phần, hoặc theo biểu thức Tatha+gata, hoặc Tatha+agata. Trong trường hợp thứ nhất nó có nghĩa là “Như khứ,” và trong trường hợp thứ nhì nó có nghĩa là “Như Lai.” Danh hiệu mà đệ tử dùng để gọi Phật. Đức Phật cũng dùng danh hiệu này để tự xưng hô. Tathagata còn có nghĩa là những vị Phật trước đây đã đến và đi. Theo Kinh Trung A Hàm, người ta bảo dấu vết của Như Lai bất khả truy tầm, nghĩa là Ngài vượt lên trên tất cả những nhị nguyên của tư tưởng. Theo Kinh Pháp Cú (254), thì Tathagata có nghĩa là ‘không thể truy tầm dấu tích không trung.’ Ý nghĩa của Như Lai là ‘đã đi như thế,’ tức là không có dấu tích, dấu tích ấy không thể xử dụng phạm trù tư tưởng để tư duy và truy tầm. Theo Ngài Long Thọ trong Trung Quán Luận, bất luận khởi nguyên của chữ “Như Lai” như thế nào, chức năng của nó đã rất rõ ràng. Ngài giảng thế để truyền thọ ánh sáng của Chân Lý cho thế nhân và sau đó đã ra đi mà không để lại dấu vết nào. Ngài là hiện thân của Chân Như. Khi Đức Phật được gọi là Như Lai, nhân cách cá biệt của Ngài được gác qua một bên, mà Ngài được xem là một loại kiểu mẫu điển hình thính thoảng lại xuất hiện trên đời. Ngài là sự thể hiện trên trần thế của Pháp. Như Lai gồm có tại triền và xuất triền Như Lai. Như Lai tại triền, giới hạn và chịu sự chi phối của cuộc sống khổ đau phiền não; hay lý chân như pháp tính ẩn trong phiền não triền phược. Như Lai xuất triền, không giới hạn và không còn chịu sự chi phối của cuộc sống khổ đau phiền não nữa, hay lý chân như không phiền trước, đối nghĩa lại với tại triền chân như.

Không tánh và từ bi là hai đặc tính thiết yếu của Như Lai. Không tánh ở đây có nghĩa là Bát Nhã hay trí tuệ siêu việt. Vốn sẵn không tánh hoặc Bát Nhã cho nên Như Lai đồng nhất với Chân Như; vốn sẵn có từ bi cho nên Như Lai là đáng cứu độ của tất cả chúng sanh hữu tình. “Tathagata” là sự tồn hữu chân chính của tất cả. Khi nói ‘sự tồn hữu chân chính của Như Lai cũng là sự tồn hữu chân chính của tất cả’ là điều bất khả tư nghì. Trong bản chất tối hậu của Ngài thì Như Lai là ‘cực kỳ thâm sâu, không thể đo lường được.’ Các pháp hay những thành tố của sự tồn tại là bất khả xác định, vì chúng chịu những điều kiện và vì chúng là tương đối. Bạc Như Lai là bất khả xác định hiểu

theo nghĩa khác. Như Lai không thể xác định là vì bản chất tối hậu của Ngài, Ngài không phải được sanh ra từ nhân duyên. Vì thế trong Trung Quán Tụng, Ngài Long Thọ đã khẳng định: “Đức Phật siêu việt đối với tư tưởng và ngôn ngữ, và vô sanh vô tử; những ai sử dụng khái niệm phạm trù để mô tả Đức Phật đều là nạn nhân của loại trí tuệ bị chi phối bởi ngôn ngữ và hý luận, và như vậy không thể nào thấy được Như Lai trong bản thể đích thực của Ngài.”

Phạn ngữ “Tathagata-garbha” chỉ tiềm năng Phật tánh bẩm sinh sẵn có nơi mọi chúng sanh. Như Lai Tạng là cái thai tạng trong đó Như Lai được mang, được nuôi dưỡng và được thành thực. Như Lai Tạng còn là A Lại Da thức được hoàn toàn thanh tịnh, sạch tập khí hay năng lực của thói quen và các khuynh hướng xấu. Theo truyền thống Đại thừa, mọi thực thể đều chứa Phật ở tận sâu trong bản thân mình dưới hình thức Pháp thân. Như Lai Tạng là nguyên nhân của thiện cũng như bất thiện, sinh ra nhiều con đường hiện hữu khác nhau, như lục thú chẳng hạn. Trong một số giáo điển, chẳng hạn như giáo điển Đại Thừa, Như Lai Tạng tương đương với tánh không, và dựa trên khái niệm tất cả chúng sanh hay vạn hữu không có tự tánh, và luôn biến đổi, tùy thuộc vào nhân duyên bên ngoài, không có một cái tự tánh cố định. Vì vậy Phật tánh không phải là cái gì được phát triển qua thiền định hay do kết quả của thiền định, mà nó là bản chất cố hữu nhất của chúng sanh được làm cho hiển lộ qua việc tháo gỡ bức màn vô minh che mờ nó từ bấy lâu nay. Tuy nhiên, thiền định đóng vai trò vô cùng quan trọng trong đời sống tu tập của chúng ta, vì chính nó là công cụ chính giúp ta thanh tịnh thân tâm và tháo gỡ bức màn vô minh từ vô thủy để Phật tánh được hiển lộ. Như Lai Tạng có hai nghĩa: Như Lai hay Phật đã hàm ẩn trong thai tạng hay nhân tính, và Phật tính trong tự tính. Như Lai Tạng là nơi chứa đựng hay thu nhiếp vạn pháp. Như vậy, chân như ở trong phiền não dục vọng, và chân như cũng ở trong vạn pháp bao hàm cả hai mặt hòa hợp và không hòa hợp, tịnh và bất tịnh, tốt và xấu. Cảnh giới của Như Lai Tạng vốn là một tên khác của A Lại Da thức, cảnh giới này vượt khỏi những kiến giải được đặt căn bản trên sự tưởng tượng của hàng Thanh Văn, Duyên Giác và các triết gia. Như Lai Tạng là cái thai tạng trong đó Như Lai được mang, được nuôi dưỡng và được thành thực. Như Lai Tạng còn là A Lại Da thức được hoàn toàn thanh tịnh, sạch tập khí hay năng lực của thói quen và các khuynh hướng xấu. Như Lai Tạng còn là Phật tánh. Theo truyền thống

Đại thừa, mọi thực thể đều chứa Phật ở tận sâu trong bản thân mình dưới hình thức Pháp thân. Như Lai Tạng là nguyên nhân của thiện cũng như bất thiện, sinh ra nhiều con đường hiện hữu khác nhau, như lục thú chẳng hạn.

The Thus-Come One & Tathagata-Garbha

Devout Buddhists should always remember that Tathagata is neither a god nor the prophet of a god. In Mahayana Buddhism, Tathagata is the Buddha in his nirmanakaya, the intermediary between the essential and the phenomenal world. Tathagata also means “Absolute,” “Prajna” or “Emptiness or Shunyata.” The Tathagata who has gone beyond all plurality and categories of thought can be said to be neither permanent nor impermanent. He is untraceable. Permanent and impermanent can be applied only where there is duality, not in the case of non-dual. And because Tathata is the same in all manifestation, therefore all beings are potential Tathagatas. It is the Tathagata within us who makes us long for Nibbana and ultimately sets us free. Tathagata is one of the ten titles of the Buddha, which he himself used when speaking of himself or other Buddhas. He was born, lived and passed away. He left no room in His teaching for any other superstition. This event of the life of the Tathagata is human beings’ greatest impression and hope for everyone of us can hope that some day we can reach the same stage as the Tathagata did if we resolve to do our best to cultivate.

Long before our Buddha was born, there were many other Buddhas who found the path and showed it to people. These other Buddhas lived so long ago that we have no written histories about them, but they taught the people in those far off days the very same Truth that our Sakyamuni Buddha taught us almost twenty-six hundred years ago, for the Truths never change. “Tathagata” literally means one “thus come,” the “thus” or “thusness,” indicating the enlightened state. Therefore, Tathagata can be rendered as “Thus enlightened I come,” and would apply equally to all Buddhas other than Sakyamuni. The Thus-Come One also means one who has attained Supreme Enlightenment; one who has discovered (come to) Truth; one of the ten titles of the Buddha, which he himself used when speaking of himself or other

Buddhas; those of the Tathagata order. “Tathagata” is a Sanskrit term for “Thus-gone-one.” An epithet of Buddhas, which signifies their attainment of awakening (Bodhi), a transcendental state that surpasses all mundane attainments. The Sanskrit term Tathagata may be divided into either of the following formulas: *tatha+gata*, or *tatha+agata*. In the former case, it means “Như khứ,” and in the latter case “Như Lai.” A title of the Buddha, used by his followers and also by himself when speaking of himself. Tathagata also means the previous Buddhas have come and gone. According to the Middle Length Collections (Majjhimanikaya), Tathagata is a perfect being whose foot-prints or tracks are untraceable, who is above all the dichotomies of thought. According to the Dhammapada (254), the word Tathagata means ‘thus gone’ or ‘so gone,’ meaning ‘trackless,’ or whose track cannot be traced by any of the categories of thought. According to Nagarjuna in the Madhyamaka Philosophy, regardless the origin of the word ‘Tathagata,’ the function of it is clear. He descends on earth to impart the light of Truth to mankind and departs without any track. He is the embodiment of Tathata. When the Buddha is called Tathagata, his individual personality is ignored; he is treated as a type that appears from time to time in the world. He is the earthly manifestation of Dharma. Tathagata includes the Tathagata in bonds and tathagata unlimited and free from bonds. The Tathagata in bonds (limited and subject to the delusions and sufferings of life); or the fettered *bhutatahata*, the *bhutatahata* in limitations. Tathagata unlimited and free from bonds (not subject to the delusions and sufferings of life any more); or the unfettered or free *bhutatahata*, as contrast with fettered *bhutatahata* (Tại triền chân như).

Sunyata and Karuna are the essential characteristics of Tathagata. Sunyata here means Prajna or transcendental insight. Having Sunyata or Prajna, Tathagata is identical with Tathata or Sunya. Having Karuna, he is the saviour of all sentient beings. “Tathagata” means the true being of all. The true being of the Tathagata which is also the true being of all is not conceivable. In his ultimate nature, the Tathagata is ‘deep, immeasurable, unfathomable.’ The dharmas or elements of existence are indeterminable, because they are conditioned, because they are relative. The Tathagata is indeterminable, because, in his ultimate nature, he is not conditionally born. The indeterminability of

the ultimate nature really means ‘the inapplicability of the ways of concepts.’ Thus, Nagarjuna in the Karika: “The Buddha is transcendental in regard to thoughts and words. He is not subject to birth and death. Those who describe the Buddha in the terms of conceptual categories are all victims of the worldly and verbalizing mind and are thus unable to see the Tathagata in his real nature.”

