

THIỆN PHÚC

**PHẬT GIÁO  
YẾU LUẬN**



**ESSENTIAL  
BUDDHIST ESSAYS**

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 of Volume I**

<b>Mục Lục—Table of Content</b>	<b>3</b>
<b>Lời Đầu Sách—Preface</b>	<b>9</b>
<b>Luận Thứ Nhất—The First Essay: Sự Thành Hình Phật Giáo—The Formation of Buddhism</b>	<b>17</b>
I. Thời Kỳ Tiền Phật Giáo Trên Thế Giới—The World During the Pre-Buddhism	
II. Sự Thành Hình Phật Giáo—The Formation of Buddhism	
<b>Luận Thứ Nhì—The Second Essay: Đức Phật—The Buddha</b>	<b>31</b>
I. Tổng Quan Về Thuật Ngữ Phật—An Overview of the Term Buddha	
II. Phật Đản Sanh—Buddha's Birth Day	
III. Thiên Thượng Thiên Hạ Duy Ngã Độc Tôn—In the Heavens Above and Earth Beneath I Alone Am the Honoured One	
IV. Đại Sự Nhân Duyên—For the Sake of a Great Cause	
V. Đức Phật Lịch Sử Thích Ca Mâu Ni—The Historical Buddha Sakyamuni	
VI. Bốn Cảnh Làm Thay Đổi Cuộc Đời Đức Phật—Four Sights which Changed the Buddha's Life	
VII. Sáu Năm Khổ Hạnh của Đức Phật—Six Years of Ascetic Practicing of the Buddha	
VIII. Hình Ảnh Đức Phật qua Kinh Pháp Cú—The Image of the Buddha in the Dharmapada Sutra	
IX. Bài Pháp Đầu Tiên—First Sermon	
X. Bức Thông Điệp Vô Giá của Đức Phật—The Priceless Message From the Buddha	
<b>Luận Thứ Ba—The Third Essay: Đạo Phật—Buddhism</b>	<b>67</b>
I. Tổng Quan & Ý Nghĩa của Đạo Phật—An Overview & the Meanings of Buddhism	
II. Đạo Phật Có Phải Là Tôn Giáo Vô thần Hay Không?—Is Buddhism Atheistic?	
III. Đạo Phật Luôn Được Xây Dựng Trên Trí Tuệ của Con Người—Buddhism Is Always Based on Human Inner Wisdom	
IV. Đạo Phật Là Tôn Giáo của Chân Lý và Triết Lý Sống Động—Buddhism Is A Religion of the Truth and A Living Philosophy	
V. Cốt Lõi Đạo Phật—Cores of Buddhism	
VI. Lý Tưởng Phật Giáo—Ideal of Buddhism	
VII. Những Vấn Đề Siêu Hình Trong Đạo Phật—Metaphysical Issues in Buddhism	
VIII. Đạo Phật và Ý Niệm về Hình Tượng Phật—Buddhism and Buddha's Statues and Images	
IX. Đạo Phật và Quan Niệm về Nguyên Nhân Đầu Tiên—Buddhism and the Concept of First Cause	
X. Quan Niệm Linh Hồn Trong Phật Giáo—The Concept of a Soul in Buddhism	
XI. Giáo Dục Trong Phật Giáo—Education in Buddhism	
XII. Đạo Phật và Việc Thờ Cúng Tổ Tiên—Buddhism and Ancestor Worship	
XIII. Đạo Phật và Cái Đẹp—Buddhism and Beauty	
XIV. Đạo Phật Bi Quan hay Lạc Quan?—Is Buddhism Pessimism or Optimism?	
XV. Đạo Phật và Triết Học—Buddhism vs Philosophy	
XVI. Phật Giáo và Khoa Học—Buddhism and Science	

XVII. Thế Giới Hòa Bình và Chiến Tranh theo Quan Điểm Đạo Phật—World of Peace and War in Buddhist Point of View	
XVIII. Tánh Thực Tiễn của Phật Giáo—Pragmatism of Buddhism	
XIX. Quan Niệm của Phật Giáo về Tiền Định—Buddhist Concept on Fate	
XX. Phật Giáo và Tri Thức—Buddhism and Epistemology	
XXI. Phật Giáo và Cái Gọi Là “Đấng Sáng Tạo”—Buddhism and a So-Called “Creator”	
XXII. Chư Ác Mạc Tác, Chúng Thiện Phụng Hành, Tụ Tịnh Kỳ Ý—Do no Evil, to Do Only Good, to Purify the Mind	
XXIII. Hạnh Phúc Theo Quan Điểm Đạo Phật—Happiness in Buddhist Points of View	
XXIV. Hôn Nhân Theo Quan Điểm Phật Giáo—“Marriage” According to the Buddhist Point of View	
XXV. Nhân Sinh Quan của Đạo Phật—Buddhist Outlook on Life	
XXVI. Vũ Trụ Quan Phật Giáo—Buddhist Cosmology	
<b>Luận Thứ Tư—The Fourth Essay: Niềm Tin Trong Đạo Phật—Faith In Buddhism</b>	<b>185</b>
I. Niềm Tin Trong Đạo Phật—Faith in Buddhism	
II. Mê Tín Dị Đoan—Superstition	
III. Đạo Phật Chết—Dead Buddhism	
<b>Luận Thứ Năm—The Fifth Essay: Vị Trí Con Người Trong Tôn Giáo—Man’s Place in Religions</b>	<b>199</b>
I. Chúng Sanh Con Người—Human Beings	
II. Sanh Làm Người Là Khó—It’s Difficult to Be Reborn as a Human Being	
III. Kiếp Nhân Sinh—Human’s Life	
IV. Vị Trí Của Con Người Trong Tôn Giáo—Man’s Place in Religions	
<b>Luận Thứ Sáu—The Sixth Essay: Tứ Diệu Đế—The Four Noble Truths</b>	<b>221</b>
I. Tổng Quan Về Tứ Diệu Đế—An Overview of the Four Noble Truths	
II. Khổ Đế—Suffering	
III. Tập Đế—Accumulation of Suffering	
IV. Diệt Đế—Cease of Suffering	
V. Đạo Đế—The Path leading to the end (extinction) of Suffering	
<b>Luận Thứ Bảy—The Seventh Essay: Tam Pháp Ấn—Three Dharma Seals</b>	<b>241</b>
I. Tổng Quan Về Tam Pháp Ấn—An Overview of three Dharma Seals	
II. Vô Thường—Impermanence	
III. Khổ—Sufferings	
IV. Vô Ngã—No-Self	
<b>Luận Thứ Tám—The Eighth Essay: Khổ Đau Theo Quan Điểm Phật Giáo—Sufferings in Buddhist Point of View</b>	<b>263</b>
I. Đời Là Biển Khổ—Life Is A Sea of Sufferings	
II. Thân Khổ, Tâm Khổ, Cảnh Khổ—Bodily Suffering, Mental Suffering, and the Suffering of the Environment	
III. Bát Khổ—Eight Kinds of Sufferings	
<b>Luận Thứ Chín—The Ninth Essay: Bát Thánh Đạo—The Noble Eightfold Path</b>	<b>283</b>
I. Tổng Quan Về Bát Thánh Đạo—An Overview of The Noble Eightfold Path	
II. Sơ Lược Nội Dung Bát Thánh Đạo—A Summary of the Noble Eightfold Path	
1. Chánh Kiến—Right Understanding	

2. Chánh Tư Duy—Right Thought
3. Chánh Ngữ—Right Speech
4. Chánh Nghiệp—Right Action
5. Chánh Mạng—Right Livelihood
6. Chánh Tinh Tấn—Right Effort
7. Chánh Niệm—Right Remembrance
8. Chánh Định—Right Concentration

**Luận Thứ Mười—The Tenth Essay: Mười Hai Nhân Duyên—The Twelve Links of Dependent Origination 319**

- I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Mười Hai Nhân Duyên—An Overview and Meanings of the Twelve Links of Dependent Origination
- II. Tóm Lược Nội Dung Của Mười Hai Nhân Duyên—A Brief Content of the Twelve Links of Dependent Origination
- III. Lời Phật Dạy Về Tiến Trình Của Mười Hai Nhân Duyên—The Buddha's Teachings on the Process of the Twelve Links of Dependent Origination
- IV. Đức Phật Dạy Rằng Tận Diệt Vô Minh Cũng Có Nghĩa Là Chấm Dứt Mười Hai Mắc Xích Nhân Duyên—The Buddha Taught That the Eradication of Ignorance Also Meant to Stop the Twelve Links of Dependent Origination

**Luận Thứ Mười Một—The Eleventh Essay: Ba Mươi Bảy Phẩm Trợ Đạo—Thirty Seven Aids to Enlightenment 339**

- I. Tổng Quan Về Ba Mươi Bảy Phẩm Trợ Đạo—An Overview of Thirty Seven Aids to Enlightenment
- II. Sơ Lược Về Nội Dung Ba Mươi Bảy Phẩm Trợ Đạo—A Summary of Thirty Seven Aids to Enlightenment
  - A. Thất Bồ Đề Phần—The Seven Bodhi Shares
  - B. Tứ Chánh Cần—Four Right Efforts
  - C. Tứ Như Ý Túc—Four Sufficiencies
  - D. Ngũ Căn—The Five Faculties
  - E. Ngũ Lực—The Five Powers
  - F. Tứ Niệm Xứ—Four Subjects to Be Contemplated
  - G. Bát Thánh Đạo—Eightfold Noble Path

**Luận Thứ Mười Hai—The Twelfth Essay: Lục Độ Ba La Mật—The Six Paramitas 385**

- I. Tổng Quan Về Lục Độ Ba La Mật—An Overview of The Six Paramitas
- II. Sơ Lược Về Nội Dung Lục Độ Ba La Mật—A Summary of The Six Paramitas
  1. Bố Thí—Almsgiving (Charity)
  2. Trì Giới—Observation of Precepts
  3. Tinh Tấn—Right Effort
  4. Nhẫn Nhục—Endurance
  5. Thiền Định—Meditation
  6. Trí Huệ—Wisdom

**Luận Thứ Mười Ba—The Thirteenth Essay: Nhân-Duyên-Quả—Causes-Conditions-Effects 443**

- (A) Nhân—Cause 443
  - I. Tổng Quan Về Nhân—An Overview of Causes
  - II. Các Loại Nhân Trong Giáo Thuyết Phật Giáo—Categories of Causes in Buddhist Teachings

III. Nhân Sanh Tử—Causes of Birth and Death	
<b>(B) Duyên—Condition</b>	<b>448</b>
I. Tổng Quan Về Duyên—An Overview and Meanings of Conditions (Pratyaya)	
II. Nguyên Lý Duyên Khởi—The Principle of Causation	
III. Thập Nhị Nhân Duyên—The Twelve Conditions of Cause-and-Effect	
IV. Trùng Trùng Duyên Khởi—Interbeing Endlessly Interwoven	
<b>(C) Quả—Effect</b>	<b>461</b>
I. Tổng Quan Về Ý Nghĩa Của Quả Báo—An Overview and Meanings of Effects	
II. Quả Báo—Recompensations	
III. Năm Loại Quả Báo—Five Fruits or Effects	
IV. Sáu Loại Quả Báo—Six Recompensations	
<b>(D) Đặc Điểm Của Nhân Quả—Special Characters of Cause and Effect</b>	<b>467</b>
I. Đặc Điểm Của Nhân Quả—Special Characters of Cause and Effect	
II. Bốn Quan Điểm Về Nhân Quả Trong Phật Giáo—Four Views of Causality In Buddhism	
III. Thập Nhân Thập Quả—Ten Causes and Ten Effects	
IV. Nhân Quả Trong Đời Này Và Những Đời Tương Lai—Cause and Effect in the Present and Future Lives	
<b>(E) Sự Liên Hệ Giữa Nhân-Duyên-Quả—The Relationships Among Causes-Conditions-Effects</b>	<b>474</b>
I. Đạo Phật Khác Với Các Tôn Giáo Khác Ở Giáo Lý Cốt Lõi Về Nhân-Duyên-Quả—Buddhism Is Different From Other Religions on the Core Teachings of Causes & Conditions & Effects	
II. Dây Chuỗi Nhân-Duyên-Quả—The Chain of Cause-Condition-Effect	
<b>(F) Quan Điểm Của Bồ Tát Và Chúng Sanh Về Nhân Quả—Bodhisattvas' and Sentient Beings' Point of View on Cause and Effect</b>	<b>484</b>
I. Bất Muội Nhân Quả--Bất Lạc Nhân Quả—Not Being Unclear about Cause and Effect-Not Falling Subject to Cause and Effect	
II. Bồ Tát Sợ Nhân, Chúng Sanh Sợ Quả—Bodhisattva Fears of Causes, Ordinary People Fear of Results	
<b>Luận Thứ Mười Bốn—The Fourteenth Essay: Nghiệp Báo—Actions &amp; Recompenses</b>	
<b>(A) Nghiệp—Actions</b>	<b>541</b>
I. Tổng Quan Về Nghiệp—An Overview of Karma	
II. Ý nghĩa Của Nghiệp—Meanings of Actions (Karmas)	
III. Tập Khí—Remnants of Habits	
IV. Tam Nghiệp Thân-Khẩu-Ý—Three Kinds of Karma on Body-Mouth-Mind:	
1. Thân Nghiệp—Karma of the Body	
2. Khẩu Nghiệp—Karma of the Mouth	
3. Ý Nghiệp—Karma of the Mind	
V. Mười Ác Nghiệp—Ten Evil Actions	
VI. Mười Thiện Nghiệp—Ten Wholesome Actions	
VII. Ai Chịu Trách Nhiệm Cho Nghiệp—Who Is Responsible for the Karma?	
1. Chúng Ta Chịu Trách Nhiệm Cho Nghiệp Của Chính Mình—We Are Responsible for Our Own Karmas	
2. Tạo Nghiệp Bằng Cách Tự Tác Giáo Tha—To Create Karma by Doing Things by Oneself and Telling Others to Do	

3. *Tạo Nghiệp Bằng Cách “Kiến Văn Tùy Hỷ”—To Create Karma by “Rejoicing at Seeing and Hearing It Done”*
- (B) Báo—Recompenses 565**
- I. *Ý Nghĩa Của Báo—The Meanings of Recompenses*
- II. *Phân loại Báo—Categories of Recompenses*
1. *Hai loại báo ứng—The dual reward*
2. *Ba loại báo ứng (Nhân quả ba đời)—Three recompenses*
3. *Bốn loại báo ứng—Four kinds of retribution*
- Luận Thứ Mười Lăm—The Fifteenth Essay: Lòng Yêu Thương Và Bốn Tâm Vô Lượng Trong Phật Giáo—Love and Four Immeasurable Minds in Buddhism 599**
- (A) Lòng Yêu Thương Trong Phật Giáo—Love in Buddhism 599**
- I. *Tổng Quan Về Lòng Yêu Thương Trong Phật Giáo—An Overview of Love in Buddhism*
- II. *Các Loại Yêu Thương Theo Quan Điểm Phật Giáo—Different Kinds of Love in Buddhist Point of View*
- III. *Lòng Yêu Thương Và Bi Mẫn Trong Phật Giáo—Love and Compassion in Buddhism*
- IV. *Thương Yêu Và Dục Vọng—Love and Desire*
- V. *Những Lời Phật Dạy Về Lòng Thương Yêu—The Buddha’s Teachings on Loving*
- (B) Bốn Tâm Vô Lượng—Four Immeasurable Minds 605**
- I. *Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Tâm—An Overview and the Meanings of Citta*
- II. *Sơ Lược Về Bốn Tâm Vô Lượng—A Summary of the Four Immeasurable Minds*
- III. *Chi Tiết Về Bốn Tâm Vô Lượng—Details of the Four Immeasurable Minds*
- 1) *Vô Lượng Tâm—Immeasurable Mind of Loving Kindness*
- 2) *Bi Vô Lượng Tâm—Immeasurable Compassion Mind*
- 3) *Hỷ Vô Lượng Tâm—Immeasurable Mind of Inner Joy*
- 4) *Xả Vô Lượng Tâm—Immeasurable Mind of Detachment*
- Luận Thứ Mười Sáu—The Sixteenth Essay: Thất Tình Lục Dục—Seven Emotions & Six Desires 647**
- I. *Thất Tình—Seven Emotions*
- II. *Lục Dục—Six Desires*
- Luận Thứ Mười Bảy—The Seventeenth Essay: Phiền Nã Tức Bồ Đề—Afflictions Are Bodhi 657**
- I. *Nghĩa Của Phiền Nã—The Meanings of Afflictions*
- II. *Hàng Phục Phiền Nã—Subduing Afflictions*
- III. *Phiền Nã Tức Bồ Đề—Afflictions Are Bodhi*
- Luận Thứ Mười Tám—The Eighteenth Essay: Duyên Khởi Luận—The Theory of Causation 665**
- I. *Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Duyên—An Overview and Meanings of Conditions*
- II. *Từ Đâu Mà Có Duyên Khởi?—From Where Does Causation Arise?*
- III. *Pháp Duyên Khởi—The Dependent Arising Dharma*
- IV. *Duyên Khởi Luận—The Theory of Causation*
- V. *Tứ Duyên Khởi—Four Kinds of Causation*
- Luận Thứ Mười Chín—The Nineteenth Essay: Tái Sanh—Rebirth 689**
- I. *Tổng Quan Về Tái Sanh—An Overview of Rebirth*
- II. *Tái Sanh—Rebirth*

III. <i>Thức Tái Sanh—Rebirth Consciousness</i>	
IV. <i>Thân Tiền Hữu—Antecedent Existence Body</i>	
V. <i>Thân Trung Hữu—Intermediate Existence Body</i>	
<b><i>Luận Thứ Hai Mươi—The Twentieth Essay: Sanh-Tử-Luân Hồi—Birth-Death-Reincarnation</i></b>	<b>713</b>
(A) <i>Sanh Tử—Birth and Death</i>	
(B) <i>Luân Hồi—Reincarnation</i>	
(C) <i>Sau Khi Chết Và Sau Kiếp Sống Này—After Death and After This Life</i>	
<b><i>Tài Liệu Tham Khảo—References</i></b>	<b>737</b>



## *Lời Đầu Sách*

Đức 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. Tưởng cũng nên nhắc lại, 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. Sau khi giác ngộ, trong bài pháp đầu tiên, đức Phật đã thuyết giảng về Tứ Diệu Đế. Một cách căn bản, những chân lý này giải thích những lý do tại sao cuộc đời của chúng ta lại đầy những căng thẳng, thất vọng và khổ đau phiền não; và tại sao chúng ta, những chúng sanh con người, lại phải mắc kẹt và đấu tranh như ngọn lửa bám vào củi để mà cháy. Đức Phật cũng đã trao cho chúng ta phương cách chữa trị, đó là Bát Thánh Đạo. Đồng thời, đức Phật cũng đưa ra con đường giải thoát dẫn tới cứu cánh Niết Bàn.