The absolute, the true nature of all things which is immutable, immovable and beyond all concepts and distinctions. A Sanskrit term for the innate potential for Buddhahood or Buddha-nature that is present in all sentient beings. Tathagatagarbha is the womb where the Tathagata is conceived and nourished and matured. Tathagatagarbha also means the Alayavijnana which fully purified of its habit-energy (vasana) and evil tendencies (daushthulya). According to the Mahayana Buddhism, everything has its own Buddha-nature in the dharmakaya. Tathagatagarbha is the cause of goods as well as evils which creates the various paths of existence. In some texts, Mahayana texts, for example, Tathagata-garbha is equated with emptiness (sunyata) and is based on the notion that since all beings, all phenomena lack inherent existence (svabhava) and are constantly changing in dependence upon causes and conditions there is no fixed essence. Thus Buddha-nature is not something that is developed through practices of meditation or as a result of meditation, but rather is one’s most basic nature, which is simply made manifest through removing the veils of ignorance that obscure it. However, meditation plays a crucial role in our cultivation life, for it’s a main tool that helps us to remove the beginningless veils of ignorance so that Buddha-nature can manifest. Matrix of Thus-come or Thus-gone or Tathagata-garbha has a twofold meaning: Thus-Come or Thus-Gone or Buddha concealed in the Womb (man’s nature), and the Buddha-nature as it is. Tathagata-garbha is the absolute, unitary storehouse of the universe, the primal source of all things. Therefore, the Tathagata is in the midst of the delusion of passions and desires; and the Tathagata is the source of all things(all created things are in the Tathagatagarbha, which is the womb that gives birth to them all), whether compatible or incompatible, whether forces of purity or impurity, good or bad. The realm of the Tathagatagarbha which is another name for the Alayavijnana, is beyond the views based on the imagination of the Sravakas and Pratyekabuddhas and philosophers. Tathagatagarbha is the womb where the Tathagata is conceived and nourished and matured. Tathagatagarbha also means the Alayavijnana which fully purified of its habit-energy (vasana) and evil tendencies (daushthulya). Tathagatagarbha also means Buddha-nature. According to the Mahayana Buddhism, everything has its own Buddha-nature in the dharmakaya. Tathagatagarbha is the cause of goods as well as evils which creates the various paths of existence.

Tuyển Luận Thứ Ba Mươi Sáu
The Thirty-Sixth Selective Essay

Bồ Tát

Nguồn Gốc Của Lý Tưởng Bồ Tát: Khoảng 200 hay 300 năm sau khi Đức Phật nhập diệt, một lý tưởng Phật giáo mới bắt đầu vươn lên. Không hài lòng với mục đích giới hạn của một vị A La Hán, cách nhìn mới này nhấn mạnh đến một vị Bồ Tát như là nguyện vọng cao nhất cho tất cả mọi người. Bồ Tát là người có ước vọng thành Phật và cũng là người hết lòng giúp đỡ người khác đạt được sự cứu độ. Những con người đầy lòng bi mẫn này được đề cao trong trường phái Đại Thừa; thật vậy, nét đặc trưng nổi bật nhất của Phật giáo Đại Thừa có thể là sự ủng hộ Bồ Tát Thừa như con đường giải thoát. Vị Bồ Tát đi theo con đường dài và gian khổ thường được mô tả có 10 giai đoạn (thập địa) và trải qua nhiều kiếp sống, cuối cùng vị này đạt được Phật quả. Như vậy Đại Thừa có thể coi như là một trường phái của các vị Bồ Tát, ở những giai đoạn khác nhau trên con đường, như là sự can thiệp vào cuộc sống của con người. Ví dụ, một vị Bồ Tát có thể tạo nên “những vùng đất Phật” mà con người có thể ước nguyện được tái sinh nhờ lòng thành mộ đạo và đức tin chính trực. Khái niệm Bồ Tát có khi được kết hợp với giáo lý “Tam Thân” của Đức Phật. Thuyết này cho rằng hình thức tối cao của tính Phật là bản chất thật của vạn vật, là Pháp Thân. Pháp thân được thể hiện bằng cách tiến đến hai thân khác: Thân Hưởng Thọ, một hình thức vi tế mà những người tiến bộ trên con đường mới có thể nhận thức, và “Biến Thân,” một hình thức vật lý rõ ràng đối với tất cả mọi người. Theo sự sắp xếp này, Đức Cồ Đàm chỉ là một sự Biến Thân của Tính Phật tối cao. Những vị Bồ Tát khác, những Hưởng Thọ Thân có thể truyền dạy giáo pháp và xen ở giữa sự biến thân và hiện thân. Các vị Bồ Tát quan trọng của Đại Thừa gồm có Quán Thế Âm, Văn Thù Sư Lợi, người hiện thân của trí tuệ tối cao và thường được tượng trưng cầm một thanh gương, ngài dùng nó để phá vỡ bức màn vô minh; Bồ Tát Di Lặc hay Từ Thị, sẽ là vị Phật trong tương lai, sau khi đạt thành Phật quả, ngài sẽ chuyển Biến Thân để truyền bá giáo pháp ở thế gian. Một số vị thầy cao cả khác đôi khi được xem như các vị Bồ Tát, hay sự tái sinh của họ. Một trong những vị này là ngài Long Thọ, ngài là viện trưởng viện Đại Học Na Lan Đà

vào thế kỷ thứ 2 sau Tây lịch. Long Thọ được xem như là người sáng lập ra tông phái Trung Quán, một trường phái triết học Phật giáo hoạt động trong nền Phật giáo Ấn Độ. Trường phái Trung Quán có ảnh hưởng lớn lao đến một vài truyền thống Phật giáo ở Nhật, chẳng hạn như Thiền tông, và ngày nay nó vẫn còn hưng thịnh ở Tây Tạng.

Trong ngôn ngữ Tây Tạng, danh từ Bồ Tát được dịch là “Đấng Trượng Phu.” Phẩm chất trượng phu của một vị Bồ Tát được nêu ra trong Kinh Bát Nhã Ba La Mật Đa như sau: “Giả sử có một đấng trượng phu với những thành tựu vĩ đại ra khỏi nhà với cha, mẹ, các con trai, và các con gái. Rồi gặp phải trạng huống đi lạc vào một cánh rừng hoang bao la. Người thiếu khôn ngoan trong nhóm họ sẽ hoảng sợ kinh khiếp. Nhưng người anh hùng nói với họ là đừng sợ hãi ‘Đừng sợ! Tôi sắp đưa các người ra khỏi cánh rừng hoang kinh khủng này một cách yên ổn.’ Vì không sợ hãi, dũng mãnh, dịu dàng rất mực, bi mẫn, can trường và đầy sức mạnh, ý nghĩ tìm cách ra khỏi rừng một mình và bỏ lại những người thân không bao giờ có với vị ấy. Trái lại với A La Hán, Phật giáo Đại Thừa chủ trương rằng chúng ta phải mang tất cả chúng sanh để cùng đi với chúng ta trên đường giác ngộ, chúng ta không được bỏ rơi chúng sanh, vì tất cả chúng sanh cũng gần chúng ta như những người thân của chúng ta vậy. Cái mà một người nên làm là không nên phân biệt giữa mình và những người khác, và phải giúp đỡ cho người khác vào Niết Bàn trước khi tự mình đi vào trong đó. Như vậy Phật giáo Đại Thừa cho rằng A La Hán có mục đích chưa đủ cao. Theo Phật giáo Đại Thừa, một con người lý tưởng, mục đích nỗ lực của Phật tử không phải là trở thành một vị A La Hán tự kỷ, lạnh lùng với đầu óc hẹp hòi, mà phải là một vị Bồ Tát có lòng bi mẫn, vị từ bỏ trần tục, nhưng không bỏ rơi chúng sanh ở đó. Với vị A La Hán thì trí tuệ được dạy là đức tính cao cả nhất, và từ bi chỉ là đức tính phụ mà thôi; nhưng với một vị Bồ Tát, từ bi đã vươn lên ngang hàng với trí tuệ. Trong khi trí tuệ của một vị A La Hán mang lại thành quả giải thoát cho chính vị ấy, nhưng lại khô cằn trên phương diện và trong phương tiện giúp đỡ người khác. Bồ Tát là người không những tự giải thoát, nhưng còn khéo léo trong cách mang lại mầm mống tiềm ẩn của chủng tử Bồ Đề nơi người khác nữa. Theo Kinh Bát Nhã Ba La Mật Đa, Đức Phật dạy: “Người làm những việc khó làm là chư Bồ Tát, những đấng trượng phu đã đạt giác ngộ tối thượng. Chư vị không muốn đạt Niết Bàn. Ngược lại, chư vị lại chịu kinh qua những khổ đau vô vàn của trần

thế mà không kinh sợ trước sanh tử. Chư vị lên đường vì lợi lạc và an vui của trần thế, vì thương xót trần thế. Chư vị thệ nguyện: ‘Chúng tôi quyết làm nơi an trú cho cả trần thế, nơi cho chúng sanh về nương, nơi an nghỉ cho trần gian, là niềm tin tối hậu của mọi người, là hải đảo, là ánh sáng, là người hướng dẫn, và là phương tiện cứu khổ chúng sanh.