Trong quá trình tìm kiếm chân lý mà đức Phật đã tuyên thuyết 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

nhều 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.

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.

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 giáo thì ngược lại với những

niềm tin vừa kể trên. Kỳ thật, đạo Phật không phải là một hệ thống về niềm tin, mà đạo Phật chính là ngọn đèn khiến cho người ta có thể thấy được chân lý, con đường của sự thực hành để giúp chúng ta buông xả sự dính mắc và ngừng đấu tranh ngay chính trong tâm của mình.

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 Yếu 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*

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). It should be noted that 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. In the first sermon after His enlightenment, the Buddha preached the Four Noble Truths. Basically, these Truths explain the reasons why our life is full of stresses, disappointments, sufferings and afflictions; and why we, human beings, are stuck and struggling like a flame stuck to fuel. The Buddha also gave us the remedy, which is the Eightfold Noble Path. At the same time, the Buddha also offered the path to liberation that leads to the final Nirvana.

The Buddha'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 5<sup>th</sup> 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 5<sup>th</sup> 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 the Buddha's 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 8<sup>th</sup> century it came under pressure from a resurgent Hinduism. Its decline was precipitated by Muslim invasions from the North, which began in the 7<sup>th</sup> century and gradually intensify during the following eight centuries. With the ruthless sacking of the great Buddhist universities at the end of the 12<sup>th</sup> 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.

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.

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. Buddhism is contrary to the above mentioned faith or belief. As a matter of fact, Buddhism is not so much a belief system, but it is a light that enables people to see the Truth; it is the path of practices that enables us to stop our own attachments and struggles.

For these 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 “Essential Essays Of 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, mindfulness, and happiness.

Thiền Phúc



***Luận Thứ Nhất***  
***The First Essay***

***Sự Thành Hình Phật Giáo***

***I. Thời Kỳ Tiên Phật Giáo Trên Thế Giới:***

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 tiên 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 vượt 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.

## ***II. Sự Thành Hình Phật Giáo:***

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 cái 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.

Cũng 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 đột, hạnh phúc sẽ thực sự hiện ra.

## *The Formation of Buddhism*

### *I. The World During the 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 Gait, 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.

## ***II. The Formation of Buddhism:***

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.

Also around 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.

*Luận Thứ Nhì*  
*The Second Essay*

*Đức Phật*

**I. Tổng Quan Về Thuật Ngữ Phật:**

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

tập của một vị Bồ Tát, làm lợi mình, làm lợi người, hay tự mình tu tập trong khuôn khổ nhà Phật để cứu độ người khác. Tiểu Thừa coi việc tự lợi, tự độ là chính yếu; trong khi Bồ Tát Đại Thừa thì hành Bồ Tát Đạo vị tha là thiết yếu, tự tiến tu, rồi giúp người tiến tu. Bước thứ nhì là “Lợi Tha”. Và bước thứ ba là “Giác Hạnh Viên Mãn”.

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

## ***II. Phật Đản Sanh:***

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. 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 4 tháng 8; 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 bái Đức Phật là chúng ta lễ bái 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.

### ***III. Thiên Thượng Thiên Hạ Duy Ngã Độc Tôn:***

“Trên trời dưới trời, riêng ta cao nhất. Trên trời dưới trời riêng ta tôn quý nhất.” 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.

### ***IV. 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 như 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 trược 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 dằng 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”.

#### ***V. 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 Cổ 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 sâu 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 cánh chim lồng cá chậu. Một hôm nhân đi dạo ngoài bốn cửa thành, Thái tử trực tiếp thấy nhiều cảnh khổ đau của nhân loại, một ông già tóc bạc, răng rụng, mắt mờ, tai điếc, lưng còng, nường gậy mà lê bước xin ăn; một người bệnh nằm bên lề rên xiết đau đớn không cùng; một xác chết sinh chương, ruồi bu nhặng bám trông rất ghê tởm; một vị tu khổ hạnh với vẻ trầm tư mặc tưởng. Những cảnh tượng này làm cho Thái tử nhận chân ra đời là khổ. Cảnh vị tu hành khổ hạnh với vẻ thanh tịnh cho Thái tử một dấu chỉ đầu tiên trên bước đường tìm cầu chân lý là phải xuất gia. Khi trở về cung, Thái tử xin phép vua cha cho Ngài xuất gia làm Tăng sĩ nhưng bị vua cha từ chối. Dù vậy, Thái tử vẫn quyết chí tìm con đường tu hành để đạt được chân lý giải thoát cho mình và chúng sanh. Quyết định vô tiền khoáng hậu ấy làm cho Thái tử Sĩ Đạt Đa sau này trở thành vị giáo chủ khai sáng ra Đạo Phật. Năm 29 tuổi, một đêm Ngài dứt bỏ đời sống vương giả, cùng tên hầu cận là Xa Nặc thắng yên cương cùng trốn ra khỏi cung, đi vào rừng sâu, xuất gia tầm đạo. Ban đầu, Thái tử đến với các danh sư tu khổ hạnh 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 tầm đạo có kết quả, cần phải bồi dưỡng thân thể cho khỏe mạnh. Sau sáu năm tầm đạo, sau lần Thái tử ngồi nhập định suốt 49 ngày đêm dưới cội Bồ Đề bên bờ sông Ni Liên tại Gaya để chiến đấu trong một

trận cuối cùng với bóng tối si mê và dục vọng. Trong đêm thứ 49, lúc đầu hôm Thái tử chứng được túc mệnh minh, thấy rõ được tất cả khoảng đời quá khứ của mình trong tam giới; đến nửa đêm Ngài chứng được Thiên nhãn minh, thấy được tất cả bản thể và nguyên nhân cấu tạo của vũ trụ; lúc gần sáng Ngài chứng được 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.” Liền 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 giả 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.

#### ***VI. Bốn Cảnh Làm Thay Đổi Cuộc Đời Đức Phật:***

Thái tử Tất Đạt Đa cùng với người đánh xe của Ngài phiêu lưu ra ngoài bức tường của cung điện bốn lần, và bốn hình ảnh mà Ngài đã

chạm trán đã dẫn đến sự kiện Ngài từ bỏ thế gian, một trong những bước ngoặt lớn lao trong đời của Ngài. Trong lần đầu tiên đi ra ngoài, thái tử gặp một người gầy yếu chống gậy. Xa Nặc giải thích rằng đây là tuổi già và cũng là số phận của tất cả mọi chúng sanh, kể cả thái tử. Khi vua cha nghe được chuyện này, ngài cho tăng gấp đôi số người canh giữ con trai mình và tăng thêm số người làm trò vui cho thái tử. Trong lần đi ra ngoài thành lần thứ hai, thái tử tình cờ gặp một người đau đớn vì bệnh tật. Một lần nữa Xa Nặc báo cho thái tử biết rằng điều bất hạnh này có thể đến với tất cả chúng sanh, kể luôn cả thái tử. Lần đi ra ngoài thành thứ ba, thái tử trông thấy một xác chết, và sau đó Xa Nặc thảo luận với Ngài về bản chất và ý nghĩa của cái chết. Nơi cung điện thái tử cảm thấy buồn nản mà không có một sự giải trí nào có thể làm cho Ngài phấn chấn lên được: ngài giống như “một con sư tử bị đâm thủng nơi tim bởi một mũi tên độc.” Ngài không thể hiểu được làm thế nào mà người ta có thể an vui với bản thân hoặc cười đùa thỏa thích khi lão, bệnh, tử vẫn còn tồn tại trong thế gian này. Những năm sau đó Ngài thường dạy rằng sự đau như thế vẫn luôn luôn hiện diện và đưa ra một giải pháp cho sự kiện đã được khẳng định này. Vào lần đi ra ngoài thành lần cuối cùng, thái tử thấy một đạo sĩ mang một chiếc bình bát khát thực, Xa Nặc trình bày với thái tử rằng người này đã từ bỏ cuộc sống gia đình và đã xuất gia sống đời đạo hạnh của một nhà tu khổ hạnh đi tìm chân lý và hạnh phúc. Và rồi sau đó thái tử Tất Đạt Đa quyết định thực hành giống như vậy.

Theo truyền thuyết về cuộc đời Đức Phật Thích Ca Mâu Ni, ít lâu sau khi Ngài đản sanh, một nhà tiên tri đã tiên đoán rằng Ngài sẽ thành một vị đại vương nếu Ngài không chứng kiến bốn cảnh: 1) người bệnh; 2) người già; 3) một thầy ma; 4) một người xuất gia. Ba cảnh đầu tượng trưng cho hiện thực cay nghiệt của vòng luân hồi sanh tử, trong đó chúng sanh bệnh hoạn, già yếu và chết chóc, và cảnh tượng thứ tư chỉ ra con đường thoát khỏi hiện thực này, bằng cách từ bỏ thế giới trần tục để tìm đường giải thoát. Theo truyện kể của truyền thống, cha Ngài là vua Tịnh Phạn đã cố gắng hết sức mình để ngăn ngừa không cho Ngài thấy những cảnh này, nhưng không thành công. Vị Thái tử trẻ đã đi ra ngoài thành Ca Tỳ La Vệ 4 lần, và mỗi lần Ngài đều chứng kiến một trong bốn cảnh tượng. Sau đó Ngài quyết định rời bỏ cung điện của vua cha và trở thành người từ bỏ thế gian. Lý do tại sao chúng ta gọi bốn cảnh tượng này là bốn cảnh tượng có ý nghĩa bởi vì chính

bốn điểm này đã làm thay đổi cả cuộc đời của Thái tử Tất Đạt Đa (người sau này trở thành Đức Phật). Khi Thái tử lớn lên, điều mơ ước mạnh mẽ và khẩn thiết của vua Tịnh Phạn là con mình lập gia đình, chăm sóc gia đình, và là người kế vị xứng đáng của mình, bởi vì lời tiên tri của nhà thông thái Kondanna luôn ám ảnh nhà vua, nên nhà vua luôn lo sợ một ngày nào đó Thái tử sẽ bỏ nhà ra đi, sống đời ẩn sĩ không cửa không nhà. Theo tập tục Ấn Độ thời bấy giờ, Thái tử kết duyên rất sớm vào năm lên 16 với người em bà con, một công chúa xinh đẹp, con vua Học Phạn và bà hoàng hậu Pamita của xứ Koliya. Công chúa cùng tuổi với Thái tử. Vua Tịnh Phạn đã cung ứng đầy đủ những phương tiện sang trọng nhất cho Thái tử. Ngài có ba cung điện để sống thích hợp với ba mùa theo thời tiết của Ấn Độ. Không gì trên đời để hưởng thụ những lạc thú trần gian, Thái tử sống giữa cảnh đàn ca múa hát, trong xa hoa hỷ lạc lộng lẫy, không biết gì đến khổ đau sâu muợn. Tuy nhiên, tất cả những cố gắng của vua Tịnh Phạn nhằm giam hãm con mình trong nhục dục trần thế và tạo cho con mình một tâm hồn trần tục đã không đem lại kết quả. Những công trình của vua cha Tịnh Phạn nhằm tách rời cặp mắt tìm tòi của con mình ra khỏi những trạng huống khốn khổ phiền lụy trong đời sống, chỉ làm cho tánh tò mò và ý chí quyết tìm chân lý và thành đạt giác ngộ của Thái tử ngày càng lớn thêm. Với tuổi lớn khôn và thành thực, Thái tử bắt đầu thoáng thấy được nỗi thống khổ của thế gian. Một hôm khi Thái tử đang ngồi trên xe ngựa do người đánh xe Xa Nặc chở vào vườn Thượng Uyển, thì Ngài ngạc nhiên trông thấy một cảnh tượng nào nề mà Ngài chưa từng thấy bao giờ: một cụ già già yếu đang ở vào giai đoạn cuối của cuộc sống, đang rên rỉ khóc than: “Ngài ơi! Hãy giúp tôi! Giúp tôi đứng vững trên đôi chân; Ôi, hãy giúp tôi! Nếu không tôi sẽ chết trước khi về đến nhà!” Đây là cảnh kích động mạnh mẽ đầu tiên của Thái tử. Lần thứ nhì, khi Ngài thấy một người ốm yếu chỉ còn da bọc xương, vô cùng khổ sở và buồn thảm, đang chịu đựng một cơn bệnh nặng, đang chịu đựng một cơn bệnh trầm trọng. Sức lực không còn, tất cả những hy vọng và niềm vui sống của người ấy cũng không còn. Lần thứ ba Ngài thấy một nhóm người than khóc rên rỉ thê thảm, khiêng trên vai thi hài của thân nhân để đi hỏa táng. Cảnh tượng bất hạnh mà lần đầu tiên Ngài thấy trong đời đã làm cho Ngài vô cùng kích động. Và Ngài được người đánh xe Xa Nặc cho biết rồi đây chính Ngài, Công chúa Da Du Đà La, và tất cả thân quyến lớn nhỏ, không

trừ bỏ một ai, đều phải trải qua những giai đoạn già, bệnh và chết này. Ít lâu sau, Thái tử trông thấy một tu sĩ khoan thai đi từng bước, mắt nhìn xuống, ung dung và vắng lặng, thanh thoát tự tại. tác phong trầm tĩnh của con người từ tốn ấy đập mạnh vào tâm tư Ngài. Ngài được Xa Nặc cho biết rằng đó là một tu sĩ đã lìa bỏ nhà cửa để sống đời trong sạch, tìm chân lý giải đáp cho những phiền toái của đời sống. Ý niệm xuất gia bỗng chốc thoáng qua trong trí Ngài và Ngài trầm tư mặc tưởng trên đường về nhà. Nhịp tim thống khổ của nhân loại đã tìm được một âm vang cứu chữa trong tâm Ngài. Càng đụng chạm với cuộc sống bên ngoài Ngài càng có xác tín là thế gian này quả thật không có hạnh phúc thật sự. Nhưng trước khi về đến hoàng cung thì một người đến báo tin là công chúa Da Du Đà La đang lâm bồn và hạ sanh một hoàng nam. “Lại thêm một trói buộc cho ta,” Ngài thốt ra lời than và trở về.