Theo Phật giáo Đại Thừa, lý tưởng Bồ Tát một phần do áp lực xã hội trên Giáo hội, nhưng phần lớn lý tưởng này liên kết với sự tu tập những ‘Vô Lượng’ đã huấn luyện chư Tăng không được biện biệt mình với người khác. Như chúng ta đã thấy, Phật giáo có hai phương pháp nhằm giảm thiểu cảm thức chia ly nơi những cá nhân. Một là sự vun xới những cảm xúc xã hội, hay những tình cảm như từ và bi. Phương pháp kia bao gồm việc thủ đắc thói quen xem tất cả những điều người ta nghĩ, cảm hay làm như một hồ tương tác dụng của những sức mạnh vô ngã, gọi là pháp, từ từ tháo gỡ những ý tưởng như ‘tôi’ hay ‘của tôi’ hay ‘ngã.’ Có sự mâu thuẫn giữa phương pháp trí tuệ, tức là phương pháp không cần thấy đến người nào cả, nhưng chỉ biết có vạn pháp, và phương pháp của “Vô Lượng” (hay tứ vô lượng tâm-từ-bi-hỷ-xả), mục đích vun xới những liên đới với những người được xem như những cá nhân. Sự tu tập thiền định trên các pháp làm tiêu tan tha nhân cũng như tự ngã trong một hợp khối của những pháp vô ngã và nhất thời. Nó làm giảm thiểu nhân tính của chúng ta thành 5 nhóm, thêm vào đó một thứ nhãn hiệu. Nếu trên trần gian này chẳng có gì ngoài những bó Pháp, nguội lạnh, vô ngã như những nguyên tử thành hoại trong chớp mắt, không có cái gì là từ bi tác dụng lên cả. Người ta không thể ao ước điều tốt lành cho Pháp, cũng như người ta không thể thương xót một cái gọi là Pháp, gọi là ‘pháp giới’ hay một; nhãn căn,’ hay một ‘nhĩ thức giới.’ Trong những đoàn thể Phật giáo nơi người ta tu tập phương pháp của các Pháp rộng rãi hơn những ‘Vô lượng tâm,’ sẽ dẫn tới sự khô khan tâm trí nào đó, tới sự xa cách, và thiếu hơi ấm nhân loại. Nhiệm vụ của Phật tử là thi hành cả hai phương pháp mâu thuẫn một lượt. Cũng như phương pháp của các pháp dẫn tới sự mâu thuẫn vô biên của tự ngã, bởi vì tất cả đều trở nên trống rỗng vì nó, cũng thế phương pháp của các ‘vô lượng tâm’ đưa tới sự trải rộng vô biên của tự ngã, bởi vì người ta ngày càng đồng hóa với chúng sanh. Cũng như phương pháp của trí tuệ chứng minh ý tưởng rằng không có bất cứ một cá nhân nào trên trần gian cả, cũng vậy phương pháp của ‘Vô Lượng’ lại mở rộng ý thức về những vấn đề cá nhân ngày càng liên quan tới

nhều người hơn nữa. Vậy Phật giáo Đại Thừa làm cách nào để giải quyết mỗi mâu thuẫn này? Những triết gia Phật giáo khác với những triết gia được nuôi dưỡng trong truyền thống Aristote ở chỗ họ không sợ, trái lại họ rất thích mâu thuẫn. Họ đề cập tới mâu thuẫn này, hay những mâu thuẫn khác, bằng cách chỉ phát biểu nó trong một hình thức ương ngạnh và rồi họ để nó ở đó. Theo Kinh Kim Cang: “Này Tu Bồ Đề! Một vị Bồ Tát phải nghĩ rằng, ‘Có bao nhiêu chúng sanh trong vũ trụ này, dầu họ thuộc loài noãn sanh, thai sanh, thấp sanh hay hóa sanh; dầu họ thuộc loài có sắc, hay không sắc; dầu họ thuộc loài có tri giác, hay không có tri giác, cho đến bất cứ chúng sanh nào trong vũ trụ mà mình có thể quan niệm được, tất cả đều phải được ta dẫn vào Niết Bàn, vào trong cảnh giới Niết Bàn không để lại chút dấu tích gì. Và mặc dù vô lượng chúng sanh đã được dẫn đến Niết Bàn như vậy, không có một chúng sanh nào được dẫn tới Niết Bàn cả. Tại sao vậy? Nếu một vị Bồ Tát còn thấy có ‘chúng sanh,’ Bồ tát đã không được gọi là người giác ngộ.

Lý tưởng của Bồ Tát một phần do áp lực của xã hội trên Tăng đoàn, nhưng trên bình diện rộng lớn nó liên kết với sự tu tập những thứ vô lượng đã được dùng để giáo huấn chư Tăng, không được phân biệt giữa mình và người. Như chúng ta đã thấy, Phật giáo có hai phương pháp để giảm thiểu cảm giác chia ly trên con người. Một là gieo trồng vun xới những cảm xúc xã hội hay những tình cảm như từ và bi. Phương pháp kia bao gồm việc thủ đắc tất cả những điều mà người ta nghĩ, cảm xúc hay làm như một tác dụng hỗ tương của những sức mạnh vô ngã, gọi là chư Pháp, tự tháo gỡ một cách chậm rãi những ý tưởng như “Tôi” hay “Cái của tôi” hay “Ngã.” Có sự mâu thuẫn luận lý giữa phương pháp trí tuệ, là phương pháp không cần biết gì tới người khác, mà chỉ cần biết tới chư Pháp, và phương pháp của những thứ vô lượng, mục đích là vun xới sự liên đới giữa con người với con người. Sự thiên định trên các pháp làm tiêu tan những người khác cũng như tự ngã trong một hợp khối những pháp vô ngã và nhất thời. Nó làm giảm thiểu nhân tính của chúng ta vào năm nhóm, hay 5 loại, thêm vào đó là một cái nhãn hiệu. Nếu trên trần gian không có gì ngoài những bó pháp nguội lạnh và vô ngã như những nguyên tử, thành hoại trong chớp mắt, cũng sẽ không có gì để cho từ và bi tác dụng lên. Người ta không thể ao ước điều tốt hay thương xót một Pháp, một pháp giới, hay một nhãn căn, hay một nhĩ thức giới. Trong những truyền thống Phật

giáo đó nơi mà phương pháp của các pháp được thực hành một cách rộng rãi hơn những Vô lượng Tâm, nó đã dẫn tới một sự khô khan tâm trí, tới sự xa cách, và thiếu hơi ấm của tình người. Nhiệm vụ của một Phật tử chơn thuần là phải tu tập cả hai phương pháp mâu thuẫn cùng một lượt. Cũng như phương pháp của các Pháp dẫn đến sự mâu thuẫn vô biên của tự ngã, bởi vì tất cả đều trở nên trống rỗng vì nó, vì thế mà phương pháp của các vô lượng đưa tới sự trải rộng vô biên của tự ngã, bởi vì người ta càng ngày càng đồng hóa với chúng sanh. Cũng như phương pháp của trí tuệ đã cho nổ ra tư tưởng rằng không có một cá nhân nào trên trần gian này cả, cũng vậy phương pháp của vô lượng làm tăng về ý thức về những vấn đề cá nhân càng ngày càng liên quan đến nhiều người.

Bồ Tát Là Những Ai?: Bồ Tát, một chúng sanh giác ngộ, và nguyện chỉ đạt được đại giác một khi cứu độ hết thảy chúng sanh. Từ Bắc Phạn có nghĩa là “Hữu tình giác,” hay “một chúng sanh giác ngộ,” hay “một chúng sanh mà bản chất là trí tuệ” hay “một chúng sanh khao khát giác ngộ.” Như vậy, Bồ Tát được xem như là một con người cũng với nghiệp của chính mình ở cõi đời này như những người khác, nhưng vị Bồ Tát bằng chính sự nỗ lực của mình, không phụ thuộc vào những yếu tố bên ngoài, tu tập theo phương pháp cụ thể và thực tế để vượt qua những xung đột bên trong chính mình bao gồm những nghiệp xấu và những khổ đau, cũng như những khủng hoảng bên ngoài như môi trường, tai họa... để có thể thay đổi trạng thái mất thăng bằng và để tất cả cùng sống với nhau trong một thế giới bình an, thịnh vượng và hạnh phúc. Đây là lý tưởng của Phật giáo Đại Thừa. Bắt đầu cuộc hành hoạt của một vị Bồ Tát được đánh dấu bằng “phát tâm giác ngộ” hay “Bồ Đề Tâm,” trong đó Bồ Tát nguyện thành Phật để làm lợi lạc chúng sanh. Trong kinh văn Đại Thừa, việc này thường theo sau một nghi lễ công khai nguyện đạt thành Phật quả để làm lợi lạc chúng sanh. Có nghĩa là: “Thượng cầu Phật đạo, hạ hóa chúng sanh.” Đây là một trong những đại nguyện của một vị Bồ Tát. Sau đó thì vị Bồ Tát theo đuổi mục tiêu Phật quả bằng cách tiến tu từ từ Lục Ba La Mật hay Thập Ba La Mật: bố thí, trì giới, nhẫn nhục, tinh tấn, thiền định, vân vân. Hai phẩm chất chính trong đó vị Bồ Tát tu tập là từ bi và trí tuệ, và khi mà các Ba La Mật đã được tu tập kiện toàn, và từ bi cũng như trí tuệ đã được phát triển đến mức độ cao nhất, thì vị Bồ Tát trở thành một vị Phật. Bồ Tát đạo thường được chia làm 10 giai đoạn. Tuy nhiên từ Bồ

Tát chỉ hạn hẹp trong Phật giáo Đại Thừa. Theo truyền thống Theravada, thì Đức Phật Thích Ca Mâu Ni được coi như một vị Bồ Tát (Đại Sĩ) trong những tiền kiếp trong Kinh Bốn Sanh, trong suốt những tiền kiếp đó, người ta nói Ngài đã từ từ kiện toàn phẩm chất của một vị Phật. Tuy nhiên, trong Phật giáo Đại Thừa, khái niệm Bồ Tát là một sự chối bỏ rõ ràng lý tưởng A La Hán của Phật giáo Nguyên Thủy. Trong Đại Thừa A La Hán được xem như là hạn hẹp và ích kỷ, chỉ lo cho cá nhân giải thoát, ngược lại với một vị Bồ Tát, người làm việc cật lực vì chúng sanh mọi loài. Như vậy từ “Bồ Tát” nói chung, có nghĩa là một chúng sanh giác ngộ, chúng sanh hướng đến giác ngộ hoàn toàn hay Phật quả. Theo Trường Bộ Kinh, nghĩa đen của “Bồ Tát” là người có trí, hoặc người quyết định hay nắm giữ con đường đi đến giác ngộ.

Vài thế kỷ sau khi Đức Phật nhập diệt, Bồ Tát là một trong những tư tưởng quan trọng nhất của Phật tử Đại Thừa. Tuy nhiên, khái niệm Bồ Tát không phải là sở hữu của riêng trường phái Đại Thừa. Từ “Bồ Tát” đã được nói đến trong kinh điển Pali và xuất phát từ Phật giáo Nguyên Thủy, được dùng riêng để chỉ Đức Phật Thích Ca Mâu Ni trước khi Ngài giác ngộ. Theo trường phái Thượng Tọa Bộ, Bồ Tát được định nghĩa như là một người chắc chắn sẽ thành Phật. Vị ấy là bậc sáng suốt được người trí bảo vệ và ủng hộ. Theo Bát Thiên Tụng Bát Nhã Ba La Mật, không có nghĩa nào thật cho từ Bồ Tát, bởi vì Bồ Tát tu tập không chấp thủ đối với tất cả các pháp. Vì Bồ Tát là bậc đã thức tỉnh không còn tham đắm, đã hiểu tất cả các pháp và giác ngộ là mục đích của Bồ Tát. Nói tóm lại, Bồ Tát là một bậc giác giả trong hàng các chúng sanh. Vị ấy thường lập nguyện đem sự giác ngộ và trí tuệ mà mình đã mở bày ra nhằm giác ngộ tất cả các chúng sanh khác. Công việc của một vị Bồ Tát không dễ chút nào cả. Tuy không hy hữu như một vị Phật, nhưng cũng thật khó để có một vị Bồ Tát thị hiện và cũng thật khó cho phàm phu (người thường) gặp được một vị Bồ Tát thật.