### ***VII. Sáu Năm Khổ Hạnh Của Đức Phật:***

Sau khi rời bỏ cung vua, Thái tử Sĩ Đạt Đa đi vào rừng khổ hạnh. Có rất nhiều đạo sĩ đang thực hành khổ hạnh tại đó. Thái tử đến xin chỉ giáo một vị trưởng lão: “Làm sao mới được giác ngộ và giải thoát?” Vị trưởng lão đáp: “Chúng tôi siêng năng tu hành khổ hạnh, chỉ mong sau khi chết được lên Thiên giới hưởng lạc, chứ không biết cái gì gọi là giác ngộ hay giải thoát cả.” Vị trưởng lão tiếp theo: “Phương pháp hành xác của chúng tôi là đói thì ăn rễ cỏ, vỏ cây, hoa quả. Có lúc chúng tôi dội nước lạnh lên đầu suốt ngày. Có lúc thì chúng tôi ngủ cạnh lửa nóng cho cơ thể bị nóng đỏ. Có lúc thì chúng tôi treo ngược trên những cành cây. Chúng tôi thực hành khổ hạnh bằng nhiều cách khác nhau và mục đích là để thờ mặt trời, mặt trăng, các vì sao, hay nước chảy và lửa hồng. Sau khi nghe những lời giải thích của vị trưởng lão, vị Thái tử vốn thông minh biết ngay là những người này chẳng biết gì đến vấn đề sanh tử, họ đã không thể tự cứu mình nói chi đến cứu độ những chúng sanh khác. Sau đó Thái Tử Tất Đạt Đa đến gặp ngài A La La, rồi ngài Uất Đầu Lam Phát. Trong thời gian ngắn, Thái Tử đều thông hiểu hết tất cả những điều mà các đạo sư này đã chỉ dạy. Nhưng Ngài vẫn chưa thỏa mãn, và tự nhủ: “Các vị Thầy của Ta mặc dầu là những đạo sư thánh thiện, nhưng những lời chỉ giáo của họ vẫn chưa giúp con người chấm dứt khổ đau. Nên Ta phải tự mình cố gắng tìm ra chân lý.” Thế là Thái tử quyết định rời bỏ khổ hạnh lâm để hướng về

vùng tu của các ẩn sĩ. Ngài lên núi Gaya để tự mình khổ tu và tham thiền nhập định. Sự khổ hạnh của Thái tử rất đơn giản, mỗi ngày Ngài chỉ ăn một chút lúa mì và lúa mạch trong khi chuyên tâm tu trì nên cơ thể của Ngài ngày càng yếu dần. Thân thể của ngài mất đi vẻ đẹp trong sáng, bao phủ đầy bụi đất dơ dáy. Nhìn ngài chẳng khác gì một bộ xương đang sống. Nhưng ngài vẫn kiên trì không chịu từ bỏ sự khổ hạnh. Sau sáu năm tu hành khổ hạnh trong rừng, nhưng Ngài vẫn không đạt được tận cùng ý nguyện. Ngài thấy khổ hạnh hành xác là một sự sai lầm trong việc tự hủy hoại thân thể của chính mình. Cuối cùng Thái tử nghĩ rằng việc lớn giác ngộ và giải thoát không thể bằng tu hành khổ hạnh mà được. Để tìm ra chân lý, ngài phải theo con đường trung đạo nằm giữa cuộc sống quá dục lạc và quá khổ hạnh.

### ***VIII. Hình Ảnh Đức Phật Qua Kinh Pháp Cú:***

Chẳng ai hơn nổi người đã thắng phục dục tình. Người đã thắng phục dục tình không còn bị thất bại trở lại, huống Phật trí mệnh mông không dấu tích, các người lấy gì mà hòng cám dỗ được (179). Người dứt hết trói buộc, ái dục còn khó cám dỗ được họ, huống Phật trí mệnh mông không dấu tích, các người lấy gì mà hòng cám dỗ được ư? (180). Người trí thường ưa tu thiền định, ưa xuất gia và ở chỗ thanh vắng. Người có Chánh niệm và Chánh giác bao giờ cũng được sự ái kính của Thiên nơn (181). Được sinh làm người là khó, được sống còn là khó, được nghe Chánh pháp là khó, được gặp Phật ra đời là khó (182). Chớ làm các điều ác, gắng làm các việc lành, giữ tâm ý trong sạch. Ấy lời chư Phật dạy (183). Chư Phật thường dạy: “Niết bàn là quả vị tối thượng, nhẩn nhục là khổ hạnh tối cao. Xuất gia mà não hại người khác, không gọi là xuất gia Sa-môn.” (184). Chớ nên phỉ báng, đừng làm não hại, giữ giới luật tinh nghiêm, uống ăn có chừng mực, riêng ở chỗ tịch tịnh, siêng tu tập thiền định; ấy lời chư Phật dạy (185). Giả sử mưa xuống bạc vàng cũng chẳng thỏa mãn được lòng tham dục. Người trí đã biết rõ sự dâm dật vui ít khổ nhiều (186). Thế nên, dù sự dục lạc ở cõi trời, người cũng chớ sanh tâm mong cầu. Đệ tử các đấng Giác ngộ, chỉ mong cầu diệt trừ ái dục mà thôi (187). 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

mâu: 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). Rất khó gặp được các bậc Thánh nhân, vì chẳng thường có. Phàm ở đâu có vị Thánh nhơn ra đời thì gia tộc đó được an lành (193). Hạnh phúc thay đức Phật ra đời! Hạnh phúc thay diển nói Chánh pháp! Hạnh phúc thay Tăng già hòa hợp! Hạnh phúc thay đồng tiến đồng tu! (194). Kẻ nào cúng dường những vị đáng cúng dường, hoặc chư Phật hay đệ tử, những vị thoát ly hư vọng, vượt khỏi hối hận lo âu (195). Công đức của người ấy đã cúng dường các bậc tịch tịnh vô úy ấy, không thể kể lường (196).

### ***IX. Bài Pháp Đầu Tiên:***

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 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. 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.”

### ***X. Bức Thông Điệp Vô Giá Của Đức Phật:***

Thông điệp vô giá của Đức Phật hay Tứ Diệu Đế là một trong những phần quan trọng nhất trong giáo pháp của Đức Phật. Đức Phật đã ban truyền thông điệp này nhằm hướng dẫn nhân loại đau khổ, cởi mở những trói buộc bất toại nguyện để đi đến hạnh phúc, tương đối và tuyệt đối (hạnh phúc tương đối hay hạnh phúc trần thế, hạnh phúc tuyệt đối hay Niết Bàn). Đức Phật nói: “Ta không phải là cái gọi một cách mù mờ ‘Thần linh’ ta cũng không phải là hiện thân của bất cứ cái gọi thần linh mù mờ nào. Ta chỉ là một con người khám phá ra những gì đã bị che lấp. Ta chỉ là một con người đạt được toàn giác bằng cách hoàn toàn thấu triệt hết thảy những chân lý.” Thật vậy, đối với chúng ta, Đức Phật là một con người đáng được kính mộ và tôn sùng, không phải chỉ như một vị thầy mà như một vị Thánh. Ngài là một con người, nhưng là một người siêu phàm, một chúng sanh duy nhất trong vũ trụ đạt đến tuyệt luân tuyệt hảo. Tất cả những gì mà Ngài thành đạt, tất cả những gì mà Ngài thấu triệt đều là thành quả của những cố gắng của chính Ngài, của một con người. Ngài thành tựu sự chứng ngộ tri thức và tâm linh cao siêu nhất, tiến đến tuyệt đỉnh của sự thanh tịnh và trạng thái toàn hảo trong những phẩm hạnh cao cả nhất của con người. Ngài là hiện thân của từ bi và trí tuệ, hai phẩm hạnh cao cả nhất trong Phật giáo. Đức Phật không bao giờ tự xưng mình là vị cứu thế và không tự hào là mình cứu rỗi những linh hồn theo lối thần linh mặc khải của những tôn giáo khác. Thông điệp của Ngài thật đơn giản nhưng vô giá đối với chúng ta: “Bên trong mỗi con người có ngủ ngầm một khả năng vô cùng vô tận mà con người phải nỗ lực tinh tấn trau dồi và phát triển những tiềm năng ấy. Nghĩa là trong mỗi con người đều có Phật tánh, nhưng giác ngộ và giải thoát nằm trọn vẹn trong tầm mức nỗ lực và cố gắng của chính con người.”

## ***The Buddha***

### ***I. An Overview of the Term Buddha:***

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.

## ***II. Buddha's Birth Day:***

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.

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 4<sup>th</sup> month, 8<sup>th</sup> 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 4<sup>th</sup> month, 8<sup>th</sup> 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

secured 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.

***III. In the Heavens Above and Earth Beneath I Alone Am the Honoured One:***

The first words attributed to Sakyamuni after his first seven steps when born from his mother’s right side: “In the heavens above and earth beneath I alone am the honoured one.” This is 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.

***IV. 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 says 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.”

#### ***V. 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 he 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 riyal palace, toward the dense forest and became a wandering monk. First, He studied under the guidance of the leading masters of the day sucha 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, Bhikkhus, 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.

#### ***VI. Four Sights Which Changed the Buddha’s Life:***

Prince Siddhartha ventured beyond the palace walls four times, accompanied by his charioteer Chandaka, and the four sights that he encountered led to his renunciation of the world, one of the great turning points in his life. On his first outing, Siddhartha saw a wasted man supported himself with a stick. Chandaka explained that this was old age and that it was the fate of all living beings, including the prince. When he heard about the incident, he doubled the number of guards around his son and increased the number of his entertainers. On his second outing, the prince came across a man afflicted with disease. Again Chandaka informed him that this misfortune can strike all living beings, including the prince. On his third outing, the prince saw a corpse, and Chandaka then discussed with him the nature and meaning of death. At the palace Siddhartha became broody. No amount of entertainment could cheer him up: he was like “a lion pierced in the heart by a poisoned arrow.” He could not understand how people could be at peace with themselves or indulge in laughter when old age,

illness and death existed in the world. Years later he would teach that such suffering is always present, and would offer a solution to this predicament. On his final outing, Siddhartha saw a monk carrying a begging bowl. Chandaka told him that this man had abandoned the house-hold life and had 'gone forth' to lead the holy life of an ascetic in search of truth and happiness. There and then Siddhartha resolved to do the same.

According to legends about Sakyamuni Buddha's life, shortly after his birth a fortune-teller predicted that he would become a great king unless he encountered the "four sights": 1) a sick person; 2) an old person; 3) a corpse; and 4) a world renouncer. The first three symbolize the harsh realities of cyclic existence, in which beings become sick, grow old, and die, and the fourth indicates the way to escape this, by renouncing the world and seeking liberation. According to tradition accounts, his father Suddhodana tried very hard to prevent him from encountering these sights, but was unsuccessful. The young prince went out into the town of Kapilavastu on four occasions, and during each of these he was confronted by one of the four sights. He subsequently resolved to leave his father's palace and become a world renouncer. The reason we call these four visions four significant visions because these four visions changed the whole life of Prince Siddhartha (who became Buddha later). When the Prince grew up, King Suddhodana's strong and fervent wish was that his should get married, bring up a family, and be his worthy successor, for the prediction of the Sage Kondanna always haunted him, and he feared that one day the Prince would give up home for the homeless life of an esctetic. According to the custom of Indian at that time, at the very early age of sixteen, the Prince was married to his cousin, the beautiful Princess Yasodhara, the only daughter of King Suppabudha and Queen Pamita of the Koliyas. The Princess was of the same age as the Prince. King Suddhodana provided the Prince with the greatest comforts. The Prince had, so the story tells, three palaces, one of each for the Indian yea's three seasons. Lacking nothing of the early joys of life, he lived amid song and dance, in luxury and pleasure, and knowing nothing of sorrow. Yet all the efforts of King Suddhodana to try to hold the Prince a prisoner to the senses and made him worldly-minded were of no avail. King Suddhodana's endeavors to keep away life's miseries from

his son's inquiring eyes only heightened Prince Siddhartha's curiosity and his resolute search for truth and Enlightenment. With the advance of age and maturity, the Prince began to glimpse the woes of the world. On one occasion, when the Prince went driving with his charioteer Channa to the Royal Garden, he saw to his amazement what his eyes had never beheld before: a man weakened with age, and in the last stage of aging, crying out in a mournful voice: "Help master! Lift me to my feet; ho, help! Or I shall die before I reach my house!" This was the first shock the Prince received. The second was the sight of a weak man, mere skin and bones, supremely unhappy, forlorn (hopeless), suffered, and depressed. He was suffering a serious illness. The strength was gone, and all the grace and joy of life was also gone. On a third occasion He saw a group of lamenting kinsmen bearing on their shoulders the corpse of their beloved one for cremation. These woeful signs, seen for the first time in his life, deeply moved him. From the charioteer he learned that even he, his beloved Princess Yasodara, and all his relatives, without exception, are subject to old age, illness and death. Soon after this the Prince saw a recluse moving with slow and imposing (majestic) steps, down-cast eyes, calm and serene, aloof (away from the world) and independent. He was struck by the serene countenance of the man. He learned from Channa that this recluse was one who had abandoned his home to live a life of purity, to seek truth and answer the troubles of life. Thoughts of renunciation flashed through the Prince's mind and in deep contemplation on the way home, the heart throb of suffering human beings found a responsive echo in his mind. The more he came in contact with the world outside of his palace, the more he was convinced that the world was lacking in true happiness. But before reaching the palace he was informed by a messenger that a son had been born to Yasodara. "A fetter is set upon me," he uttered and returned to the palace.

### ***VII. Six Years of Ascetic Practicing of the Buddha:***

After Prince Siddhartha left the royal palace, he wandered in the forest of ascetics. There were many practicing ascetics. The Prince consulted one of the elders: "How can I attain true enlightenment and emancipation?" The elder replied: "We practice asceticism diligently, hoping that upon our death we could be reborn in the heavens to enjoy

happiness. We don't know anything about enlightenment and emancipation." The elder added: "The way we take to the asceticism is that when we are hungry, we eat grassroots, bark, flowers, and fruits. Sometimes we pour cold water on our heads all day long. Sometimes we sleep by a fire, allowing the body to be baked and tanned. Sometimes we hang ourselves upside down on tree branches. We practice in different ways, the purpose of which is to worship the sun, moon, stars, the running water and the blazing fire." After listening to the explanations of this elder, the wise Prince knew that they had practically no knowledge of the problems of life and death and they could not even redeem themselves, not to mention saving other sentient beings. The ascetics were merely inflicting sufferings upon themselves. Then Prince Siddhartha came to study with Masters Arada and Udraka. In a short time he mastered everything they had to teach him. But still he was not satisfied. "My teachers are holy people, but what they taught me does not bring an end to all suffering. I must continue to search for the Truth on my own." So the Prince decided to relinquish this kind of ascetic life, left the forest and headed towards other places where the hermits were. He came to Gaya Hill to practice asceticism and meditation. The life which the Prince led was very simple. He just ate a little wheat and barley everyday while devoting all his energy to his practice. So his body became thinner by the day. His body lost its radiance and became covered with dust and dirt. Eventually he looked like a living skeleton. But he still refused to give up his practices. After six years of ascetic practice, the Prince could not reach his goal. He realized that it was a mistake to punish his body like that. Finally he realized that the major issue of enlightenment and emancipation could never be achieved through ascetic practicing alone. To find the Truth, he must follow a middle path between too much pleasure and too much pain.

***VIII. The Image of the Buddha in the Dharmapada Sutra:***

No one surpasses the one whose conquest is not turned into defeat again. By what track can you lead him? The Awakened, the all perceiving, the trackless? (Dharmapada 179). It is difficult to seduce the one that has eradicated all cravings and desires. By which way can you seduce him? The trackless Buddha of infinite range (Dharmapada

180). Even the gods envy the wise ones who are intent on meditation, who delight in the peace of renunciation (Dharmapada 181). It is difficult to obtain birth as a human being; it is difficult to have a life of mortals; it is difficult to hear the Correct Law; it is even rare to meet the Buddha (Dharmapada 182). Not to do evil, to do good, and to purify one's mind, this is the teaching of the Buddhas (Dharmapada 183). The Buddhas say: "Nirvana is supreme, forbearance is the highest austerity. He is not a recluse who harms another, nor is he an ascetic who oppresses others." (Dharmapada 184). Not to slander, not to harm, but to restrain oneself in accordance with the fundamental moral codes, to be moderate in eating, to dwell in secluded abode, to meditate on higher thoughts, this is the teaching of the Buddhas (Dharmapada 185). Even a shower of gold pieces cannot satisfy lust. A wise man knows that lusts have a short taste, but long suffering (Dharmapada 186). Even in heavenly pleasures the wise man finds no delight. The disciple of the Supremely Enlightened One delights only in the destruction of craving (Dharmapada 187). 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). It is difficult to find a man with great wisdom, such a man is not born everywhere. Where such a wise man is born, that family prospers (Dharmapada 193). Happy is the birth of Buddhas! Happy is the teaching of the True Law! Happy is the harmony in the sangha! Happy is the discipline of the united ones! (Dharmapada 194). Whoever pays homage and offering, whether to the Buddhas or their disciples, those who have overcome illusions and got rid of grief and lamentation (Dharmapada 195). The merit of him who reverences such peaceful and fearless Ones cannot be measured by anyone (Dharmapada 196).

### ***IX. First Sermon:***

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."

### ***X. The Priceless Message from the Buddha:***

Priceless Message from the Buddha or the Four Noble Truths is one of the most important parts in the Buddha's Teachings. The Buddha gave this message to suffering humanity for their guidance, to help them to be rid of the bondage of "Dukkha" and to attain happiness, both relative and absolute (relative happiness or worldly happiness, absolute happiness or Nirvana). These Truths are not the Buddha's creation. He only re-discovered their existence. The Buddha said: "I am neither a vaguely so-called God nor an incarnation of any vaguely so-called God. I am only a man who re-discovers what had been covered for so long. I am only a man who attains enlightenment by



completely comprehending all Noble Truths.” In fact, the Buddha is a man who deserves our respect and reverence not only as a teacher but also as a Saint. He was a man, but an extraordinary man, a unique being in the universe. All his achievements are attributed to his human effort and his human understanding. He achieved the highest mental and intellectual attainments, reached the supreme purity and was perfect in the best qualities of human nature. He was an embodiment of compassion and wisdom, two noble principles in Buddhism. The Buddha never claimed to be a savior who tried to save ‘souls’ by means of a revelation of other religions. The Buddha’s message is simple but priceless to all of us: “Infinite potentialities are latent in man and that it must be man’s effort and endeavor to develop and unfold these possibilities. That is to say, in each man, there exists the Buddha-nature; however, deliverance and enlightenment lie fully within man’s effort and endeavor.”



***Luận Thứ Ba***  
***The Third Essay***

***Đạo Phật***

***I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Đạo Phật:***

Có người cho rằng đây 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 “Điệu 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 gần 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 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.

## ***II. Đạo Phật Có Phải Là Tôn Giáo Vô Thần Hay Không?***

Đôi khi người ta nói Phật Giáo là “Vô Thần” hay là một “tôn giáo không có thần linh.” Tuy nhiên, những lời Phật dạy về “Lục Đạo” đã xua tan quan niệm ấy, vì trong lục đạo, Đức Phật đã nói rõ ràng có chư Thiên, nhưng chư Thiên trong Phật giáo không phải là những vị Thần với quyền năng tối thượng sáng tạo vũ trụ, hay thưởng phạt chúng sanh. Theo Phật giáo, các vị thần có thể được tôn thờ nhằm cho những phước lạc có giới hạn của trần gian, nhưng chính các chư thiên này cũng vô thường và tầm thường, không thể thỏa mãn cho việc cầu xin liên hệ tới giải thoát hay Niết Bàn, vốn là những thứ siêu thế gian mà chính họ chưa bao giờ chứng đắc. Bất quá Phật giáo chỉ là vô thần trong ý nghĩ rằng Phật giáo phê bác lý thuyết về một nguyên nhân “Đầu Tiên,” một Thượng đế sáng tạo.

### ***III. Đạo Phật Luôn Được Xây Dựng Trên Trí Tuệ Của Con Người:***

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 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 thẩm 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 nghĩ 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.

#### ***IV. Đạo Phật Là Tôn Giáo của Chân Lý Và Triết Lý Sống Động:***

Có người cho rằng danh từ tôn giáo là một danh từ không thích hợp để gọi đạo Phật, vì Phật giáo không phải là một tôn giáo, mà là một triết học luân lý. Theo tôi, đạo Phật vừa là một tôn giáo mà cũng vừa là một triết lý sống dựa theo những lời chỉ dạy của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni ở xứ Ấn Độ trên 2.500 năm qua. Trước khi đi sâu vào vấn đề chúng ta nên phân tích sơ qua về hai danh từ Phật và triết học. Trước hết, 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. Triết lý này xuất phát từ kinh nghiệm của một người tên là Sĩ Đạt Đa Cổ 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 gần một phần ba dân số trên khắp thế giới là tín đồ Phật giáo. 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 gần bó đến. Thứ hai, danh từ “philosophy”, nghĩa là triết học, có hai phần: “philo” có nghĩa là ưa thích yêu chuộng, và “sophia” có nghĩa là trí tuệ. Như vậy, philosophy là sự yêu chuộng trí tuệ, hoặc tình yêu thương và trí tuệ. Cả hai ý nghĩa này mô tả Phật giáo một cách hoàn hảo. Phật giáo dạy ta nên cố gắng phát triển trọn vẹn khả năng trí thức để có thể thông suốt rõ ràng. Phật giáo cũng dạy chúng ta phát triển lòng từ bi để có thể trở thành một người bạn thật sự của tất cả mọi

chúng sanh. Như vậy Phật giáo là một triết học nhưng không chỉ đơn thuần là một triết học suông. Nó là một triết học tối thượng. 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. 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. Sau những đắn đo suy nghĩ, 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 nhân 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. Sau khi Đức Phật nhập diệt, các đệ tử của Ngài đã kết tập và ghi lại tất cả những lời giáo huấn của Ngài mà bây giờ chúng ta gọi là Kinh Điển. Không phải một quyển mà có thể ghi lại tất cả những lời dạy ấy, mà tổng cộng có trên 800 quyển ghi lại vừa Kinh, Luật và Luận.

Trong Phật giáo, không có sự phân biệt giữa thần linh hay chúng sanh siêu việt và người bình thường. Hình thức cao nhất của một chúng sanh là Phật. Tất cả mọi người đều có khả năng thành Phật nếu họ chịu theo tu tập theo những lời chỉ dạy của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Bằng cách tuân theo những giáo thuyết của Đức Phật và những pháp

thực hành về Phật giáo, ai cũng có thể trở thành một vị Phật. Một vị Phật cũng là một chúng sanh con người, nhưng chúng sanh ấy đã chứng ngộ và thông hiểu tất cả những tác dụng và ý nghĩa của đời sống và vũ trụ. Khi một con người chứng ngộ và thật sự thông hiểu về mình và vạn hữu, người ta gọi người đó là Phật, hay là bậc giác ngộ.

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 huệ, 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



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, rằng thì là 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, vân vân và vân vân.

Giáo lý chính của Đức Phật tập trung vào Bốn Chân Lý Cao Thượng hay Tứ Diệu Đế và Bát Thánh Đạo. Gọi là “cao thượng” vì nó phù hợp với chân lý và nó làm cho người hiểu biết và tu tập nó trở thành cao thượng. Người Phật tử không tin nơi những điều tiêu cực hay những điều bi quan, hướng là tin nơi những thứ dị đoan phù phiếm. Ngược lại, người Phật tử tin nơi sự thật, sự thật không thể chối cãi được, sự thật mà ai cũng biết, sự thật mà mọi người hướng tới để kinh nghiệm và đạt được. Những người tin tưởng nơi thần linh thì cho rằng trước khi được làm người không có sự hiện hữu, rồi được tạo nên do ý của thần linh. Người ấy sống cuộc đời của mình, rồi tùy theo những gì họ tin tưởng trong khi sống mà được lên nước trời vĩnh cửu hay xuống địa ngục đời đời. Lại có người cho rằng mỗi cá nhân vào đời lúc thọ thai do những nguyên nhân thiên nhiên, sống đời của mình rồi chết, chấm dứt sự hiện hữu, thế thôi. Phật giáo không chấp nhận cả hai quan niệm trên. Theo giải thích thứ nhất, thì nếu có một vị thần linh toàn thiện toàn mỹ nào đó, từ bi thương xót hết thảy chúng sanh mọi loài thì tại sao lại có người sanh ra với hình tướng xấu xa khủng khiếp, có người sanh ra trong nghèo khổ cơ hàn. Thật là vô lý và bất công khi có người phải vào địa ngục vĩnh cửu chỉ vì người ấy không tin tưởng và vâng phục thần linh. Sự giải thích thứ hai hợp lý hơn, nhưng vẫn còn để lại nhiều thắc mắc chưa được giải đáp. Thọ thai theo những nguyên

nhân thiên nhiên là rõ ràng, nhưng làm thế nào một hiện tượng vô cùng phức tạp như cái tâm lại được phát triển, mở mang, chỉ giản dị từ hai tế bào nhỏ là trứng và tinh trùng? Phật giáo đồng ý với sự giải thích về những nguyên nhân tự nhiên; tuy nhiên, Phật giáo đưa ra sự giải thích thỏa đáng hơn về vấn đề con người từ đâu đến và sau khi chết thì con người đi về đâu. Khi chết, tâm chúng ta với khuynh hướng, sở thích, khả năng và tâm tánh đã được tạo duyên và khai triển trong đời sống, tự cấu hợp trong buồng trứng sẵn sàng thọ thai. Như thế ấy, một cá nhân sanh ra, trưởng thành và phát triển nhân cách từ những yếu tố tinh thần được mang theo từ những kiếp quá khứ và môi trường vật chất hiện tại. Nhân cách ấy sẽ biến đổi và thay đổi do những cố gắng tinh thần và những yếu tố tạo duyên như nền giáo dục và ảnh hưởng của cha mẹ cũng như xã hội bên ngoài, lúc lâm chung, tái sanh, tự cấu hợp trở lại trong buồng trứng sẵn sàng thọ thai. Tiến trình chết và tái sanh trở lại này sẽ tiếp tục diễn tiến đến chừng nào những điều kiện tạo nguyên nhân cho nó như ái dục và vô minh chấm dứt. Chừng ấy, thay vì một chúng sanh tái sanh, thì tâm ấy vượt đến một trạng thái gọi là Niết Bàn, đó là mục tiêu cùng tốt của Phật giáo. Bốn chân lý nhiệm mầu trong giáo lý nhà Phật, nói rõ vì 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.” Bát Chánh Đạo hay tám con đường đúng, tám con đường dẫn tới sự chấm dứt đau khổ, mục đích của Đạo đế, diệu đế thứ ba trong tứ diệu 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. Tâm vô lượng là tâm rộng lớn 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 Đăng 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. Trong cả hai trường phái Nguyên Thủy và Đại Thừa, Đức Phật dạy các đệ tử của Ngài, nhất là Phật tử tại gia giữ gìn ngũ giới. Dù Kinh Phật không đi vào chi tiết, nhưng các đạo sư cả hai trường phái đã giải thích rất rõ ràng về năm giới này. Năm giới cấm của Phật tử tại gia và xuất gia, tuy nhiên Phật chế ngũ giới đặc biệt cho những Phật tử tại gia. Người trì giữ năm giới sẽ được tái sanh trở lại vào kiếp người (giới có nghĩa là ngăn ngừa, nó có thể chặn đứng các hành động, ý nghĩ, lời nói ác, hay đình chỉ các nghiệp báo ác trong khi phát khởi. Năm giới là điều kiện căn bản làm người, ai giữ tròn các điều kiện cơ bản này mới xứng đáng làm người. Trái lại thì đời này chỉ sống bằng thân người, mà phi nhân cách, thì sau chết do nghiệp cảm thuần thực, khó giữ được thân người, mà phải tái sanh lưu chuyển trong các đường ác thú. Do đó người học Phật, thọ tam quy/Saranagamana, phải cố gắng trì ngũ giới/Panca-veramana).

Ngoài ra, Chân Lý Nhân Quả trong Phật giáo cũng giữ một vai trò hết sức quan trọng. 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 hay sự tương quan giữa nguyên nhân và kết quả trong luật về “Nghiệp” của Phật giáo 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, vôn vôn, phải qua thời gian ba bốn tháng, hoặc năm sáu tháng. Có khi từ nhân đến quả cách nhau hằng chục năm như một đứa bé cấp sách đến trường học 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.

Nghiệp là một trong các giáo lý căn bản của Phật giáo. Mọi việc khổ vui, ngọt bùi trong hiện tại của chúng ta đều do nghiệp của quá khứ và hiện tại chi phối. Hễ nghiệp lành thì được vui, nghiệp ác thì chịu khổ. Vậy nghiệp là gì? Nghiệp theo chữ Phạn là ‘karma’ có nghĩa là hành động và phản ứng, quá trình liên tục của nhân và quả. Luân lý hay hành động tốt xấu (tuy nhiên, từ ‘nghiệp’ luôn được hiểu theo nghĩa tất 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. Cuộc sống hiện tại của chúng ta là kết quả tạo nên bởi hành động và tư tưởng của chúng ta trong tiền kiếp. Đời sống và hoàn cảnh hiện tại của chúng ta là sản phẩm của ý nghĩ và hành động của chúng ta trong quá khứ, và cũng thế các hành vi của chúng ta đời nay, sẽ hình thành cách hiện hữu của chúng ta trong tương lai. Nghiệp có thể được gây tạo bởi thân, khẩu, hay ý; nghiệp có thể thiện, bất thiện, hay trung tính (không thiện không ác). Tất cả mọi loại nghiệp đều được chất chứa bởi A Lại Da và Mạt Na thức. Chúng sanh đã lên xuống tử sanh trong vô lượng kiếp nên nghiệp cũng vô biên vô lượng. Dù là loại nghiệp gì, không sớm thì muộn, đều sẽ có quả báo đi theo. Không một ai trên đời này có thể trốn chạy được quả báo. Như trên đã nói, nghiệp là sản phẩm của thân, khẩu, ý, như hạt giống được gieo trồng, còn quả báo là kết quả của nghiệp, như cây trái. Khi thân làm việc tốt, khẩu nói lời hay, ý nghĩ chuyện đẹp, thì nghiệp là hạt giống thiện. Ngược lại thì nghiệp là hạt giống ác. Chính vì vậy mà Đức Phật dạy: “Muốn sống một đời cao đẹp, các con phải từng ngày từng giờ cố gắng kiểm soát những hoạt động nơi thân khẩu ý chớ dừng để cho những hoạt động này làm hại cả ta lẫn người.” Nghiệp và quả báo tương ứng không sai chạy. Giống lành sanh cây tốt quả ngon, trong khi giống xấu thì cây xấu quả tẻ là chuyện tất nhiên. Như vậy, trừ khi nào chúng ta hiểu rõ ràng và hành trì tinh chuyên theo luật nhân quả hay nghiệp báo, chúng ta không thể nào kiểm soát hay kinh qua một cuộc sống như chúng ta ao ước đâu. Theo Phật Pháp thì không có thiên thần quỷ vật nào có thể áp đặt sức mạnh lên chúng ta, mà chúng ta có hoàn toàn tự do xây dựng cuộc sống theo cách mình muốn. Nếu chúng ta tích tụ thiện nghiệp, thì quả báo phải là hạnh phúc sướng vui, chứ không có ma quỷ nào có thể làm hại được chúng ta. Ngược lại, nếu chúng ta gây tạo ác nghiệp, dù có lay lục van xin thì hậu quả vẫn phải là đắng cay đau khổ, không có trời nào có thể cứu lấy chúng ta. 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. Đức Phật dạy nếu ai đó đem cho ta vật gì mà ta không lấy thì dĩ nhiên người đó phải mang về, có nghĩa là túi chúng ta không chứa đựng vật gì hết. Tương tự như vậy, nếu chúng ta hiểu rằng nghiệp là những gì chúng ta làm, phải cất chứa trong tiềm thức cho chúng ta mang qua kiếp khác, thì chúng ta từ chối không cất chứa nghiệp nữa. Khi túi tiềm thức trống rỗng không có gì, thì không có gì cho chúng ta mang vác. Như vậy làm gì có quả báo, làm gì có khổ đau phiền não. Như vậy thì cuộc sống cuộc tu của chúng ta là gì nếu không là đoạn tận luân hồi sanh tử và mục tiêu giải thoát rốt ráo được thành tựu.

Không chút nghi ngờ về đạo Phật là một tôn giáo của chân lý và một triết lý sống động hai mươi sáu thế kỷ về trước. Đạo Phật vẫn còn là một tôn giáo của chân lý và một triết lý sống động ngay trong thế kỷ này (thế kỷ thứ 21). Đạo Phật đồng điệu với tất cả những tiến bộ của khoa học ngày nay and nó sẽ luôn đồng điệu với khoa học vượt thời gian. Giáo lý cơ bản về từ, bi, hỷ, xả, chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh định và chánh niệm, cũng như năm giới căn bản không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, không vọng ngữ và không uống những chất cay độc... vẫn luôn là ngọn đuốc soi sáng thế gian u tối này. Thông điệp về hòa bình, tình thương yêu và hạnh phúc của đạo Phật gửi đến chúng sanh mọi loài vẫn luôn luôn là một chân lý rạng ngời cho nhân loại. Bất cứ ai trong chúng ta cũng có thể đạt được mục tiêu cao nhất của đạo Phật, dù xuất gia hay tại gia. Tuy nhiên, điều thiết yếu nhất là chúng ta phải thành khẩn tu tập theo những lời dạy dỗ của Đức Phật. Đức Phật và những đại đệ tử của Ngài không phải tự nhiên mà đắc thành chánh quả. Đức Phật và các đệ tử của Ngài một thời cũng là những phàm phu như chúng ta. Họ cũng bị phiền não bởi những bất tịnh nơi tâm, luyến chấp, sân hận và vô minh. Nhưng giờ này họ đã thành Phật, thành Thánh, còn chúng ta sao cứ mãi u mê lăn trôi tạo

ngiệp trong luân hồi sanh tử? Phật tử thuần thành nên lắng nghe lời Phật dạy, nên thanh tịnh thân, khẩu ý để đạt đến chân trí tuệ, trí tuệ giúp chúng ta hiểu được chân lý và đạt được mục tiêu tối hậu của Phật giáo. Nói cách khác, nếu chúng ta chịu thành tâm tu tập giáo pháp nhà Phật thì một ngày không xa nào đó ai trong chúng ta cũng đều làm việc thiện, tránh làm việc ác; ai cũng hết lòng giúp đỡ người khác chứ không làm hại ai, và tâm niệm chúng ta luôn ở trạng thái thanh tịnh. Như vậy chắc chắn tu tập giáo pháp này thì đời này và đời sau cuộc sống chúng ta sẽ hạnh phúc, thịnh vượng. Cuối cùng tu tập giáo pháp ấy sẽ dẫn đưa chúng ta đến mục tiêu tối hậu là giải thoát, đó là hạnh phúc tối thượng của Niết Bàn.