Bồ Tát là một “Ma ha Tát-đỏa” như được định nghĩa theo ngôn ngữ Bắc Phạn. ‘Maha’ nghĩa là ‘lớn’ và ‘sattva’ nghĩa là ‘chúng sanh’ hoặc ‘can đảm’. Ngài Long Thọ đã đưa ra một số nguyên nhân vì sao Bồ Tát được gọi là ‘Mahasattva.’ Bởi vì đại Bồ Tát đã đạt được phạm hạnh cao cả, thượng thủ giữa những Bồ Tát đức hạnh khác. Các đại Bồ Tát rất hoan hỷ, từ bi giúp đỡ vô số chúng sanh một cách tích cực

không mỗi mệ. Người Tây Tạng dịch ‘Mahasattvas’ như là những ‘vị anh hùng với tinh thần vĩ đại’ và những nguyện vọng của đại Bồ Tát thật sự là tối thượng cao cả, hy sinh vì việc lớn. Các đại Bồ Tát đi hoằng pháp ở mọi nơi, phụng sự chúng sanh như cúng dường chư Phật và biến Ta bà thành cảnh Tịnh độ. Các đại Bồ Tát luôn thực hành tất cả những lời dạy của chư Phật, quán chiếu tất cả cảnh giới Tịnh độ, để hội tụ quần chúng ở mọi nơi về với Đức Phật bằng cách cảm hóa tư tưởng chúng sanh, loại bỏ phiền não và phát khởi những tiềm năng giải thoát của họ. Nói cách khác, Ma Ha Tát là Đại Bồ Tát, phẩm hạnh và công đức hơn một Bồ Tát bình thường. Ma Ha Tát là những vị có thể chuyển hóa tất cả nghiệp xấu và khổ đau của chính mình và sẽ chỉ ra con đường giải thoát cho tất cả chúng sanh bằng lòng từ bi hỷ xả vô lượng. Bồ Tát là một chúng sanh vĩ đại, một con người cao thượng hay một người dẫn dắt chúng sanh loài người. Tiếng gọi chung cho chư Thanh Văn, Bồ Tát hay Phật. Một bậc tự lợi lợi tha. Đại hữu tình, toàn thiện hơn bất cứ loài hữu tình nào ngoại trừ Đức Phật. Ma ha tát là vị có tâm đại bi và đại năng lực, người đem đến sự cứu độ cho tất cả chúng sanh. Trong phần bắt đầu của Kinh Bát Thiên Tụng Bát Nhã Ba La Mật, Đức Phật đã giải thích về ý nghĩa của ‘Ma Ha Tát’ khi ngài Tu Bồ Đề hỏi Đức Phật về điều này. Đức Phật trả lời rằng một Bồ Tát được gọi là Ma Ha Tát trong ý nghĩa bởi vị Bồ Tát ấy đã ban pháp thoại để chuyển hóa các chấp thủ, những quan điểm chấp thủ sai lầm như ngã, nhân, chúng sanh, thọ giả, hiện hữu, không hiện hữu, đoạn diệt, thường hằng, vân vân. Theo Kinh Diệu Pháp Liên Hoa, Ma Ha Tát có phẩm hạnh tốt và tu tập các Ba la mật như Bồ Tát và trồng căn lành nơi hàng trăm ngàn chư Phật.

Trong Phật giáo Nguyên Thủy, Bồ Tát là người tu tập đoạn trừ kiết sử, thanh tịnh tâm để trở thành bậc toàn thiện và giác ngộ. Chính những Bồ Tát như vậy xuất hiện trong kinh điển Pali. Thành tựu như vậy là Bồ Tát đã hoàn toàn thành lý tưởng phạm hạnh của mình. Nhưng lý tưởng Đại Thừa đã đưa Bồ Tát đến những nỗ lực lớn hơn dựa trên những hoạt động tích cực để giúp tất cả chúng sanh đau khổ đạt được hạnh phúc tối hậu mà trước đó Bồ Tát không quan tâm. Không thỏa mãn với những tu tập chỉ làm giảm thiểu tham, sân, si, tiêu trừ kiết sử và hoàn thành đời sống phạm hạnh cho chính mình, nên Bồ Tát chú tâm nỗ lực giúp tất cả chúng sanh vượt qua cuộc phấn đấu tìm an lạc giải thoát cho họ. Còn một chúng sanh nào chưa giải thoát thì Bồ

Tát chưa giải thoát. Đó là lý tưởng của Bồ Tát. Trong khi đó, Đức Phật nhắc Mahamati về sự khác biệt giữa Bồ Tát và hàng Nhị Thừa trong Kinh Lăng Già như sau: “Này Mahamati, sự khác biệt giữa Bồ Tát và hàng Nhị Thừa như sau: Nhị Thừa không thể tiến qua địa thứ sáu và tại đó chư vị nhập Niết Bàn. Trong khi vị Bồ Tát ở địa thứ bảy, đi qua một kinh nghiệm tâm linh hoàn toàn mới, được gọi là anabhogacarya và có thể được dịch là một đời sống vô mục đích hay vô công dụng. Nhưng được hộ trì bởi thần lực chư Phật là cái năng lực nhập vào các đại nguyện mà vị Bồ Tát thiết lập đầu tiên khi ngài mới khởi đầu sự nghiệp của ngài và giữ đây ngài thiết định nhiều phương pháp cứu độ khác hẳn nhau nhằm lợi lạc cho chúng sanh u mê lầm lạc của ngài. Từ quan điểm tuyệt đối về chân lý tối hậu mà vị Bồ Tát đạt được, thì không có sự tiến bộ của tâm linh như thế trong đời sống của ngài, vì ở đây quả thực không có tầng bậc, không có sự thăng tiến tương tục mà riêng chân lý là không có tướng trạng và tách ly hoàn toàn với sự phân biệt.

Theo Đại Trí Độ Luận, chữ Bodhi có nghĩa là con đường hành đạo của chư Phật, chữ sattva là bản chất của thiện pháp. Bồ Tát là vị có tâm cứu giúp tất cả chúng sanh vượt qua dòng sông sanh diệt. Theo lối dịch cũ, Bồ Tát là một vị Đại Đạo Tâm Chúng Sanh. Theo lối dịch mới, Bồ Tát là một bậc Đại Giác Hữu Tình. Bồ Tát là bậc tầm cầu sự giác ngộ tối thượng, không phải chỉ cho chính mình mà cho tất cả chúng sanh. Bồ Tát còn là người tu theo Đại Thừa, xuất gia hay tại gia, thượng cầu đại giác, hạ hóa chúng sanh (tự giác, giác tha). Bồ Tát là chúng sanh tu hành và xem lục độ Ba La Mật như là phương cách cứu độ và giác ngộ. Mục đích của Bồ Tát là cứu độ chúng sanh. Bốn bản chất vô lượng của Bồ Tát là Từ vô lượng, Bi vô lượng, Hỷ vô lượng và Xả vô lượng. Một người, hoặc Tăng Ni, hay Phật tử tại gia đạt quả vị Niết bàn trong cương vị một Thanh văn, hay Duyên giác, nhưng vì lòng đại bi thương xót chúng sanh, nên không vào Niết bàn mà tiếp tục đi trong Ta Bà để cứu độ chúng sanh. Trong lòng của Bồ Tát luôn có Bồ Đề Tâm và nguyện lực. Bồ Đề tâm bao gồm trí tuệ siêu việt là lòng đại bi. Nguyện lực là sự quyết tâm kiên định để cứu thoát tất cả chúng sanh. Theo trường phái Đại Thừa, Bồ Tát từ chối nhập Niết Bàn cho đến khi nào thực hiện xong lời nguyện là cứu độ hết thấy chúng sanh. Ngoài ra, Bồ Tát còn xem hết thấy chúng sanh như chính mình nên không nỡ ăn thịt. Bồ Tát là một chúng sanh đã có sẵn bản chất hoặc

tiềm năng của trí tuệ siêu việt hoặc chánh giác tối thượng, là bậc đang đi trên con đường đạt tới trí tuệ siêu việt. Bồ Tát là một chúng sanh có khả năng thành Phật. Với sự tự tại, trí tuệ và từ bi, Bồ Tát biểu thị một thời kỳ cao của Phật quả, nhưng chưa phải là một vị Phật toàn giác. Sự nghiệp tu hành của bậc Bồ Tát kéo dài nhiều đời nhiều kiếp, mỗi đời Ngài đều thực hành lục độ và thập địa để cầu đắc quả chánh giác tối hậu, đồng thời lấy sự phấn đấu vĩ đại và tâm kiên nhẫn phi thường và không ngừng tự hy sinh để mưu cầu sự tốt đẹp cho tất cả chúng sanh. Bồ Tát là người đã giác ngộ, tự hiến đời mình trợ giúp người khác đạt giải thoát. Với sự tự tại, trí huệ và từ bi, Bồ Tát biểu thị một giai đoạn cao của Phật quả nhưng chưa phải là một vị Phật giác ngộ vô thượng viên mãn hoàn toàn.