#### ***V. Cốt Lõi Đạo Phật:***

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 bi 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 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 muộn. 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 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 điều hâu gần đó chụp được một miếng thịt, vội vụt bay lên không. Những con khác thấy vậy liền tấn công con điều này, làm cho nó nhả miếng thịt xuống. Một con điều 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 đầy 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.

#### ***VI. Lý Tưởng Phật Giáo:***

Đức Phật đã sáng lập ra Phật giáo, không chỉ nhằm cứu độ chúng sanh mà còn nhằm loại trừ sự phân biệt giai cấp ở Ấn Độ thời bấy giờ. Với Ngài, lý tưởng của Phật giáo là trước tiên mọi người phải có cơ hội bình đẳng như nhau trong cuộc sống cũng như cuộc tu. Để chống lại cái tự hào của giống người Aryan và chống lại cách mà những người này đã mệnh danh cho những thổ dân hay những dân bản địa trên lục địa Ấn Độ thời cổ, tức những người không phải là Aryan là đê tiện. Đức Phật thường dạy rằng danh từ Aryan có nghĩa là cao quý và chúng ta không thể gọi một giai cấp nào là cao quý hay không cao quý được, bởi vì lúc nào cũng có những người đê tiện trong giai cấp gọi là cao quý, và đồng thời lúc nào cũng có những người cao quý trong cái gọi là giai cấp đê tiện. Khi chúng ta gọi cao quý hay đê tiện, chúng ta nói về một người nào đó chứ không thể quơ đũa cả nắm cho toàn thể một giai cấp. Đây là vấn đề của nhân cách, của tri thức, của trí tuệ chứ không phải là vấn đề sinh ra ở dòng họ hay giai cấp nào. Do đó, lý tưởng của Phật giáo là tạo nên một người cao quý trong nghĩa một cuộc sống cao quý. Lý tưởng mà Đức Phật dựng lên thật là rõ ràng. Lý tưởng đó như thế này: là một người, Ngài dạy cho con người, cao quý hay đê tiện, thành người hoàn hảo, nghĩa là con người của giác ngộ viên mãn.

#### ***VII. Những Vấn Đề Siêu Hình Trong Đạo Phật:***

Đức Phật không quan tâm đến những vấn đề siêu hình, những vấn đề chỉ làm bối rối con người và làm đảo lộn sự cân bằng của tâm trí họ như vậy. Sự giải quyết của chúng chắc chắn sẽ không giải thoát nhân loại khỏi những ác nghiệp và khổ đau. Đó là lý do tại sao Đức Phật do dự khi trả lời những câu hỏi như vậy, và đôi lúc Ngài phải tránh giải thích những câu hỏi thường được đặt ra một cách sai lầm. Đức Phật là một bậc Thầy thực tiễn, mục đích duy nhất của Ngài là giải thích tường tận về vấn đề khổ, sự kiện phổ quát của cuộc đời, làm cho mọi người cảm nhận được ảnh hưởng mạnh mẽ của nó và trực nhận sự thực của cuộc đời này. Đức Phật đã nói rõ cho chúng ta biết những gì Ngài cần giải thích và những gì Ngài sẽ không bao giờ giải thích. Ngay cả những câu hỏi liên quan đến quá khứ và tương lai, câu trả lời của Đức Phật

thật là rõ ràng: “Hãy để yên quá khứ, hãy để yên vị lai.” Đức Phật luôn nhấn mạnh: “Khi cái này có mặt, cái kia có mặt. Do cái này sanh, cái kia sanh. Khi cái này không có, cái kia cũng không có. Do cái này diệt, cái kia diệt.” Tóm lại, đây là giáo lý của đạo Phật về tánh duyên khởi hay Pháp Tỳ Thuộc Phát Sanh (Paticca-samup-pada). Giáo lý này tạo thành nền tảng của Tứ Thánh Đế, chân lý trung tâm của đạo Phật.

### ***VIII. Đạo Phật Và Ý Niệm Về Hình Tượng Phật:***

Ảnh tượng là một trong những nhu cầu để tưởng nhớ đến Đức Phật. Tuy nhiên, thật là không thể nào diễn tả Đức Phật được bằng hình tượng vì Ngài chính là sự tỉnh thức, giác ngộ, trí tuệ, từ bi, hỷ, xả, vân vân. Tuy nhiên, nếu chúng ta không diễn tả Ngài bằng hình tượng toàn hảo thì làm sao chúng ta có thể mừng tượng ra được những biểu tượng của Ngài? Chúng ta nên diễn tả những biểu tượng này của Ngài bằng những hình thức lý tưởng nhất của chúng sanh, vì chủ yếu đây là hình tượng của Đức Phật khi Ngài đạt được sự giác ngộ tối thượng. Vì vậy hình tượng của Đức Phật phải ở trong tư thế tĩnh lặng và hững hờ trước những sướng khổ của cuộc đời. Người ta thường cảm thấy có nhu cầu để nhớ những vật mà họ thương mến và kính ngưỡng dưới một hình thức mà họ có thể thấy được. Tỷ dụ như, hình ảnh để nhớ tới người thân. Quốc kỳ nhắc nhở những người trung thành với tổ quốc. Hình ảnh và quốc kỳ là những thí dụ về biểu tượng trong ký ức về phẩm chất của người hay vật được tiêu biểu. Chúng thành hình tiêu điểm của sự cảm nhận yêu thương, kính ngưỡng và trung thành. Cũng như vậy, bệ thờ ở nhà hay trong tự viện cũng là tiêu điểm cho người Phật tử tu hành. Ngay giữa bệ thờ, thường là hình tượng của Đức Phật. Hình tượng Phật có thể được làm bằng nhiều chất liệu khác nhau như đá cẩm thạch, vàng, gỗ hay đất sét. Hình tượng Phật là một biểu tượng giúp cho chúng ta nhớ lại những phẩm chất cao quý của Ngài. Bệ thờ cũng có thể có những vật thờ đã nói trong kinh tiêu biểu cho Pháp. Một vài bệ thờ trưng bày hình tượng, hình ảnh của chư Thánh Tăng hay Thầy Tổ tiêu biểu trong cộng đồng Tăng già. Khi người Phật tử đứng trước bệ thờ, những vật thờ mà họ thấy đều giúp cho họ nhớ lại những phẩm hạnh nơi Đức Phật và Tăng già. Điều này khuyến tấn họ nên luôn tu trì để đạt được những phẩm hạnh ấy nơi chính họ.

Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, tất cả những điều khắc đầu tiên tại Sanci và Barhut không trình bày Phật trong diện mạo con người. Điều đáng lưu ý chúng ta là, những biến cố chính trong đời sống của Đức Phật đã được đưa ra đầy đủ trong điều khắc mà không mang diện mạo một anh hùng. Làm sao có thể được? Phật khi giáng sinh được tượng trưng bằng đóa hoa sen nở trọn; khi thành đạo tượng trưng bằng cây Bồ Đề có tường rào chung quanh; lúc Ngài thuyết pháp đầu tiên (chuyển Pháp Luân) tượng trưng bằng một bánh xe trên đó đôi khi có thêm dấu hiệu Tam Bảo (Tri-ratna); lúc khất thực tượng trưng bằng một cái bình bát, vân vân. Nếu sự gợi hứng là một phương tiện của nghệ thuật đích thực, các nghệ sĩ Phật tử đầu tiên đã hiểu điều đó khá trọn vẹn và đã dùng ý niệm đó một cách khéo léo cho những mục đích thực tiễn. Tuy nhiên, tất cả những điều này không nhất thiết có nghĩa rằng các trường lão đã tuyệt nhiên không trình bày Đức Phật suốt thời gian Ngài còn tại thế, vì có truyện kể về việc họ đã tạo một bức tượng để cúng dường trong suốt thời gian Ngài vắng mặt. Họ là những người chủ trương hình thức và duy thực, và như thế nếu Phật đang ở ngay trước mặt, họ có quyền miêu tả Ngài bằng hội họa hay điêu khắc. Nhưng bây giờ Ngài đã đi vào Niết Bàn, mà trình bày một người không còn hiện hữu trong thực tại nữa, đó là điều bất xác. Chính do sau này, một phát triển khả quan của các nền nghệ thuật Gandhara mà Nam phương Phật giáo bắt đầu có những tượng Phật. Việc này có thể xảy ra cùng lúc với việc ghi chép các giáo thuyết của Phật thành văn tự, tức khoảng năm 80 trước Tây Lịch. Các trường lão có khuynh hướng duy tâm và tự do tư tưởng, mà chúng ta có thể coi như là những nhà tiên phong của Đại Thừa, hình như không có cuộc hội họp để đọc lại các bài pháp của Phật, cũng không mở rộng các luật nghi của họ vượt ngoài những gì Phật đã thiết định. Họ thường ghi lại những Thánh ngôn bằng ký ức hay bằng văn tự tùy theo sở thích. Họ không ngần ngại sử dụng các tài năng của mình trong hội họa hay điêu khắc để miêu tả hình ảnh Phật theo lý tưởng riêng của mình về cái đẹp và cái toàn như họ đã làm ở nghệ thuật Gandhara. Ngành tự do tư tưởng cũng có thể được thấy trong các luận giải siêu hình của các nhà Phân Biệt Thuyết (Vaibhasika) hay Tỳ Bà Sa, trong đó nhiều quan niệm về pháp (dharma) hay thắng pháp (abhidharma) được sưu tập và một số quan niệm tự do đã được tuyển và được khuyến cáo học tập. Mặc dù phái Tỳ Bà Sa thuộc hệ Tiểu

Thừa, nhưng đã mở ra một khuynh hướng nhắm tới trường phái tự do tư tưởng. Hạng người tự do tư tưởng như thế cố nhiên can đảm trong việc thích nghĩa, bác học, chú giải, hay hình thành và diễn tả bất cứ quan niệm nào. Tuy nhiên, điều này không có nghĩa rằng họ đi xa ngoài các giáo pháp nguyên thủy của Phật.

Ngày nay, ngoài hai bức tượng Phật vĩ đại ở A Phú Hãn đã bị Taliban phá hủy hồi năm 2002, còn có năm bảy tượng phật lớn khác ở khắp nơi trên thế giới, trong số này có 2 tượng lớn ở Nhật Bản: 1) tượng Phật Tỳ Lô Giá Na lớn tại tự viện Todaiji ở Nại Lương, được vua Shonu dâng cúng vào năm 751; 2) tượng Phật A Di Đà, được vua Joko tài trợ và được xây dựng năm 1495. Mặt tượng Phật này vẫn còn nguyên, nhưng đến cuộc động đất vào năm 1923 làm hư hại nền tượng. Công tác trùng tu gần như toàn bộ đã được khởi công năm 1960 và hoàn tất năm 1961.

### ***IX. Đạo Phật Và Quan Niệm Về Nguyên Nhân Đầu Tiên:***

Nếu người ta thừa nhận có nguyên nhân đầu tiên, thì họ phải biện minh được khi bị hỏi về nhân của nguyên nhân đầu tiên đó, vì không có thứ gì thoát ra khỏi quy luật “nhân-duyên”, quy luật này được xem là hiển nhiên với mọi người, trừ phi người ta không muốn nghe thấy chân lý. Tuy nhiên, một người tin vào Thượng đế sẽ cho rằng đó là do ý của Thượng đế, không cần phải bàn luận chi hết, vì hoài nghi quyền năng của Thượng đế là phạm Thánh. Có lẽ chính ý niệm về Thượng đế này đã kềm chế sự tự do suy tư của con người, không cho họ suy luận, phân tích, tìm tòi để thấy những gì vượt ngoài mắt trần này, và làm trở ngại cho việc phát triển tuệ giác. Tuy nhiên, điều quan trọng cần phải hiểu ở đây là tham ái không nên được xem như là nguyên nhân đầu tiên, vì theo đạo Phật hoàn toàn không có cái gọi là “nguyên nhân đầu tiên” này, mà các pháp nhân quả không khởi điểm, ngoài ra không một điều gì khác chi phối thế gian này. Các pháp phát sanh không phải chỉ do một nhân, cũng không phải vô nhân sanh, mà tùy thuộc phát sanh (Pháp Duyên Khởi) các pháp do nhiều nhân sanh. Tham ái, cũng như các pháp khác, thuộc vật chất hay tinh thần, cũng đều do duyên sanh, chúng tùy thuộc và liên quan lẫn nhau. Tự thân nó không có một khởi điểm hay kết thúc nào cả. Mặc dù tham ái được nói đến như nguyên nhân gần của khổ, nó không phải là một pháp độc lập mà tùy thuộc

vào các pháp khác. Ái phát sanh do thọ làm duyên, thọ phát sanh do xúc làm duyên, vân vân.

#### **X. *Quan Niệm Linh Hồn Trong Phật Giáo:***

Trong tư tưởng Phật giáo, không có cái gọi là “Linh hồn.” Sanh đi trước tử, và tử cũng đi trước sanh, vì cặp sanh tử này cứ theo nhau liên tiếp không ngừng. Tuy nhiên, không có cái gọi là linh hồn hay bản ngã, hay thực thể cố định nào di chuyển từ kiếp này qua kiếp khác. Mặc dù con người là một đơn vị tâm-vật lý bao gồm hai phần vật chất và tinh thần hay tâm, nhưng tâm không phải là linh hồn hay bản ngã theo nghĩa của một thực thể vĩnh hằng, một cái gì đó được tạo sẵn và thường hằng. Tâm chỉ là một lực, một dòng tương tục năng động, có khả năng tồn trữ những ký ức không chỉ trong kiếp này, mà cả những kiếp quá khứ nữa. Tâm không phải là một thực thể cố định. Chính Đức Phật đã nhấn mạnh rằng cái gọi là con người hay cá thể chỉ là một sự kết hợp của các tâm và vật lực thay đổi liên tục mà thôi. Có người sẽ hỏi nếu không có một linh hồn hay bản ngã thường hằng đi đầu thai, thì cái gì được tái sanh? Theo Phật giáo, không hề có một thực thể thường hằng dưới dạng bản ngã hay linh hồn đi đầu thai hay di chuyển từ kiếp này sang kiếp khác. Tất cả đều ở trong trạng thái trôi chảy liên tục. Cái mà chúng ta thường gọi là đời sống ở đây chỉ là sự vận hành của ngũ uẩn, hoặc là sự vận hành của những năng lực của thân và tâm mà thôi. Những năng lực này không bao giờ giống hệt nhau trong hai khoảnh khắc liên tiếp, và trong cái hợp thể thân và tâm này chúng ta không thấy có thứ gì thường hằng cả. Con người trưởng thành hôm nay không phải là đứa bé của năm xưa, cũng không phải là một người hoàn toàn khác biệt, mà chỉ là mối quan hệ của tương tục tính. Hợp thể thân và tâm hay năng lực tinh thần và thể xác này không mất vào lúc chết, vì không có năng lực nào đã từng mất cả. Nó chỉ sắp xếp lại, tổ chức lại trong điều kiện mới mà thôi. 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 cái ngã chân thực theo

không gian, nghĩa là không có thực thể, nên không bao giờ có thường hằng.