Theo Kinh Duy Ma Cật, Đức Phật bảo Ngài Di Lặc: “Ông phải biết, Bồ Tát có hai tướng. Sao gọi là hai? Một là những người ưa những câu văn hay đẹp, hai là những người không sợ nghĩa sâu xa, hiểu được đúng như thật. Như hạng ưa những câu văn hay đẹp, phải biết đó là Bồ Tát mới học. Nếu ở nơi kinh điển thậm thâm không nhiệm, không trước, không có chút sợ sệt và hiểu rõ được đó, nghe rồi tâm thanh tịnh thọ trì, đọc tụng đúng như lời nói mà tu hành, phải biết đó là hạng tu hành đã lâu. Này Di Lặc! Lại có hai pháp gọi là Bồ Tát mới học, không thể quyết định pháp thậm thâm. Hai pháp là chi? Một là những kinh điển thậm thâm chưa từng nghe nếu nghe thời sợ sệt sanh lòng nghi, không tùy thuận được, chê bai không tin rồi nói rằng: “Kinh này từ trước đến giờ ta chưa từng nghe, từ đâu đến đây?” Hai là nếu có người hộ trì giải nói những kinh sâu xa như thế, không chịu gần gũi, cúng dường cung kính, hoặc ở nơi đó nói lời xấu xa của người kia. Có hai pháp đấy, phải biết Bồ Tát mới học chỉ là tự tổn hại, chứ không thể ở nơi pháp thậm thâm mà điều phục được tâm mình” Này Di Lặc! Lại có hai pháp, Bồ Tát dầu tin hiểu thâm pháp, vẫn còn tự tổn hại chớ không thể chứng được vô sanh pháp nhẫn. Hai pháp là chi? Một là khinh dễ các Bồ Tát mới học mà không dạy bảo. Hai là tin hiểu thâm pháp mà lại chấp tướng phân biệt. Sau khi nghe Phật thuyết giảng, Bồ Tát Di Lặc bạch Phật rằng: “Bạch Thế Tôn! Thật chưa từng có! Như lời Thế Tôn đã nói, con quyết xa lìa các lỗi như thế, xin vâng giữ pháp Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác đã chứa nhóm từ vô lượng a tăng kỳ kiếp của Như Lai. Nếu vị lai có người thiện nam tử hay thiện nữ nhân nào cầu pháp Đại thừa, con sẽ làm cho tay người đó được những

kinh như thế và cho họ cái sức ghi nhớ để thọ trì đọc tụng, diễn nói cho người. Bạch Thế Tôn! Nếu đời sau có người thọ trì, đọc tụng, diễn nói kinh này cho người khác, đó chính là thần lực của Di Lặc lập nên.”

Sự Mâu Thuẫn Giữa Trí Tuệ và Từ Bi Của Vị Bồ Tát: Một vị Bồ Tát là một tổng hợp của hai lực mâu thuẫn là trí tuệ và từ bi. Trong trí tuệ của ngài, ngài không thấy người nào; trong từ bi của ngài, ngài quả quyết cứu vớt tất cả. Khả năng phối hợp những thái độ mâu thuẫn này là nguồn gốc của sự vĩ đại, và của khả năng tự độ và độ tha của vị Bồ Tát. Điều mà con người phải làm là không nên phân biệt giữa mình và những người khác và phải đợi cho đến khi mọi người đều được giúp đỡ trước khi nhập diệt. Vậy thì Đại Thừa cho rằng một vị A La Hán nhắm mục đích chưa đủ cao. Theo họ, mục đích nỗ lực của Phật giáo, con người lý tưởng không phải là con người vị kỷ, lạnh lùng với đầu óc hẹp hòi của một vị A La Hán, mà phải là một vị Bồ Tát với lòng từ bi bao la, người đã từ bỏ trần gian, nhưng không bỏ rơi chúng sanh ở đó. Trong khi trí tuệ được giảng dạy là cao tuyệt, và từ bi là đức tính phụ thuộc; thì trong Phật giáo Đại Thừa, từ bi bây giờ được đưa lên ngang hàng với trí tuệ. Trong khi trí tuệ của A La Hán là thành quả trong việc tự mình giải thoát cái phải giải thoát, thì nó có vẻ khô cằn trong những đường hướng liên quan đến việc giúp đỡ mọi người. Trong Phật giáo Đại Thừa, Bồ Tát không những là người tự mình giải thoát, mà còn khéo léo tìm cách tạo và làm nấy mầm Bồ Đề nơi người khác nữa. Theo Kinh Bát Nhã Ba La Mật Đa: “Những người làm những việc khó khăn là chư Bồ Tát, những chúng sanh vĩ đại đã đạt được giác ngộ tối thượng, nhưng họ không muốn đạt đến Niết Bàn cho riêng mình. Trái lại, các ngài đã trải qua làm chúng sanh của trần gian đầy thống khổ, và tuy vậy, vẫn khao khát đạt được giác ngộ tối thượng, các vị không run sợ trước sanh tử. Vì thương xót trần gian mà các vị lên đường vì lợi ích và hạnh phúc của trần thế. Chư vị quyết định chúng tôi muốn trở thành một nơi an trú cho trần gian, một nơi về nương cho trần gian, một nghỉ ngơi cho trần gian, sự êm ấm cuối cùng của trần gian, hải đảo của trần gian, người hướng đạo cho trần gian, và những phương tiện giải thoát cho trần gian.”

Bồ Tát Có Thể Được Xem Như Chư Thiên Hay Không?: Chư thiên cư ngụ trên cõi trời, trên cõi người, nhưng vẫn chưa giác ngộ và hãy còn bị trói buộc vào luân hồi sanh tử. Thiên thể hay thần thánh, những chúng sanh nằm trong ba điều kiện tốt của sự tái sanh do những nghiệp

lành đời trước; họ sống lâu dài trong một khung cảnh hạnh phúc trên cõi trời, tuy vẫn còn chịu chu kỳ tái sinh như các chúng sanh khác. Tuy nhiên, đây chính là những trở ngại chính cho bước đường tu tập của họ vì họ bị mải mê trong những hạnh phúc đó, nên không còn nhận chân ra sự thật khổ đau nữa. Chư thiên là những chúng sanh trú ngụ cõi cao nhất trong sáu đường sanh tử luân hồi. Dầu Phật giáo phủ nhận sự hiện hữu của một thượng đế toàn năng, nhưng có một số chư thiên được kể trong Phật giáo. Theo Phật giáo, thiên thể hay thần thánh, chỉ là những chúng sanh nhờ những thiện nghiệp trong những đời quá khứ mà được sanh làm chư thiên. Đây là những chúng sanh nằm trong ba điều kiện tốt của sự tái sinh do những nghiệp lành đời trước; họ sống lâu dài trong một khung cảnh hạnh phúc trên cõi trời, tuy vẫn còn chịu chu kỳ tái sinh như các chúng sanh khác. Đây là những chúng sanh siêu việt lên trên loài người. Tuy nhiên, chư thiên là những chúng sanh chỉ hưởng thụ những đam mê nhằm thỏa mãn giác quan do phước đức tu tập và gieo trồng ở kiếp trước của họ. Niềm vui của chư thiên được xem là vui hơn ở cõi người và những cảnh giới khổ đau khác, nhưng chư thiên không biết đến luật vô thường hay sự chấm dứt không thể tránh được của những phước báo tạm bợ và sau đó họ sẽ rơi vào các đường khổ của con người, a tu la, ngạ quỷ, súc sanh, hay ngay cả địa ngục. Trong Phật giáo, đây chính là những trở ngại chính cho bước đường tu tập của họ vì họ bị mải mê trong những hạnh phúc đó, nên không còn nhận chân ra sự thật khổ đau nữa. Sau khi nghiệp lành cạn kiệt, họ lại phải tái sinh vào những đường dữ và chịu khổ. Chính vì thế mà chư thiên không phải là đối tượng để cầu nguyện hay tu tập và chư thiên không có chức năng gì quan trọng trong Phật giáo.

Bồ Tát không bao giờ được xem như là chư thiên hay thần thánh, hoặc một thực thể vĩnh viễn để thờ phượng. Ý tưởng Bồ Tát chỉ là một tính chất tượng trưng của Phật pháp được các vị tổ sáng suốt tạo ra sau khi Đức Phật đã nhập diệt, nhằm thích ứng Phật giáo với những hoàn cảnh đặc biệt mà thôi. Khái niệm Bồ Tát đạo xuất hiện trong cả Phật giáo Nguyên Thủy lẫn Phật giáo Đại Thừa. Vì vậy ý tưởng Bồ Tát Đạo trong Phật giáo Đại Thừa không xa lạ với truyền thống Nguyên Thủy. Theo giáo điển Phật giáo, cả hai truyền thống Phật giáo Nguyên thủy và Đại Thừa đều thừa kế ý tưởng Bồ Tát từ truyền thống trùng tụng xa xưa nhất, chứ không phải ai vay mượn của ai. Theo E. J. Thomas trong tác phẩm nhan đề “Phật Giáo,” không có trường phái

Phật giáo nào cho là mình là người đầu tiên khởi xướng ra ý tưởng Bồ Tát, cũng không có bất kỳ tài liệu nào có thể xác nhận trường phái nào vay mượn khái niệm Bồ Tát cả. Theo Phật giáo Đại Thừa, Bồ Tát là những vị phát tâm Bồ Đề, tu tập các hạnh nguyện Ba La Mật để cuối cùng thành Phật. Sự phát Bồ Đề tâm đòi hỏi vị Bồ tát phải hy sinh bản thân trong nhiều đời và khi nào chúng sanh giải thoát hết thì mới đến vị ấy giải thoát. Vì rằng nếu chỉ giải thoát cho riêng mình trước người khác thì ý nghĩa của Bồ Đề tâm sẽ không được phát triển đầy đủ. Cũng theo Phật giáo Đại Thừa, Bồ Tát nhiều vô số không thể đếm được như số cát sông Hằng. Kỳ thật, về bản thể thì mỗi chúng sanh là một vị Bồ Tát, bởi nơi mỗi chúng sanh đều có tiềm năng, chủng tử, hay bản chất để thành Phật. Như vậy theo quan điểm Đại Thừa thì Bồ Tát có thể là một vị Tăng, một vị Ni, hay một người bình thường như chúng ta. Thật vậy, hầu hết các vị Bồ Tát trong lịch sử Phật giáo đều là cư sĩ tại gia. Sỡ dĩ như vậy là vì khi hành Bồ Tát đạo, vị Bồ Tát phải tiếp xúc với mọi người trong xã hội. Tuy nhiên, Phật giáo Nguyên Thủy chỉ tin có Đức Phật Cồ Đàm ở những kiếp trước là một vị Bồ Tát mà thôi.

Bodhisattvas

The Origination of the Bodhisattva Ideal: Some 200 or 300 years after the Buddha's death, a new variation of the Buddhist ideal began to emerge. Dissatisfied with the seemingly limited goal of the arhat, this new vision emphasized the Bodhisattva as the highest aspiration for all. A Bodhisattva is a being who resolves to become a fully enlightened Buddha and who dedicates his efforts to helping other sentient beings to attain salvation. These compassionate beings figure predominantly in the Mahayana tradition; indeed, the most distinguishing feature of Mahayana Buddhism may be its advocacy of the Bodhisattva as the vehicle to liberation. The Bodhisattva follows a long and arduous path, often described as having ten stages and spanning many lives at the end of which he attains complete Buddhahood. The Mahayana is thus able to consider a host of Bodhisattvas, at different stages along the path, as intervening in the lives of sentient beings. An advanced Bodhisattva, for example, can create "Buddha-Fields," to which humans can aspire to be reborn by devotion and righteousness. The notion of the Bodhisattva is at times

combined with the doctrine of the “Three Bodies” of the Buddha. This theory maintains that the ultimate form of Buddhahood and the true nature of things is the “Body of Dharma” itself (Dharmakaya). The Body of Dharma is revealed progressively by two other bodies: the “Enjoyment Body” (Sambhogakaya), a subtle form perceptible only to those advanced in the path, and the “Transformation Body” (Nirmanakaya), a physical form apparent to all. According to this scheme, Gautama was merely a Transformation Body, an apparition of ultimate Buddhahood. Other Bodhisattvas, who are Enjoyment Bodies, can also teach and intervene through transformation and apparition. Important Mahayana Bodhisattvas include Avalokitesvara; Manjusri, who personifies great wisdom and is often represented holding a sword, which he uses to cut through the veil of ignorance; and Maitreya, “The Kindly One,” who will be the next Buddha and who, after attaining Buddhahood, will send the next Transformation Body to teach on earth. Other great Buddhist teachers are sometimes associated with Bodhisattvas, and are even seen as their incarnations. One of these is Nagarjuna, who was an abbot at the Buddhist university of Nalanda in the second century A.D. Nagarjuna is considered the founder of the Madhyamaka, a school of Buddhist philosophy that was active in Buddhist India. Madhyamaka greatly influenced certain forms of Chinese and Japanese Buddhism, such as Zen, and still flourishes today in Tibet.

In Tibetan, Bodhisattva is translated as “Heroic Being.” The heroic quality of the Bodhisattva is brought out by the Prajnaparamita: “Suppose a hero, endowed with great accomplishments, had gone out with his mother, father, sons, and daughters. By some set of circumstances, they would get into a huge wild forest. The foolish among them would be greatly frightened. The hero would, however, fearlessly say to them ‘Do not be afraid! I will speedily take you out of this great and terrible jungle, and bring you to safety.’ Since he is fearless, vigorous, exceedingly tender, compassionate, courageous and resourceful, it does not occur to him to take himself alone out of the jungle, leaving his relatives behind. Against the Arhat, Mahayana Buddhism claimed that we must take the whole of the creation with us to enlightenment, that we cannot just abandon any beings, as all beings are as near to us as our relatives are. What a man should do is to make

no discrimination between himself and others, and to wait until he had helped everybody into Nirvana before loosing himself into it. The Mahayanists thus claimed that the Arhat had not aimed high enough. According to the Mahayana Buddhism, the ideal man, the aim of the Buddhist effort, was not the rather self-centered, cold and narrow-minded Arhat, but the all compassionate Bodhisattva, who abandoned the world, but not the beings in it. Wisdom had been taught as the highest quality for an Arhat, and compassion as a subsidiary virtue; but to a Bodhisattva, compassion came to rank as equal with wisdom. While the wisdom of an Arhat had been fruitful in setting free in himself. What there was to be set free, it was rather sterile in ways and means of helping ordinary people. The Bodhisattva would be a man who does not only set himself free, but who is also skilful in devising means for bringing out and maturing the latent seeds of enlightenment in others. According to the Prajna-paramita-sutra, the Buddha taught: "Doers of what is hard are the Bodhisattvas, the great beings who have set out to win supreme enlightenment. They do not wish to attain their own private Nirvana. On the contrary, they have survey the highly painful world of being, but they do not tremble at birth-and-death. They have set out for the benefit of the world, for the peace and happiness of the world. They have resolved, and yet desirous to win supreme enlightenment, they do not tremble at birth and death. They have set out for the benefit of the world, for the ease of the world, out of pity for the world. They have resolved: 'We will become a shelter for the world, a refuge for all beings, the world's place of rest, the final belief of all beings, islands of the world, lights of the world, leaders of the world, the world's means of salvation.

According to the Mahayana Buddhism, the ideal of the Bodhisattva was partly due to social pressure on the Order, but to a great extent it was inherent in the practice of the 'Unlimited,' which had trained the monks not to discriminate between themselves and others. As we saw, Buddhism has at its disposal two methods by which it reduces the sense of separateness on the part of individuals. The one is the culture of the social emotions, or sentiments, such as loving-kindness (friendliness) and compassion. The other consists in acquiring the habit of regarding whatever one thinks, feels or does as an interplay of impersonal forces, called 'Dharmas,' weaning oneself slowly from such ideas as 'I' or

‘mine’ or ‘self.’ There is a logical contradiction between the method of wisdom, which sees no persons at all, but only Dharmas, and the method of the ‘Unlimited’ which cultivates relations to people as persons. The meditation on Dharmas dissolves other people, as well as oneself, into a conglomeration of impersonal and instantaneous dharmas. It reduces our manhood into 5 heaps, or pieces, plus a label. If there is nothing in the world except bundles of Dharmas, as cold and as impersonal as atoms, instantaneously perishing all the time, there is nothing which friendliness and compassion could work on. One cannot wish well to a Dharma which is gone by the time one has come to wish it well, nor can one pity a Dharma, say a ‘mind-object,’ or a ‘sight-organ,’ or a ‘sound-consciousness.’ In those Buddhist circles where the method of Dharmas was practiced to a greater extent than the ‘Unlimited,’ it led to a certain dryness of mind, to aloofness, and to lack of human warmth. The true task of the Buddhist is to carry on with both contradictory methods at the same time. As the method of Dharmas leads to boundless expansion of the self, because one identifies oneself with more and more living beings. As the method of wisdom explodes the idea that there are any persons at all in the world, so the method of the ‘Unlimited’ increases the awareness of the personal problems of more and more persons. How then does the Mahayana resolve this contradiction? The Buddhist philosopher differs from philosophers bred in the Aristotelean tradition in that they are not frightened but delighted by a contradiction. They deal with this, as with other contradictions, by merely stating it in an uncompromising form, and then they leave it at that. According to the Diamond Sutra: “Here, oh! Subhuti! A Bodhisattva should think thus ‘As many beings as there are in the universe of beings, be they being egg-born, or from a womb, or moisture-born, or miraculously born; be they with form, or without; be they with perception, without perception, or with neither perception nor no-perception, as far as any conceivable universe of beings is conceived; all these should be led by me into Nirvana, into that realm of Nirvana which leaves nothing behind. And yet, although innumerable beings have thus been led to Nirvana, no being at all has been led to Nirvana. And why? If in a Bodhisattva the perception of a ‘being’ should take place, he would not be called an ‘enlightenment-being’ or a Bodhisattva.”

The ideal of the Bodhisattva was partly due to social pressure on the Sangha Order, but to a great extent it was inherent in the practice of the unlimited, which had trained the monks not to discriminate between themselves and others. As we saw, Buddhism has at its disposal two methods by which it reduces the sense of separateness on the part of individuals. The one is the culture of the social emotions, or sentiments, such as friendliness and compassion. The other consists in acquiring the habit of regarding whatever one thinks, feels or does as an interplay of impersonal forces, called Dharma, weaning oneself slowly from such ideas as 'I' or 'mine' or 'self'. There is a logical contradiction between the method of wisdom, which sees no person at all, but only Dharmas, and the method of the Unlimited which cultivates relations to people as persons. The meditation on Dharmas dissolves other people, as well as oneself, into a conglomeration of impersonal and instantaneous dharmas. It reduces our manhood into five heaps, or pieces, plus a label. If there is nothing in the world except bundles of Dharmas, as cold and as impersonal as atoms. Instantaneously perishing all the time, there is nothing which friendliness and compassion could work on. One cannot wish well to a Dharma which is gone by the time one has come to wish it well, nor can one pity a Dharma, say a 'mind-object,' or a 'sight-organ,' or a 'sound-consciousness.' In those Buddhist traditions where the method of Dharmas was practiced to a greater extent than the Unlimited, it led to a certain dryness of mind, to aloofness, and to lack of human warmth. The true task of a Buddhist is to carry on with both contradictory methods at the same time. As the method of Dharmas leads to boundless contraction of the self because everything is emptied out of it, so the method of Unlimited leads to a boundless expansion of the self because one identifies oneself with more and more living beings. As the method of wisdom explodes the idea that there are any persons at all in the world, so the method of the Unlimited increases the awareness of the personal problems of more and more persons.

Who Are Bodhisattvas?: Bodhisattva is a Sanskrit term for an Enlightened Being. This is the one whose essence is bodhi whose wisdom is resulting from direct perception of Truth with the compassion awakened thereby. Enlightened being who is on the path to

awakening, who vows to forego complete enlightenment until he or she helps other beings attain enlightenment. A Sanskrit term which means “Awakening being” or a “being of enlightenment,” or “one whose essence is wisdom,” or “a being who aspires for enlightenment.” This is the ideal of Mahayana Buddhism. The beginning of the bodhisattva’s career is marked by the dawning of the “mind of awakening” (Bodhi-citta), which is the resolve to become a Buddha in order to benefit others. So, Bodhisattva is considered as a human being with his own karmas at his very birth as all other creatures, but he can be able to get rid of all his inner conflicts, including bad karmas and sufferings, and external crises, including environments, calamities and other dilemmas, can change this unfortunate situation and can make a peaceful, prosperous and happy world for all to live in together by using his effort and determination in cultivating a realistic and practical way without depending on external powers. In Mahayana literature, this is commonly followed by a public ceremony of a vow to attain Buddhahood (Pranidhana) in order to benefit other sentient beings. That is to say: “Above to seek bodhi, below to save (transform) beings.” This is one of the great vows of a Bodhisattva. After that point the bodhisattva pursues the goal of Buddhahood by progressively cultivating the six, sometimes ten, “perfections” (Paramita): generosity, ethics, patience, effort, concentration, and wisdom. The two primary qualities in which the Bodhisattva trains are compassion and wisdom, and when the perfections are fully cultivated and compassion and wisdom developed to their highest level, the Bodhisattva becomes a Buddha. The Bodhisattva path is commonly divided into ten levels (Bhumi). The term Bodhisattva is not, however, confined solely to Mahayana Buddhism: in Theravada, Sakyamuni Buddha is referred to as “Bodhisatta” (Bodhisattva) in the past lives described in the Jatakas, during which he is said to have gradually perfected the good qualities of a Buddha. In the Mahayana sense, however, the Bodhisattva concept is an explicit rejection of Nikaya Buddhism’s ideal religious paradigm, the Arhat. In Mahayana the Arhat is characterized as limited and selfish, concerned only with personal salvation, in contrast to the Bodhisattva, who works very hard for all sentient beings. So the term “Bodhisattva” in general, means a “Bodhi being”. It denotes a being who is destined to obtain fullest Enlightenment or Buddhahood.

According to the Digha Nikaya, literally, a “Bodhisattva” means one who is an intellectual, or one who is resolved or maintained only to the paths that lead to enlightenment.