### ***XI. Giáo Dục Trong Phật Giáo:***

Mục đích của người tu Phật là tự giác (tự giác 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. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng giáo dục nhà Phật nhằm giúp chúng sanh thành Phật hay ít nhất cũng thành một đệ tử chân thật của Đức Phật chứ không nhằm mục đích xã hội hóa con người theo nghĩa một con người thế tục. Vì đạo Phật là đạo 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 loại trừ những thứ ấy để nếu chưa thành Phật thì ít nhất chúng ta cũng có một cuộc sống an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc. Chính vì thế mà nền giáo dục Phật giáo là nhằm giúp những người tu Phật thoát khỏi những phiền trược vừa kể trên để họ có thể thấy được thực tại và chân lý như thực. Đức Phật dạy rằng con người hiện tại của chúng ta là kết quả của cả triệu triệu tư tưởng và hành động trong quá khứ, chứ con người không phải được làm sẵn như một cái bánh hay một thỏi kẹo. Tính nết của con người được xác định bởi sự suy tư của người ấy, vì thế mà con người không thể nào hoàn hảo được. Muốn hoàn hảo hoàn thiện, con người phải tự giáo dục và rèn luyện chính mình. Trong các loài chúng sanh thì con người là loài chúng sanh có khả năng biết suy nghĩ và lý luận và có trí thông minh để tự giáo dục và xây dựng cho mình một cuộc đời tốt đẹp hơn. Tuy nhiên, để làm được điều này, một con người dù là Phật tử hay không Phật tử, không có con đường nào khác hơn là phải giáo dục mình bằng ngũ giới, bằng bát Thánh đạo... nghĩa là về luân lý. Ngoài ra, cốt lõi của đạo Phật là quy luật về “Nhân Quả” vì thế giáo dục Phật giáo không thể thiếu điều này. Người Phật tử thuần thành nên luôn nhớ “Cái này có thì cái kia có; cái này sinh thì cái kia sinh. Cái này không có thì cái kia không có; cái này diệt thì cái kia

diệt.” Giáo dục trong Phật giáo là nhằm vạch rõ cho mọi người thấy rằng luật nhân quả chi phối chúng sanh mọi loài, từ phàm đến Thánh. Nếu bạn gieo nhân tốt thì bạn gặt quả lành. Ngược lại, nếu bạn gieo nhân xấu, thì quả xấu, không có ngoại lệ. 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 chắn cuộc sống của chúng ta phải an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc.

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.”

## ***XII. Đạo Phật Và Việc Thờ Cúng Tổ Tiên***

Dân tộc Việt Nam từ lâu đã tin tưởng có thần thức sau khi qua đời. Người ta luôn nghĩ rằng tổ tiên phù hộ con cháu còn sống. Chính vì thế mà con cháu luôn thờ phượng tổ tiên với lòng kính trọng tối thượng. Người Việt Nam không những tổ chức ngày kỵ giỗ cho cha mẹ quá vãng, mà họ còn làm lễ kỵ giỗ cho ông bà nội, ngoại, ông bà cố, hay cố tổ nữa. Họ có thể làm lễ kỵ giỗ như một bữa tiệc hay một nghi thức thờ cúng đơn giản nhất là đốt nhang và lạy trước bàn thờ hay hình ảnh

của tổ tiên họ. Trong vài gia đình, ngoài việc dâng cúng thức ăn thức uống trước bàn thờ tổ tiên, họ còn có tục đốt giấy tiền cho người chết. Hơn nữa, trong vài vùng ở miền Trung nước Việt, hãy còn những ngôi nhà thờ họ, nơi thờ cúng những tổ tiên trong cùng dòng tộc. Chẳng nghi ngờ gì cả, tập tục thờ cúng tổ tiên đã giúp cho dân ta duy trì được sự đoàn kết và nối dòng nối dõi. Phật giáo luôn khuyến khích việc thờ cúng tổ tiên bằng cách tụng kinh cầu siêu cho người quá vãng, với hy vọng làm nhẹ đi nghiệp chướng cho họ sớm được siêu thoát.

### ***XIII. Đạo Phật Và Cái Đẹp:***

Nhiều người, đặc biệt là những người từ thế giới Tây phương, có một quan niệm sai lầm về Phật giáo. Họ cho rằng Phật giáo bi quan yếm thế. Họ cho rằng với đạo Phật mọi thứ đều là vô thường, khổ và vô ngã, nên không có cái gọi là “Đẹp” trong đạo Phật. Kỳ thật, Đức Phật chưa bao giờ đả kích về “Vẻ Đẹp” trong các bài thuyết giảng của ngài. Và người Phật tử cũng không lãng tránh cái đẹp, cũng không từ bỏ nó. Người ấy chỉ cố làm sao cho nó không trở thành đối tượng của yêu và ghét của riêng mình, vì Đức Phật đã dạy: “Bất cứ thứ gì khả lạc, khả ái trên đời này đều làm cho chúng sanh tham luyến, rồi sinh lòng yêu thích hay ghét bỏ.” Nhớ như vậy người Phật tử nhìn nhận cái đẹp qua giác quan nhận thức, nhưng trong cái đẹp, người Phật tử luôn thấy tính biến hoại của nó mà không sanh luyến chấp. Người ấy luôn nhớ lời dạy của Đức Phật về mọi pháp hữu hình: “Chúng có sinh khởi, thì chúng phải chịu hoại diệt.” Như vậy người Phật tử chân thuần chiêm ngưỡng cái đẹp mà không pha lẫn lòng tham muốn chiếm hữu. Với người Phật tử, dáng dấp hay nhan sắc bên ngoài không hề gì vì nó chỉ tạm bợ với thời gian. Một gương mặt trẻ đẹp hôm nay, có thể một ngày nào đó nó trở nên già nua xấu xí với những vết nhăn và những đốm đồi mồi đầy mặt. Với người Phật tử, bất luận gương mặt họ đẹp xấu thế nào, họ luôn trưởng dưỡng lòng yêu thương, vì chính lòng yêu thương ấy sẽ mang đến cho họ một nét đẹp vĩnh hằng, đó mới chính là cái đẹp chân thật của người con Phật.

Theo những hồ sơ còn sót lại của cộng đồng Phật giáo, những biểu tượng bằng hình ảnh không được Đức Phật Thích Ca Mâu Ni và các đệ tử của Ngài khuyến khích, vì các Ngài muốn tránh về sau này phát triển ra những hệ phái chỉ nhắm vào hình tượng Phật, hơn là giáo pháp mà Ngài đã giảng dạy. Hơn nữa, điểm tập trung chủ yếu của cộng



đồng Phật giáo là thiên định về tự xem xét nội tâm của chính mình, hơn là những biểu tượng bên ngoài. Khi Phật giáo phát triển và thu hút nhiều tín đồ hơn thì sự tiêu biểu về nghệ thuật bắt đầu xuất hiện. Tuy nhiên, có sự rụt rè ban đầu để biểu trưng về Đức Phật, và thường thì Ngài được vẽ dưới những dạng không phải người mà cũng không phải là động vật, như dấu bàn chân của Ngài hay là cây Bồ Đề lan truyền rộng rãi nhất là những “tháp.” Những tháp này tiếp tục phổ cập trong thế giới Phật giáo, và quá nhiều kiểu cách đã phát triển. Trong Phật giáo Ấn Độ người ta thường nghĩ rằng những tháp này tiêu biểu cho hình thể Đức Phật, và trong một vài kinh điển người ta còn tin tưởng một cách rộng rãi rằng tôn kính tháp cũng như tôn kính Đức Phật vậy. Những biểu tượng về hình thể bắt đầu xuất hiện trên những tháp ở Bharhut, Sanci, và Amaravati. Những tượng đài này đã được khắc những cảnh họa về đời sống của Đức Phật. Vào khoảng cuối thế kỷ thứ nhất, các nhà họa sĩ bắt đầu vẽ các kiểu biểu trưng về Đức Phật hay những dấu hiệu tản mác về Ngài từ khắp nơi trên thế giới. Những thí dụ sớm nhất về hình tượng của Đức Phật được mượn từ những chủ đề không phải là của Phật giáo, vì có lúc người ta không chấp nhận khái niệm về phải nên họa Ngài như thế nào. Thí dụ như những nhà họa sĩ ở Mathura, bây giờ là Bắc Trung Ấn, chấp nhận hình ảnh từ bức họa miêu tả của những Dạ Xoa, và ở Kiện Đà La, bây giờ là A Phú Hãn, các nhà họa sĩ dường như chịu ảnh hưởng của nghệ thuật Hy Lạp. Khi Phật giáo được truyền đi tới các nơi khác trên thế giới thì khuynh hướng này vẫn tiếp tục, và hình tượng Đức Phật có hơi hướng địa phương của các cộng đồng Phật giáo này, nghệ thuật và hình tượng cũng đã quyện vào thiên tập. Mặc dầu sự chối bỏ tiên khởi của Phật giáo về những biểu tượng nghệ thuật, nghệ thuật Phật giáo vẫn thịnh hành ngay trên đất Ấn và khắp Á Châu. Với sự phát triển của Mật Tông ở Tây Tạng, Mông Cổ, Trung Hoa, Nhật Bản, Đại Hàn và Việt Nam, việc sử dụng hình tượng một cách trau chuốt đã trở nên phổ cập ở nhiều nơi.

#### ***XIV. Đạo Phật Bi Quan Hay Lạc Quan?***

Có một số người nhìn đời bằng bi quan thống khổ thì họ lại bỏ qua những cảm giác bất toại với cuộc đời, nhưng khi họ bắt đầu bỏ qua cuộc sống vô vọng này để thử tìm lối thoát cho mình bằng cách ép xác khổ hạnh, thì họ lại đáng kinh tởm hơn. Nhiều người cho rằng đạo Phật

bi quan yếm thế vì quan điểm đặc sắc của nó cho rằng thế gian này không có gì ngoài sự đau khổ, cho đến hạnh phúc rồi cũng phải kết cuộc trong đau khổ. Thật là sai lầm khi nghĩ như vậy. Đạo Phật cho rằng cuộc sống hiện tại vừa có hạnh phúc vừa có khổ đau, vì nếu ai nghĩ rằng cuộc đời chỉ toàn là hạnh phúc thì kẻ đó sẽ phải khổ đau một khi cái gọi là hạnh phúc chấm dứt. Đức Phật cho rằng Hạnh phúc và khổ đau lồng nhau trong cuộc sống hằng ngày của chúng ta. Nếu ai không biết rằng hạnh phúc là mầm của đau khổ, kẻ đó sẽ vô cùng chán nản khi đau khổ hiện đến. Vì thế mà Đức Phật dạy rằng chúng ta nên nhận thức đau khổ là đau khổ, chấp nhận nó như thực kiến và tìm cách chống lại nó. Từ đó mà Ngài nhấn mạnh đến chuyên cần, tinh tấn và nhẫn nhục, mà nhẫn nhục là một trong lục độ Ba La Mật. Nói tóm lại, theo quan điểm Phật giáo, đời có khổ có vui, nhưng ta không được chán nản bi quan khi đau khổ ập đến, cũng như không được trụy lạc khi hạnh phúc đến tay. Cả hai thứ khổ vui đều phải được chúng ta đón nhận trong dè dặt vì hiểu rằng đau khổ nằm ngay trong hạnh phúc. Từ sự hiểu biết này, người con Phật chơn thuần quyết tinh tấn tu tập để biến khổ vui trần thế thành một niềm an lạc siêu việt và miên viễn, nghĩa là lúc nào chúng ta cũng thoát khỏi mọi hệ lụy của vui và khổ. Chúng đến rồi đi một cách tự nhiên. Chúng ta lúc nào cũng sống một cuộc sống không lo, không phiền, không nã, vì chúng ta biết chắc rằng mọi việc rồi sẽ qua đi. Quan điểm của Phật giáo đối với bi quan và lạc quan rất sáng tỏ: Phật giáo không bi quan mà cũng chẳng lạc quan về cuộc sống con người. Hai thái cực lạc quan và bi quan đều bị chận đứng bởi học thuyết trung đạo của Phật giáo.

#### ***XV. Đạo Phật Và Triết Học:***

Danh từ “philosophy”, nghĩa là triết học, có hai phần: “philo” có nghĩa là ưa thích yêu chuộng, và “sophia” có nghĩa là trí tuệ. Như vậy, philosophy là sự yêu chuộng trí tuệ, hoặc tình yêu thương và trí tuệ. Cả hai ý nghĩa này mô tả Phật giáo một cách hoàn hảo. Phật giáo dạy ta nên cố gắng phát triển trọn vẹn khả năng trí thức để có thể thông suốt rõ ràng. Phật giáo cũng dạy chúng ta phát triển lòng từ bi để có thể trở thành một người bạn thật sự của tất cả mọi chúng sanh. Như vậy Phật giáo là một triết học nhưng không chỉ đơn thuần là một triết học suông. Nó là một triết học tối thượng. Đạo Phật có phải là một triết lý hay không, tùy thuộc vào sự định nghĩa của từ ngữ; và cho dù người ta có

thể đưa ra một sự định nghĩa mà định nghĩa này sẽ bao trùm tất cả mọi hệ thống tư tưởng có tính triết lý hiện có, thì điều này cũng thật đáng ngờ. Triết lý, theo định nghĩa có nghĩa là yếu mền trí tuệ. Triết lý vừa là đi tìm trí tuệ, vừa là trí tuệ đi tìm. Trong tư tưởng Ấn Độ, triết lý được định danh là “Darsana,” minh thị chân lý. Tóm lại, mục đích của triết lý phải là khám phá ra sự thực tối hậu hay chân lý. Đạo Phật cũng chủ trương đi tìm chân lý, nhưng sự đi tìm này không đơn thuần là suy lý, hay một cấu trúc có tính cách lý thuyết suông, hay một sự thu thập và tồn trữ tri kiến đơn thuần. Đức Phật nhấn mạnh đến phương diện thực hành những lời dạy của Ngài, đến việc áp dụng tri kiến vào cuộc sống, nhìn vào bản chất của cuộc sống chứ không chỉ nhìn vào nó trên bề mặt. Đối với Đức Phật, toàn bộ những lời dạy của Ngài chỉ nhằm để hiểu về bản chất bất toại nguyện của mọi hiện hữu duyên sinh và để tu tập con đường đi ra khỏi sự khổ đau này.

Đạo Phật là đạo của trí tuệ, thế nên, đạo Phật không bao giờ chấp nhận mê tín dị đoan (thờ đầu cọp, đầu trâu, hay thờ thần rắn rít, bình vôi ông táo, xin xăm, bói quẻ, vân vân); tuy nhiên, những tín ngưỡng và nghi lễ mê tín đã được đưa vào nhằm tô son điểm phấn cho tôn giáo để lôi kéo quần chúng, nhưng một lúc sau thì những dây leo được trồng để trang hoàng lăng tẩm đã leo phủ cả lăng tẩm, và kết quả là giáo lý tôn giáo bị gạt ra nhường chỗ cho những nghi thức mê tín. Đức Phật dạy chúng ta nên cố gắng tìm hiểu sự sợ hãi của chúng ta, tìm cách giảm thiểu lòng ham muốn của ta, cũng như trầm tĩnh chấp nhận những gì mà chúng ta không thể thay đổi được. Đức Phật thay thế nỗi lo sợ không phải bằng một niềm tin mù quáng và không thuận lý nơi thần linh, mà bằng sự hiểu biết thuận lý và hợp với chân lý. Hơn nữa, Phật tử không tin nơi thần linh vì không có bằng chứng cụ thể nào làm nền tảng cho sự tin tưởng như vậy. Ai có thể trả lời những câu hỏi về thần linh? Thần linh là ai? Thần linh là người nam hay người nữ hay không nam không nữ? Ai có thể đưa ra bằng chứng rõ ràng cụ thể về sự hiện hữu của thần linh? Đến nay chưa ai có thể làm được chuyện này. Người Phật tử dành sự phán đoán về một thần linh đến khi nào có được bằng chứng rõ ràng như vậy. Bên cạnh đó, niềm tin nơi thần linh không cần thiết cho cuộc sống có ý nghĩa và hạnh phúc. Nếu bạn tin rằng thần linh làm cho cuộc sống của bạn có ý nghĩa và hạnh phúc hơn thì bạn cứ việc tin như vậy. Nhưng nhớ rằng, hơn hai phần ba dân chúng trên thế giới này không tin nơi thần linh, và ai dám nói rằng họ không

có cuộc sống có ý nghĩa và hạnh phúc? Và ai dám cả quyết rằng toàn thể những người tin nơi thần linh đều có cuộc sống có ý nghĩa và hạnh phúc hết đâu? Nếu bạn tin rằng thần linh giúp đỡ bạn vượt qua những khó khăn và khuyết tật thì bạn cứ tin như vậy đi. Nhưng người Phật tử không chấp nhận quan niệm cứu độ thần thánh như vậy. Ngược lại, căn cứ vào kinh nghiệm của Đức Phật, Ngài đã chỉ bày cho chúng ta là mỗi người đều có khả năng tự thanh tịnh thân tâm, phát triển lòng từ bi vô hạn và sự hiểu biết toàn hảo. Ngài chuyển hướng thần trời sang tự tâm và khuyến khích chúng ta tự tìm cách giải quyết những vấn đề bằng sự hiểu biết chân chánh của chính mình. Rốt rồi, thần thoại về thần linh đã bị khoa học trấn áp. Khoa học đã chứng minh sự thành lập của vũ trụ hoàn toàn không liên hệ gì đến ý niệm thần linh. Trong đạo Phật, tin tưởng vào siêu nhiên chỉ là một nhu cầu để an ủi con người khi họ đang tuyệt vọng khổ đau. Trong những hoàn cảnh cực kỳ tuyệt vọng, người ta thường quay sang niềm tin hay đến với ngoại lực mong nhờ sự hỗ trợ, an ủi hay ban ân. Phật giáo, ngược lại, hững hờ với vấn đề trừu tượng và siêu nhiên vì Phật giáo đề cao khả năng và lý trí của con người. Với Phật giáo, con người không vô năng thụ động chỉ nhờ vả vào các thế lực bên ngoài. Với Phật giáo, trách nhiệm của mỗi con người là phải tự giải phóng lấy mình. Chính vì thế mà Đức Phật dạy trong kinh Niết Bàn: “Các người nên tự thấp đức lên mà đi. Ta chỉ có trách nhiệm chỉ dẫn đường đi nước bước đưa đến sự giải thoát. Cứu cánh giải thoát phải do các người phải tự định đoạt, chứ không phải ai khác.” Người Phật tử không tin vào một niềm tin không được đặt trên sự kiện hay trên lý trí mà chỉ là sự kết hợp của các ý tưởng tượng hay phép lạ. Nếu bạn có thể chỉ rõ cho một người Phật tử thấy từ những cuộc nghiên cứu nghiêm chỉnh và thận trọng về sự hiện hữu của thần linh, được các nhà khoa học ghi chép thì người Phật tử ấy sẽ thừa nhận rằng tin vào thần linh không phải là hoang đường. Nhưng chúng ta chưa bao giờ nghe thấy bất cứ một cuộc nghiên cứu nào về thần linh, đơn giản là các nhà khoa học không bận tâm nghiên cứu những việc không thể có như vậy, nên chúng tôi nói không có bằng chứng nào chứng tỏ có sự hiện hữu của thần linh. Vào thuở xa xưa khi con người chưa có được kiến thức về khoa học, con người không thể nào giải thích được về nguồn gốc của vũ trụ, nên họ đã quay vào thần linh như là một đáng sáng thế, nhưng ở vào thế kỷ 21 này thì các khoa học gia đã giải thích quá rõ ràng về nguồn gốc của vũ trụ mà không phải nhờ