Several centuries after the Buddha’s parinirvana, Bodhisattva is one of the most important ideas of Mahayana Buddhists. However, the concept was not a sole creation of the Mahayana. The term “Bodhisattva” had been mentioned in the Pali Canon and it stems from the original Pali Buddhism which is used more or less exclusively to designate Sakyamuni Buddha prior to His Enlightenment. According to Sarvastivada School, “Bodhisattva” is defined as a person who is certain to become a Buddha. He is a person who is born of wisdom and protected and served by the wise. According to the Astasahasrika Prajnaparamita, nothing real is meant by the word “Bodhisattva,” because a Bodhisattva trains himself in non-attachment to all dharmas. For the Bodhisattva, the great being awakes in non-attachment to full enlightenment in the sense that he understands all the dharmas, because he has enlightenment as his aim, an enlightened being. In short, a Bodhisattva is an enlightener of sentient beings. He usually vows to take the enlightenment that he has been certified as having attained and the wisdom that he has uncovered to enlighten all other sentient beings. A Bodhisattva’s job is not easy at all. Though his appearance is not rare as that of a Buddha, but it is extremely difficult for a Bodhisattva to appear, and it is also extremely difficult for ordinary people to encounter a real Bodhisattva.

A Bodhisattva is a Mahasattva as defined in Sanscrit language. ‘Maha’ means ‘great’ and ‘sattva’ means either ‘being’ or ‘courage’. Nagarjuna gives a number of reasons why Bodhisattvas are called ‘great beings’. It is because they achieve a great work, stand at the head of a great many beings, and activate great friendliness and great compassion, save a great number of beings. The Tibetans translate Mahasattvas as ‘great spiritual hero’ and their aspirations are truly on a heroic scale. They desire to discipline all beings everywhere, to serve and honor all the Buddhas everywhere. They want to retain firmly in their minds all the teachings of the Buddhas, to have a detailed knowledge of all the Buddha-fields to comprehend all the assemblies which anywhere gather around a Buddha, to plunge into the thoughts of all beings, to remove their defilements and to fathom their

potentialities. In other words, Mahasattva is like Bodhisattva who will be able to eliminate all his bad karmas and sufferings and will show the emancipation way to all beings with all skills by his compassion. A Bodhisattva is the one who benefits himself to help others. A great creature, having a great or noble essence, or being. Mahasattva is a perfect bodhisattva, greater than any other being except a Buddha. Also great being is one with great compassion and energy, who brings salvation to all living beings. In the beginning of the Astasahasrika Prajna paramita, the Buddha explained the meaning of 'Mahasattva' (great being) when Subhuti asked about it. The Buddha says that a Bodhisattva is called ' a great being' in the sense that he will demonstrate Dharma so that the great errors should be forsaken, such erroneous views as the assumption of a self, a being, a living soul, a person, of becoming, of not becoming, of annihilation, of eternity, of individuality, etc. According to the Saddharmapundarika Sutra, Mahasattvas have good qualities and method of practice paramita and under many hundred thousands of Buddhas had planted the roots of goodness.

In the Theravada Buddhism, a Bodhisattva is a person in the school of the elders who is desirous of acquiring the characteristics of a perfect being, the enlightened one. It appears as such in the Pali Nikayas. The accomplishment of such a state makes him content. But the ideal of Mahayana induces him to greater effort based on dynamic activity to help other beings attain ultimate bliss; before that he does not lay ore to save beings from the state of suffering. Not satisfied with his own mitigation of desire some actions that make him subjected to malice and all kind of craving, he strives up on helping all other beings to overcome their afflictions. While the Buddha reminded Mahamati in the Lankavatara Sutra as follows: "Oh Mahamati, the distinction between the Bodhisattva and the Two Vehicles is emphasized, as the latter are unable to go up further than the sixth stage where they enter into Nirvana. At the seventh stage, the Bodhisattva goes through an altogether new spiritual experience known as anabhogacarya, which may be rendered "a purposeless life." But, supported by the majestic power of the Buddhas, which enters into the great vows first made by the Bodhisattva as he started in his career, the latter now devises various methods of salvation for the sake of his ignorant and confused

fellow-beings. But from the absolute point of view of the ultimate truth in the Lankavatara Sutra, attained by the Bodhisattva, there is no such graded course of spirituality in his life; for here is really no gradation (krama), no continuous ascension (kramanusandhi), but the truth (dharma) alone which is imageless (nirabhasa), and detached altogether from discrimination.

According to the Mahaprajnaparamita sastra, Bodhi means the way of all the Buddhas, and Sattva means the essence and character of the good dharma. Bodhisattvas are those who always have the mind to help every being to cross the stream of birth and death. According to old translation, Bodhisattvas are beings with mind for the truth. According to new translation, Bodhisattvas are conscious beings of or for the great intelligence, or enlightenment. The Bodhisattva seeks supreme enlightenment not for himself alone but for all sentient beings. Bodhisattva is a Mahayanist, whether monk or layman, above is to seek Buddhahood, below is to save sentient beings (he seeks enlightenment to enlighten others). Bodhisattva is one who makes the six paramitas (lục độ) their field of sacrificial saving work and of enlightenment. The objective is salvation of all beings with four infinite characteristics of a bodhisattva are kindness (từ), pity (bi), joy (hỷ), self-sacrifice (xả). A person, either a monk, a nun, a layman or a laywoman, who is in a position to attain Nirvana as a Sravaka or a Pratyekabuddha, but out of great compassion for the world, he or she renounces it and goes on suffering in samsara for the sake of others. He or she perfects himself or herself during an incalculable period of time and finally realizes and becomes a Samyaksambuddha, a fully enlightened Buddha. He or she discovers the Truth and declares it to the world. His or her capacity for service to others is unlimited. Bodhisattva has in him Bodhicitta and the inflexible resolve. There are two aspects of Bodhicitta: Transcendental wisdom (Prajna) and universal love (Karuna). The inflexible resolve means the resolve to save all sentient beings. According to the Mahayana schools, the bodhisattvas are beings who deny themselves final Nirvana until, accomplishing their vows, they have first saved all the living. An enlightened being who, deferring his own full Buddhahood, dedicates himself to helping others attain liberation. Besides, the Bodhisattva regards all beings as himself or herself ought not to eat meat. A

Bodhisattva is one who has the essence or potentiality of transcendental wisdom or supreme enlightenment, who is on the way to the attainment of transcendental wisdom. He is a potential Buddha. In his self-mastery, wisdom, and compassion, a Bodhisattva represents a high stage of Buddhahood, but he is not yet a supremely enlightened, fully perfect Buddha. His career lasts for aeons of births in each of which he prepares himself for final Buddhahood by the practice of the six perfections (paramitas) and the stages of moral and spiritual discipline (dasabhumi) and lives a life of heroic struggle and unremitting self-sacrifice for the good of all sentient beings. Bodhisattva is an enlightening being who, deferring his own full Buddhahood, dedicates himself to helping others attain liberation. In his self-mastery, wisdom, and compassion a Bodhisattva represents a high stage of Buddhahood, but he is not yet a supreme enlightened, fully perfected Buddha.

According to the Vimalakirti Sutra, the Buddha told Maitreya, “You should know that there are two categories of Bodhisattvas: those who prefer proud words and a racy style, and those who are not afraid (of digging out) the profound meanings which they can penetrate. Fondness of proud words and a racy style denotes the superficiality of a newly initiated Bodhisattva; but he who, after hearing about the freedom from infection and bondage as taught in profound sutras, is not afraid of their deep meanings which he strives to master, thereby developing a pure mind to receive, keep, read, recite and practise (the Dharma) as preached is a Bodhisattva who has trained for a long time. Maitreya, there are two classes of newly initiated Bodhisattvas who cannot understand very deep Dharmas: those who have not heard about profound sutras and who, giving way to fear and suspicion, cannot keep them but indulge in slandering them, saying: ‘I have never heard about them; where do they come from?’, and those who refuse to call on, respect and make offerings to the preachers of profound sutras or who find fault with the latter; these are two classes of newly initiated Bodhisattvas who cannot control their minds when hearing the deep Dharma, thereby harming themselves. Maitreya, further, there are two categories of Bodhisattvas who harm themselves and fail to realize the patient endurance of the uncreate in spite of their belief and understanding of the deep Dharma: they are (firstly) those who belittle

newly initiated Bodhisattva and do not teach and guide them; and (secondly) those who, despite their faith in the deep Dharma, still give rise to discrimination between form and formlessness.” After hearing the Buddha expound the Dharma, Maitreya said: “World Honoured One, I have not heard all this before. As you have said, I shall keep from these evils and uphold the Dharma of supreme enlightenment which the Tathagata has collected during countless aeons. In future, if there are virtuous men and women who seek for Mahayana, I shall see to it that this sutra will be placed in their hands, and shall use transcendental power to make them remember it so that they can receive, keep, read, recite and proclaim it widely.

A Contradictory of Wisdom and Compassion of A Bodhisattva: A Bodhisattva is a being compounded of the two contradictory forces of wisdom and compassion. In his wisdom, he sees no persons; in his compassion he is resolved to save them. His ability to combine these contradictory attitudes is the source of his greatness, and of his ability to save himself and others. What a man should do is to make no discrimination between himself and others, and to wait until he had helped everybody into Nirvana before losing himself into it. The Mahayanists thus claimed that the Arhat had not aimed high enough. The ideal man, the aim of the Buddhist effort, was, according to them, not the rather self-centered, cold and narrow-minded Arhat, but the all-compassionate Bodhisattva, who abandoned the world, but not the beings in it. Whereas in Theravada tradition, wisdom had been taught as the highest, and compassion as a subsidiary virtue; in Mahayana, compassion now came to rank as equal with wisdom. While the wisdom of the Arhat had been fruitful in setting free in himself what there was to be set free, it was rather sterile in ways and means of helping ordinary people. In Mahayana Buddhism, the Bodhisattva would be a man who does not only set himself free, but who is also skilful in devising means for bringing out and maturing the latent seeds of enlightenment in others. According to the Prajnaparamita Sutra, “Doers of what is hard are the Bodhisattvas, the great beings who have set out to win supreme enlightenment, but they do not wish to attain their own private Nirvana. On the contrary, they have surveyed the highly painful world of being, and yet, desirous to win supreme enlightenment, they do not tremble at birth-and-death. They have set out for the benefit of

the world, for the ease of the world, out of pity for the world. They have resolved: ‘We will become a shelter for the world, a refuge for the world, the world’s place of rest, the final relief of the world, islands of the world, leaders of the world, the world’s means of salvation.’”

Should Bodhisattvas Be Considered As Heavenly Gods?: Heavenly beings are believed to inhabit the heavens above the human realm, but are still unenlightened and still bound to Samsara (luân hồi) and subject to birth and death. Celestial beings or gods, one of the three good modes of existence as a reward for their previous good deeds. Devas allotted a very long, happy life in the Deva although they are still subject to the cycle of rebirth. However, this happiness may constitute a substantial hindrance on their path to liberation for they cannot recognize the truth of suffering. Gods are beings that inhabit the highest of the six destinies (gati) within cyclic existence (samsara). Although Buddhism denies the existence of an almighty god, but there are a number of mentioned gods in Buddhist literature. According to Buddhism, celestial beings or gods, are merely sentient beings whose good deeds in past lives result in their being born as gods. They are beings in one of the three good modes of existence as a reward for their previous good deeds. Devas allotted a very long, happy life in the Deva although they are still subject to the cycle of rebirth. These are superhuman beings who are above the human level. However, gods are living beings who can only enjoy various kinds of pleasure to satisfy their senses brought back as the result of effort and cultivation of their past lives. Their pleasure is considered to be better than human’s and other suffering realms, but they are not aware of the law of impermanence or the inevitable end of such temporary bliss, then after that they will fall down to the suffering worlds of human, asura, hungry ghost, animal or even hell. In Buddhism, this happiness may constitute a substantial hindrance on their path to liberation for they cannot recognize the truth of suffering, and after their good karma is exhausted, they will be reborn in one of the lower realms and experience suffering. Therefore, in Buddhism, gods are not objects of prayers or religious cultivation, and they have no important role in Buddhism.

Bodhisattvas should never be considered as heavenly gods or devas, or permanent entities for worship. Buddhists should always

remember that the Idea of Bodhisattva is only a symbolic method of Buddha-dhamra created by intellectual patriarchs after the Buddha's parinirvana only to satisfy the religious need of followers and to adjust Buddhism in some special circumstances. The concept of Bodhisattvahood appears in both Theravada and Mahayana Buddhisms. So the idea of Bodhisattva in Mahayana Buddhism is in no way a strange idea to the Theravada Buddhism. According to the Buddhist canon, both Theravada and Mahayana Buddhisms inherited the idea of Bodhisattva from the oldest oral tradition rather than borrowed from one another. According to E. J. Thomas in a book titled "Buddhism," no school of Buddhism may be called as the originator of the concept of Bodhisattva, nor any document can be justified which school borrowed the idea from the others. According to Mahayana Buddhism, Bodhisattvas are those who develop Bodhicitta, fulfill the paramitas, to eventually become a Buddha. The development of the Bodhicitta requires that the adept must dedicate himself in his several lives to the services of others, and should not desire his own emancipation unless and until all others have attained it, because seeking one's own emancipation before that of others would mean that he has not developed the virtue of self-sacrifice to the fullest extent. Also according to Mahayana Buddhism, Bodhisattvas are unnumerable as sand particles in the Ganges. In fact, ontologically speaking, every human being is a Bodhisattva as he or she has the potentiality to become a Buddha in this very life or in lives to come. Thus, according to Mahayana Buddhism, a Bodhisattva can be a monk, a nun, or an ordinary person like we are. As a matter of fact, most of the Bodhisattvas in Buddhist history were laity. This is so because to do the deeds a Bodhisattva ought to do, the Bodhisattva should be in close contact with the people in a community. However, Theravada Buddhism believes that only Gotama Buddha was born as Bodhisattva in his previous existences.

Tài Liệu Tham Khảo
References

1. Ai Tạo Nghiệp?, Thiện Phúc, U.S.A., 2020—Who Creates Karmas?, Thien Phuc, U.S.A.
2. Ba La Mật, Thiện Phúc, U.S.A., 2020—Paramitas, Thien Phuc, U.S.A.
3. Ba Mười Bảy Phẩm Trợ Đạo, Thiện Phúc, U.S.A., 2020—Thirty-Seven Limbs of Enlightenment, Thien Phuc, U.S.A.
4. Bát Thánh Đạo, Thiện Phúc, U.S.A., 2020—The Eightfold Noble Path, Thien Phuc, U.S.A.
5. Bồ Đề Tâm, Thiện Phúc, U.S.A., 2020—Bodhicitta, Thien Phuc, U.S.A.
6. Bốn Chân Lý Cao Thượng, Thiện Phúc, U.S.A., 2021—The Four Noble Truths, Thien Phuc, U.S.A., 2021.
7. Bốn Tâm Vô Lượng, Thiện Phúc, U.S.A., 2021—Four Immeasurable Minds, Thien Phuc, U.S.A., 2021.
8. Buddha, Dr. Hermann Oldenberg, New Delhi, 1997.
9. The Buddha's Ancient Path, Piyadassi Thera, 1964.
10. The Buddha Eye, Frederick Franck, 1982.
11. The Buddha and His Dharma, Dr. B.R. Ambedkar, Delhi, 1997.
12. The Buddha and His Teachings, Narada: 1973.
13. Buddhism, Ed. Manan Sharma, New Delhi, 2002.
14. Buddhist Ethics, Hammalawa Saddhatissa, 1970.
15. The Buddhist Handbook, John Snelling, 1991.
16. Buddhist Images of Human Perfection, Nathan Katz, India 1982.
17. Buddhist Logic, 2 Vols., Th. Stcherbatsky, 1962.
18. Buddhist Sects in India, Nalinaksha Dutt, 1978.
19. Buddhist Shrines in India, D.C. Ahir, New Delhi, 1986.
20. Buddhist Thought in India, Edward Conze, 1962.
21. Căn-Cảnh-Thức, Thiện Phúc, U.S.A., 2020—Faculties-Views-Consciousnesses, Thien Phuc, U.S.A.
22. Chúng Ta Buông Bỏ Cái Gì?, Thiện Phúc, U.S.A., 2020—What Do We Let Go?, Thien Phuc, U.S.A.
23. Chúng Ta Cùng Học Cùng Tu, U.S.A., Thiện Phúc, 2021—Let's Learn & Practice Together, Thien Phuc, U.S.A., 2021.
24. Chư Thiển Đức, Thiện Phúc, U.S.A., 2018—Zen Virtues, Thien Phuc, U.S.A., 2018.
25. Cốt Lõi Đạo Phật, U.S.A., Thiện Phúc, 2021—The Cores of Buddhism, Thien Phuc, U.S.A., 2021.
26. Đạo Phật An Lạc và Tĩnh Thức, Thiện Phúc, USA, 1996.
27. Đạo Phật Trong Đời Sống, 10 volumes, Thiện Phúc, USA, 1994.
28. Đức Phật Của Chúng Ta, Thiện Phúc, U.S.A., 2020—Our Buddha, Thien Phuc, U.S.A., 2020
29. Đường Lên Phật, Thiện Phúc, U.S.A., 2020—The Path Leading to Buddhahood, Thien Phuc, U.S.A.
30. Giáo Pháp Căn Bản Duy Thức Học, U.S.A., Thiện Phúc, 2021—Basic Doctrines of the Consciousness-Only, Thien Phuc, U.S.A., 2021.
31. Giới-Định-Huệ, Thiện Phúc, U.S.A., 2021—Discipline-Meditation-Wisdom, Thien Phuc, U.S.A., 2021.
32. Hành Trình Hướng Đến Niết Bàn, Thiện Phúc, U.S.A., 2021—A Journey Towards Nirvana, Thien Phuc, U.S.A., 2021.
33. Hạnh Phúc Đến Từ Bạn, Thiện Phúc, U.S.A., 2021—Happiness Comes From You, Thien Phuc, U.S.A., 2021.

34. Hương Thiền Luôn Đượm Trong Giáo Điển Nhà Phật, Thiện Phúc, U.S.A., 2021—The Fragrance of Meditation Always Remains Imbided In Buddhist Scriptures, Thien Phuc, U.S.A., 2021.
35. Kiếp Người Theo Quan Điểm Phật Giáo, Thiện Phúc, U.S.A., 2021—Human Lives In Buddhist Point of View, Thien Phuc, U.S.A., 2021.
36. Kim Cang Giảng Giải, Hòa Thượng Thích Thanh Từ, 1992.
37. Kinh Duy Ma Cật Sở Thuyết, Hòa Thượng Thích Huệ Hưng, 1951.
38. Kinh Trường Bộ, Hòa Thượng Thích Minh Châu: 1991.
39. Kinh Trường Bộ, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1991.
40. Kinh Trung Bộ, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1992.
41. Kinh Tương Ưng Bộ, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1993.
42. Kinh Tăng Chi Bộ, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1996.
43. Kinh Tập A Hàm, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1993.
44. Kinh Trung A Hàm, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1992.
45. Kinh Trường A Hàm, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1991.
46. Người Tại Gia, Thiện Phúc, U.S.A., 2020—Lay People, Thien Phuc, U.S.A.
47. Những Đóa Hoa Vô Ưu, 3 tập, Thiện Phúc, USA, 2012.
48. Niệm Phật Căn Bản Cho Người Tại Gia, Thiện Phúc, U.S.A., 2018—Basic Buddha Recitations For Lay People, Thien Phuc, U.S.A., 2018.
49. Qua Bờ Bên Kia, Thiện Phúc, U.S.A., 2020—To Reach the Other Shore, Thien Phuc, U.S.A.
50. Sáu Nẻo Luân Hồi, Thiện Phúc, U.S.A., 2020—Six Paths to the Samsara, Thien Phuc, U.S.A.
51. Thiền Lâm Bảo Thoại, Thiện Phúc, U.S.A., 2019—Precious Dialogues In Zen Forests, Thien Phuc, U.S.A., 2019.
52. Thiền Sư, Thiện Phúc, USA, 2007—Zen Masters, Thien Phuc, U.S.A., 2007.
53. Thiền Tập Cho Người tại Gia, Thiện Phúc, U.S.A., 2020—Meditation Practices For Lay People, Thien Phuc, U.S.A.
54. Thiền Trong Đạo Phật, 3 tập, Thiện Phúc, USA, 2012.
55. Thiền Trong Đời Sống, 1 tập, Thiện Phúc, USA, 2012.
56. Từ Điển Phật Học Anh-Việt—English-Vietnamese Buddhist Dictionary, 10 volumes, Thiện Phúc, USA, 2007.
57. Từ Điển Phật Học Việt-Anh—Vietnamese-English Buddhist Dictionary, 6 volumes, Thiện Phúc, USA, 2005.
58. Từ Điển Thiền & Thuật Ngữ Phật Giáo Việt-Anh Anh-Việt—Vietnamese-English English-Vietnamese Dictionary of Zen & Buddhist Terms, 12 volumes, Thiện Phúc, USA, 2016.