đến ý niệm thượng đế. Như vậy chúng ta phải thấy rằng sự thiếu khả năng giải thích về nguồn gốc vũ trụ không chứng minh được về sự hiện hữu của thần linh. Trước khi y học tiến bộ, người ta tin rằng thần linh tạo ra bệnh tật để trừng phạt con người. Ngày nay ai trong chúng ta cũng đều biết nguyên do gây ra bệnh. Chính vì vậy mà Đức Phật đã ân cần dặn dò chúng đệ tử là “khoan hãn vội tin bất cứ điều gì nếu chưa suy xét kỹ càng, ngay cả những lời Phật nói.” Ngoài ra, Đức Phật còn khuyên các đệ tử của Ngài không nên dùng thần thông phép lạ để quy nạp những người có niềm tin mù quáng. Ngài nhắc đến những phép thần thông như đi trên mặt nước, phù phép làm người chết đứng dậy và thi triển những thứ gọi là phi thường. Ngài cũng nhắc đến những cách tiên đoán như tha tâm thông, tiên tri, bói toán, vân vân. Khi những người có niềm tin mù quáng thấy những phép lạ ấy, thì họ cho rằng thật nên niềm tin của họ càng sâu đậm hơn; tuy nhiên, đây không phải là niềm tin chân thật vì nó không đến từ sự chứng ngộ chân lý của họ mà là do sự tin tưởng mù quáng. Với Đức Phật, phép lạ của sự chứng nghiệm mới đúng là phép lạ. Khi một người biết mình tham, sân, si, mạn, nghi và dấy dấy tà kiến, nên sẵn sàng chấm dứt những hành động tà vạy và bất thiện ấy, đó mới chính là phép lạ trong cuộc đời của người ấy. Khi một kẻ giết người, một tên trộm cắp, khủng bố, say rượu hay gian dâm, nhận thức được việc làm của mình là sai quấy, kẻ đó thay đổi, từ bỏ lối sống xấu xa, vô luân và gây tai hại cho người khác, sự thay đổi này mới thật là phép lạ. Theo Phật giáo, phép lạ thật sự là chúng ta thấy rõ cõi đời này chỉ là một tiến trình từ sanh, trụ, dị, diệt với đầy đầy khổ đau phiền não. Vì vậy không cách chi chúng ta có thể trốn chạy tiến trình ấy được. Càng cố gắng trốn chạy những khó khăn, chúng ta càng chất chứa khổ đau phiền não nhiều hơn ở bên trong chúng ta. Chừng nào chúng ta hiểu rõ bản chất thật của khổ đau phiền não, chừng đó chúng ta mới có cơ may giải quyết được chúng. Theo Phật giáo, tất cả nguyên nhân của khổ đau phiền não đều phát sanh bởi vô minh, sân hận và tham lam. Đây là “tam độc của tâm”, và chỉ có phát triển trí huệ chúng ta mới có khả năng loại trừ được si mê, và khi tâm đạt được trạng thái thanh tịnh, nó mới giúp chúng ta thấy rõ được đâu là chân ngụy, chánh tà, tốt xấu... cũng như những sân hận có hại cho cuộc sống hằng ngày của chúng ta. Lẽ dĩ nhiên, ai trong chúng ta cũng đều mong muốn thoát khỏi khổ đau phiền não, vì đó là những nhân tố đầu tiên của cuộc sống hạnh phúc. Tuy nhiên, chừng nào

chúng ta vẫn còn tin rằng ai đó có thể cứu độ chúng ta bằng cách loại trừ khổ đau phiền não trong cuộc sống hằng ngày của chính mình, chùng đó chúng ta vẫn còn luôn cảm thấy sợ hãi, lẩn tránh và không chịu đối mặt với chúng và vì thế khổ đau phiền não không bao giờ chịu rời bỏ chúng ta một cách tự nhiên. Theo Phật giáo, khổ đau phiền não không tự nhiên mà có, rất có thể chúng là sản phẩm của tiền nghiệp của chúng ta. Hiểu rõ khái niệm này chúng ta sẽ không đổ lỗi cho người khác. Không có gì phải quá khó chịu với chính mình, đã là con người, chúng ta ai cũng bất toàn. Mỗi người chúng ta đều đã có ít nhất một lần làm điều gì đó sai trái. Điều quan trọng là chúng ta có nhận biết những sai trái đó hay không mà thôi. Nếu chúng ta chấp nhận những việc làm sai trái thì chúng ta sẽ có chỗ cho chính mình sửa sai.

Phật giáo là một triết lý dạy cho con người có cuộc sống hạnh phúc. Nó cũng dạy cho người ta cách chấm dứt luân hồi sanh tử. Giáo lý chính của Đức Phật tập trung vào Bốn Chân Lý Cao Thượng hay Tứ Diệu Đế và Bát Thánh Đạo. Gọi là “cao thượng” vì nó phù hợp với chân lý và nó làm cho người hiểu biết và tu tập nó trở thành cao thượng. Người Phật tử không tin nơi những điều tiêu cực hay những điều bi quan, huống là tin nơi những thứ dị đoan phù phiếm. Ngược lại, người Phật tử tin nơi sự thật, sự thật không thể chối cãi được, sự thật mà ai cũng biết, sự thật mà mọi người hướng tới để kinh nghiệm và đạt được. Những người tin tưởng nơi thần linh thì cho rằng trước khi được làm người không có sự hiện hữu, rồi được tạo nên do ý của thần linh. Người ấy sống cuộc đời của mình, rồi tùy theo những gì họ tin tưởng trong khi sống mà được lên nước trời vĩnh cửu hay xuống địa ngục đời đời. Lại có người cho rằng mỗi cá nhân vào đời lúc thọ thai do những nguyên nhân thiên nhiên, sống đời của mình rồi chết, chấm dứt sự hiện hữu, thế thôi. Phật giáo không chấp nhận cả hai quan niệm trên. Theo giải thích thứ nhất, thì nếu có một vị thần linh toàn thiện toàn mỹ nào đó, từ bi thương xót hết thấy chúng sanh mọi loài thì tại sao lại có người sanh ra với hình tướng xấu xa khủng khiếp, có người sanh ra trong nghèo khổ cơ hàn. Thật là vô lý và bất công khi có người phải vào địa ngục vĩnh cửu chỉ vì người ấy không tin tưởng và vâng phục thần linh. Sự giải thích thứ hai hợp lý hơn, nhưng vẫn còn để lại nhiều thắc mắc chưa được giải đáp. Thọ thai theo những nguyên nhân thiên nhiên là rõ ràng, nhưng làm thế nào một hiện tượng vô cùng phức tạp như cái tâm lại được phát triển, mở mang, chỉ giản dị từ hai tế bào nhỏ

là trứng và tinh trùng? Phật giáo đồng ý với sự giải thích về những nguyên nhân tự nhiên; tuy nhiên, Phật giáo đưa ra sự giải thích thỏa đáng hơn về vấn đề con người từ đâu đến và sau khi chết thì con người đi về đâu. Khi chết, tâm chúng ta với khuynh hướng, sở thích, khả năng và tâm tánh đã được tạo duyên và khai triển trong đời sống, tự cấu hợp trong buồng trứng sẵn sàng thọ thai. Như thế ấy, một cá nhân sanh ra, trưởng thành và phát triển nhân cách từ những yếu tố tinh thần được mang theo từ những kiếp quá khứ và môi trường vật chất hiện tại. Nhân cách ấy sẽ biến đổi và thay đổi do những cố gắng tinh thần và những yếu tố tạo duyên như nền giáo dục và ảnh hưởng của cha mẹ cũng như xã hội bên ngoài, lúc lâm chung, tái sanh, tự cấu hợp trở lại trong buồng trứng sẵn sàng thọ thai. Tiến trình chết và tái sanh trở lại này sẽ tiếp tục diễn tiến đến chừng nào những điều kiện tạo nguyên nhân cho nó như ái dục và vô minh chấm dứt. Chừng ấy, thay vì một chúng sanh tái sanh, thì tâm ấy vượt đến một trạng thái gọi là Niết Bàn, đó là mục tiêu cùng tốt của Phật giáo.

Một tôn giáo, nhất là tôn giáo tiến bộ như Phật giáo, bao gồm tất cả triết học, luân lý và đạo đức học. Thật vậy, chúng ta có thể nói hầu như toàn bộ Phật giáo gồm giáo lý triết học và đạo đức. Tuy nhiên, khi ta nghiên cứu sâu vào giáo lý, chúng ta nhận thấy có cái gì vượt ra ngoài điều này, nó xúc chạm trực tiếp vào lòng ta. Giống như ánh sáng bao trùm chúng ta một cách ấm áp và rực chiếu rạng rỡ, soi sáng con đường của chúng ta. Nó là cái gì khiến chúng ta phát triển đầy đủ theo đúng khả năng của chúng ta. Nói tóm lại, Phật giáo là một tôn giáo tâm linh cho tất cả chúng sanh. Chúng ta có thể gọi tất cả những gì thuộc về chân lý là giáo lý nhà Phật, hay có thể gọi không là giáo lý gì cả, vì chúng là chân lý, chúng vượt ra ngoài tất cả ngôn ngữ văn tự của loài người. Tuy nhiên, Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng, tâm, Phật, và chúng sanh không sai khác. Vì vậy, không cần biết bạn thuộc tôn giáo nào, miễn bạn là một sinh vật, thì Phật giáo coi bạn như là một phần của nó, vì với Phật giáo mọi chúng sanh đều có Phật tính như nhau.

Theo Hòa Thượng Piyadassi trong quyển “Con Đường Cổ Xưa,” một số người thích gọi những lời dạy của Đức Phật là một tôn giáo, số khác gọi là một triết lý, cũng có người nghĩ những lời dạy của Đức Phật vừa mang tính chất tôn giáo, vừa mang tính triết lý. Tuy nhiên, chính xác hơn có thể gọi đó là một “lối sống.” Nhưng gọi như vậy

không có nghĩa rằng đạo Phật không có gì khác ngoài luân lý. Trái lại, đạo Phật là một đường lối tu tập với đầy đủ ba phương diện: Giới, Định, và Huệ (giới hạnh, tinh thần và tri thức) nhằm dẫn đến tâm giải thoát viên mãn. Chính Đức Phật đã gọi những lời dạy của Ngài là Pháp và Luật. Thế nhưng đạo Phật, trong ý nghĩa nghiêm túc nhất của từ ngữ, không thể được gọi là một tôn giáo, vì nếu tôn giáo hàm ý “hành động hay tư cách đạo đức biểu thị lòng tin nơi sự tôn kính đối với ước muốn làm vừa lòng một đấng quyền năng thiêng liêng nào đó; là việc thực hành hay thể hiện những lễ nghi, sự vâng giữ những điều răn, vâng vãn, là sự nhìn nhận của con người về một đấng quyền năng vô hình và cao cả nào đó như có quyền kiểm soát vận mạng của họ và xứng đáng được tôn sùng, kính trọng và tôn thờ.” Thì Phật giáo chắc chắn không phải là thứ tôn giáo như vậy. Trong tư tưởng Phật giáo, Phật giáo không chấp nhận hay tin tưởng có sự hiện hữu của một đấng sáng tạo, dù bằng bất cứ hình thức nào, nắm quyền thưởng phạt những việc làm thiện ác của các chúng sanh do vị ấy tạo ra. Người Phật tử nương tựa nơi Đức Phật, nhưng không hy vọng rằng họ sẽ được Ngài cứu độ. Hoàn toàn không có sự bảo đảm như vậy. Đức Phật chỉ là người Thầy khai thị con đường và hướng dẫn những người đi theo mình đi đến sự giải thoát của riêng họ.

Dù rằng chúng ta gọi những lời dạy của Đức Phật là Phật Giáo, như vậy chúng ta đã bao gồm những lời dạy ấy vào trong số các “chủ thuyết” và “học thuyết”, thực ra chúng ta có gán cho nó là gì cũng không thành vấn đề. Gọi đó là tôn giáo, là triết lý, là Phật Giáo, hay bằng bất cứ tên gọi nào khác mà chúng ta thích. Những nhãn hiệu này không quan trọng lắm đối với một người đi tìm chân lý giải thoát. 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.”



### ***XVI. Phật Giáo Và Khoa Học:***

Giáo lý chính của Đức Phật tập trung vào Bốn Chân Lý Cao Thượng hay Tứ Diệu Đế và Bát Thánh Đạo. Gọi là “cao thượng” vì nó phù hợp với chân lý và nó làm cho người hiểu biết và tu tập nó trở thành cao thượng. Người Phật tử không tin nơi những điều tiêu cực hay những điều bi quan, huống là tin nơi những thứ dị đoan phù phiếm. Ngược lại, người Phật tử tin nơi sự thật, sự thật không thể chối cãi được, sự thật mà ai cũng biết, sự thật mà mọi người hướng tới để kinh nghiệm và đạt được. Những người tin tưởng nơi thần linh thì cho rằng trước khi được làm người không có sự hiện hữu, rồi được tạo nên do ý của thần linh. Người ấy sống cuộc đời của mình, rồi tùy theo những gì họ tin tưởng trong khi sống mà được lên nước trời vĩnh cửu hay xuống địa ngục đời đời. Lại có người cho rằng mỗi cá nhân vào đời lúc thọ thai do những nguyên nhân thiên nhiên, sống đời của mình rồi chết, chấm dứt sự hiện hữu, thế thôi. Phật giáo không chấp nhận cả hai quan niệm trên. Theo giải thích thứ nhất, thì nếu có một vị thần linh toàn thiện toàn mỹ nào đó, từ bi thương xót hết thủy chúng sanh mọi loài thì tại sao lại có người sanh ra với hình tướng xấu xa khủng khiếp, có người sanh ra trong nghèo khổ cơ hàn. Thật là vô lý và bất công khi có người phải vào địa ngục vĩnh cửu chỉ vì người ấy không tin tưởng và vâng phục thần linh. Sự giải thích thứ hai hợp lý hơn, nhưng vẫn còn để lại nhiều thắc mắc chưa được giải đáp. Thọ thai theo những nguyên nhân thiên nhiên là rõ ràng, nhưng làm thế nào một hiện tượng vô cùng phức tạp như cái tâm lại được phát triển, mở mang, chỉ giản dị từ hai tế bào nhỏ là trứng và tinh trùng? Phật giáo đồng ý với sự giải thích về những nguyên nhân tự nhiên; tuy nhiên, Phật giáo đưa ra sự giải thích thỏa đáng hơn về vấn đề con người từ đâu đến và sau khi chết thì con người đi về đâu. Khi chết, tâm chúng ta với khuynh hướng, sở thích, khả năng và tâm tánh đã được tạo duyên và khai triển trong đời sống, tự cấu hợp trong buồng trứng sẵn sàng thọ thai. Như thế ấy, một cá nhân sanh ra, trưởng thành và phát triển nhân cách từ những yếu tố tinh thần được mang theo từ những kiếp quá khứ và môi trường vật chất hiện tại. Nhân cách ấy sẽ biến đổi và thay đổi do những cố gắng tinh thần và những yếu tố tạo duyên như nền giáo dục và ảnh hưởng của cha mẹ cũng như xã hội bên ngoài, lúc lâm chung, tái sanh, tự cấu hợp trở lại trong buồng trứng sẵn sàng thọ thai. Tiến trình chết và tái sanh trở lại này sẽ tiếp tục diễn tiến đến chừng nào những điều

kiện tạo nguyên nhân cho nó như ái dục và vô minh chấm dứt. Chừng ấy, thay vì một chúng sanh tái sanh, thì tâm ấy vượt đến một trạng thái gọi là Niết Bàn, đó là mục tiêu cùng tột của Phật giáo.

Mặc dù khoa học không phải là một trong những lời giảng chính trong Phật giáo, những giáo thuyết nhà Phật luôn đồng điệu với khoa học trong mọi thời kỳ. Albert Einstein đã từng khẳng định: “Nếu có một tôn giáo nào đương đầu được với nhu cầu của khoa học hiện đại, thì đó sẽ là Phật giáo. Phật giáo không cần xét lại quan điểm của mình để cập nhật hóa với những khám phá mới của khoa học. Phật giáo không cần phải từ bỏ quan điểm của mình để xu hướng theo khoa học, vì Phật giáo bao trùm cả khoa học cũng như vượt qua khoa học.” Cũng theo Egerton C. Baptist: “Khoa học không thể đưa ra một sự quyết đoán nào. Nhưng Phật giáo có thể đương đầu với những thách thức của nguyên tử lực, vì kiến thức siêu việt của Phật giáo bắt đầu nơi, mà ở đó, khoa học kết thúc. Và đây là một chứng minh rõ ràng cho những ai đã từng nghiên cứu về Phật giáo. Chẳng hạn, xuyên qua thiền định, những cấu trúc nguyên tử có thể tìm thấy và được cảm nhận.”

### ***XVII. Thế Giới Hòa Bình Và Chiến Tranh Theo Quan Điểm Đạo Phật:***

Theo quan điểm Phật giáo, để tạo dựng một thế giới tốt hơn, một thế giới hòa bình, tương hợp, trong đó mọi dân tộc đều biết yêu thương lẫn nhau, chúng ta phải khởi sự bằng cách tu tập chính mình. Vì công nghiệp của thế giới không có gì khác hơn là phản ảnh nghiệp báo của từng cá nhân lập nên cái thế giới ấy. Muốn tu tập “nghiệp” chúng ta phải bắt đầu từ tâm. Vì mọi thứ hành động không có gì khác hơn là những biểu hiện ra ngoài của sự việc đang xảy ra trong tâm. Nếu như tâm chúng ta chứa đầy sân hận, việc gì sẽ xảy ra? Chúng ta sẽ tạo nên nhiều kẻ thù. Nếu tâm chúng ta chứa đầy tình thương thì chúng ta sẽ có nhiều bạn hữu hơn. Việc gì đang khuấy động trong tâm tự phát lộ ra thế giới bên ngoài. Như vậy mọi việc đều tùy thuộc vào cái tâm của con người. Đức Khổng Phu Tử cũng suy nghĩ như vậy khi Ngài nói: “Tâm có chính thì hình mới tốt. Hình có tốt thì nhà mới hòa. Nhà có hòa thì nước mới yên. Nước có yên thì thế giới mới có hòa bình.” Như vậy, theo quan điểm Phật giáo, nếu chúng ta muốn có thế giới hòa bình thì trước hết chúng ta phải tự tu sửa lấy mình; chúng ta phải trau dồi cá tánh và chỉnh đốn tâm mình. Khi tự mình đã được cải tiến thì

mình mới có thể tạo cho gia đình một đời sống hạnh phúc và hòa hợp. Khi một quốc gia gồm những gia đình hòa hợp tạo nên, thì quốc gia ấy có trật tự. Với những quốc gia có trật tự, chúng ta có thể thiết lập một thế giới hòa bình. Theo Phật giáo, con đường dẫn tới hòa bình là qua sự hòa bình: chúng ta phải phát triển hòa bình ngay trong chính chúng ta nếu chúng ta muốn thiết lập hòa bình trên thế giới. Hiện trạng của thế giới là sản phẩm của việc làm, lời nói và sự suy nghĩ của những con người tạo nên thế giới này. Nếu mọi người đều thực hành tốt hơn trong việc làm, lời nói và sự suy nghĩ, thì chắc chắn thế giới này sẽ trở nên tốt hơn.

Người Phật tử nên luôn vâng theo lời Phật dạy, nhất là giới thứ nhất là “cấm sát sanh.” Trong hơn 2.500 năm lịch sử Phật giáo, có vài cuộc chiến tranh giữa các nhà sư hay giữa các nhà sư và nhà đương cục. Tuy nhiên, sự xâm lăng nhân danh tôn giáo chưa từng được biết đến trong Phật giáo (một quốc gia đi xâm lăng quốc gia khác để truyền bá một tôn giáo chưa từng xảy ra trong các quốc gia theo Phật giáo). Trong quá khứ, lý do mà các vị sư chiến tranh với nhau hay chiến tranh với chính quyền chủ yếu vì tiền bạc và quyền lực chứ không phải để truyền bá Phật giáo. Cũng cùng những lý do ấy với những cuộc chiến tranh giữa các nhà sư và chính quyền tại Nhật. Tại Tích Lan, dưới triều vua Dutthagamani đã đánh lại triều đại Damilas của Tamils vì họ là những kẻ xâm lăng Tích Lan thời đó, chứ vua Dutthagamani chưa bao giờ chủ trương chiến tranh xâm chiếm lục địa Ấn Độ để truyền bá Phật giáo. Đức Phật dạy chúng ta không sát sanh, chứ Đức Phật chưa từng bảo chúng ta đừng đánh lại kẻ thù để bảo vệ tổ quốc.

### ***XVIII. Tánh Thực Tiễn Của Phật Giáo:***

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. Theo Kinh Chulamalunkya, Đức Phật đã bày tỏ rất rõ ràng về tính thực dụng trong cách giải quyết mọi vấn đề của Phật giáo. Đức Phật đã dùng câu chuyện ngụ ngôn về một người bị thương. Trong câu chuyện này, người bị thương bởi một mũi tên muốn biết ai là người bắn mũi tên, mũi tên bắn từ phía nào, mũi tên làm bằng xương hay bằng sắt, cái cung làm bằng loại gỗ gì trước khi người ấy cho rút mũi tên ra. Đức Phật muốn ám chỉ thái độ của những người muốn biết nguồn gốc của vũ trụ bất diệt hay không bất diệt, không gian có tận cùng hay không

tận cùng, vân vân và vân vân, trước khi người ấy chịu tu tập một tôn giáo. Theo Đức Phật, đây là loại người chỉ biết nhàn đàm hý luận. Những người như vậy sẽ chết đi một cách vô tích sự chứ chẳng bao giờ họ có được câu trả lời về những câu hỏi không thích đáng, giống y như người đàn ông trong câu chuyện ngụ ngôn sẽ chết trước khi anh ta có được những câu trả lời mà anh ta muốn tìm về nguồn gốc và bản chất của mũi tên vậy. Chính vì thế, Đức Phật dạy: “Ưu tiên hàng đầu của con người là giảm thiểu hay loại bỏ khổ đau phiền não, chứ đừng phí thời giờ quý báu vào những đòi hỏi không thích đáng.”

Theo Phật giáo, hành giả tu Phật không khác chi một người đang muốn 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.” Pháp của Phật lại cũng như chiếc bè, sang sông rồi thì bè nên bỏ, đến bờ của Niết Bàn thì chánh pháp còn nên bỏ hà huống phi pháp. Cho nên nói tất cả các pháp được nói ra đều gọi là phiệt dụ, chỉ là phương tiện giúp đáo bỉ ngạn mà thôi.

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 thượng Pháp ấy còn phải xả bỏ, huống là phi pháp.

Chiếc bè Pháp ấy chỉ nên được dùng để đả bả nạn, chứ không nên giữ lại.”

***XIX. Quan Niệm Của Phật Giáo Về Tiền Định:***

Phật giáo không để tâm đến các thuyết tất định hay bất định, bởi vì Phật giáo chủ trương lý thuyết tự do ý chí giữa các lãnh vực nhân sinh. Do đó, Phật giáo không liên hệ đến thuyết định mệnh, nó không chấp nhận sự hiện hữu của một định mệnh. Theo đạo Phật, chúng sanh mọi loài nhận đời sống hiện hữu như là kết quả tự tạo, và ngay ở hiện tại, chúng cũng đang tự tạo lấy kết quả. Sống chết không phải là định mệnh có trước cho một chúng sanh, mà chỉ đơn thuần là hậu thân của nghiệp. Ai hành động, sớm muộn gì rồi cũng phải gặt lấy hậu quả, chứ không ai có khả năng quyết định vận mạng của ai trong vũ trụ này cả. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật đã dạy: “Tất cả chúng ta đều là kết quả của những gì chúng ta đã tư tưởng; nó nương tựa trên các tư tưởng của chúng ta.” Vì thế làm gì có chỗ đứng cho quan niệm về “Tạo Hóa” trong đạo Phật.

Theo thuyết định mệnh, mỗi người chúng ta đều có một số phận sẵn mà chúng ta không thể thay đổi cũng như không thể làm gì khác. Như câu nói “Việc gì đến, sẽ đến.” Theo triết lý này, nhân tố ấn định số phận không phải là Thượng Đế có cá tánh theo thuyết thần quyền, mà đúng ra là một sức mạnh bí mật và trừu tượng gọi là “Số phận” vượt quá tầm hiểu biết của chúng ta, và do đó vượt ngoài khả năng thuyết phục hay dẫn giải của con người. Trong đạo Phật không có cái gọi là số phận. Kỳ thật đạo Phật coi đó là đường nẻo mà chúng sanh phải đi qua (vì nghiệp lực của chính mình). Vận mạng của chúng ta sinh ra từ cá tánh, cá tánh sanh ra từ tánh hạnh, tánh hạnh sanh ra từ hành động, và hành động sanh ra từ ý nghĩ, và ý nghĩ phát khởi từ tâm, nên khiến tâm trở thành phương thức tối hậu của vận mạng. Thật vậy, tâm là đáng sáng tạo duy nhất được Phật giáo công nhận, và sức mạnh của tâm là sức mạnh đáng kể trên thế giới. Milton, một thi sĩ người Anh vào thế kỷ thứ 17 nói: “Tâm có thể biến địa ngục thành thiên đường và thiên đường thành địa ngục.” Khi chúng ta nghĩ tốt, hành động của chúng ta không thể xấu. Bằng cách nghĩ tốt, chúng ta sẽ tạo hành động tốt hơn, phát triển tánh hạnh tốt hơn, nhào nặn cá tánh tốt hơn, và hưởng thọ vận mạng tốt hơn. Theo Kinh Phúng Tụng trong

Trường Bộ Kinh, có năm nẻo ác hay ngũ thú: địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, nhân, và thiên.

**XX. Phật Giáo Và Tri Thức:**

Về tri thức luận, Phật giáo không bàn đến nhiều như các triết học khác. Đối với nguồn gốc của nhận thức, Phật giáo nhìn nhận có thể giới của cảm giác hay thế giới hiện lượng (Pratyaksa-pramana); thế giới của suy luận hay thế giới tỷ lượng (Anumana); thế giới của trực giác thuần túy hay thế giới thiên định (dhyana). Như vậy, các giác quan, lý tính và kinh nghiệm nội tại sẽ cung ứng cho nội dung của tri thức. Ngoài ra, bất cứ lúc nào chúng ta cũng có thể viện tới Thánh Giáo Lượng (Agama) tức ngôn ngữ được phát ra từ thế giới của giác ngộ viên mãn (Bodhi), nghĩa là ngôn ngữ của Phật, đấng giác ngộ. Ngay cả nhận thức, Phật giáo cũng dựa trên cơ sở thực tiễn của chân lý nhân quả, chứ không nhận thức bất cứ thứ gì một cách mù quáng. Theo văn chương Phật giáo thì Đức Phật phê bình những nghi thức mê muội của những người Bà La Môn và tổ giáo các đạo sĩ đã đặt ra những tập tục này chỉ với lý do là moi tiền của người giàu và chiếm được quyền hành mà thôi. Tuy nhiên, sự phê bình này đưa đến việc thách thức thẩm quyền của kinh Vệ Đà mà các giáo sĩ Ấn Độ giáo xem là thiêng liêng. Những giáo sĩ Bà La Môn từ chối không chấp nhận thuyết nhân quả. Họ tiếp tục theo đuổi tà kiến, không tương hợp với giáo lý nhà Phật. Tà kiến này khởi lên từ quan niệm lầm lẫn về bản chất thật của sự hiện hữu. Trong thời Đức Phật còn tại thế, có ít nhất là 62 tà kiến ngoại đạo. Ngược lại, Phật giáo nhấn mạnh trên thuyết nhân quả. Hiểu được thuyết nhân quả là đã giải được phần lớn câu hỏi về nguồn gốc của khổ đau phiền não. Không hiểu hay không chịu hiểu thuyết nhân quả là một loại tà kiến trong Phật giáo. Theo Đức Phật, chúng sanh phải chịu đựng khổ đau phiền não vì tham lam, sân hận và si mê, và nguyên nhân của những điều độc hại này chẳng những là vô minh mà còn do tà kiến nữa. Về sau này, luận sư Pháp Xứng phê bình giáo thuyết Bà La Môn về thẩm quyền đặc biệt của kinh Vệ Đà, vì các giáo sĩ này cho rằng kinh Vệ Đà là những lời mặc khải của Thượng đế, những điều mà ngài Pháp Xứng cho rằng không ai có thể xác minh được. Ngược lại, Đức Phật dạy những điều mà ai cũng có thể xác minh được. Tuy nhiên, việc xác minh trọn vẹn những giáo lý của Đức Phật được coi là không thể được với những ai mà nhãn quan còn bị vô minh

che phủ. Về tri thức luận, Phật giáo không bàn đến nhiều như các triết học khác. Đối với nguồn gốc của nhận thức, Phật giáo nhìn nhận có thế giới của cảm giác hay thế giới hiện lượng (Pratyaksa-pramana); thế giới của suy luận hay thế giới tỷ lượng (Anumana); thế giới của trực giác thuần túy hay thế giới thiền định (dhyana). Như vậy, các giác quan, lý tính và kinh nghiệm nội tại sẽ cung ứng cho nội dung của tri thức. Ngoài ra, bất cứ lúc nào chúng ta cũng có thể viện tới Thánh Giáo Lượng (Agama) tức ngôn ngữ được phát ra từ thế giới của giác ngộ viên mãn (Bodhi), nghĩa là ngôn ngữ của Phật, đấng giác ngộ.

### ***XXI. Phật Giáo Và Cái Gọi Là “Đấng Sáng Tạo”:***

Trong Phật giáo, không có sự phân biệt giữa thần linh hay chúng sanh siêu việt và người bình thường. Hình thức cao nhất của một chúng sanh là Phật. Tất cả mọi người đều có khả năng thành Phật nếu họ chịu theo tu tập theo những lời chỉ dạy của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Bằng cách tuân theo những giáo thuyết của Đức Phật và những pháp thực hành về Phật giáo, ai cũng có thể trở thành một vị Phật. Một vị Phật cũng là một chúng sanh con người, nhưng chúng sanh ấy đã chứng ngộ và thông hiểu tất cả những tác dụng và ý nghĩa của đời sống và vũ trụ. Khi một con người chứng ngộ và thật sự thông hiểu về mình và vạn hữu, người ta gọi người đó là Phật, hay là bậc giác ngộ.

Ngoại đạo tin rằng có một đấng tạo hóa hay thượng đế có thể tự ý tạo dựng nên vạn vật. Nói cách khác, mọi sự vật, họa phúc, xấu tốt, vui khổ trên thế gian đều do quyền năng của một đấng tạo hóa tối cao, một vị chúa tể duy nhất sáng tạo có quyền thưởng phạt. Đạo Phật, ngược lại, không phải là một hệ thống của niềm tin và sự thờ phượng mù quáng. Đức Phật dạy rằng không có cái gọi là “Thượng đế sáng tạo.” Chúng sanh không được sáng tạo bởi một đấng thượng đế hay đấng tạo dựng, cũng không phải là kết quả của tiến trình tiến hóa lâu dài như đã đề nghị trong thuyết tiến hóa của Darwin. Theo kinh Trung Bộ, thế giới tự nhiên và con người không phải là sản phẩm của bất kỳ mệnh lệnh sáng tạo của một đấng sáng tạo nào, mà chúng chỉ đơn thuần là những kết quả của tiến trình tiến hóa mà thôi. Trong đạo Phật, không có những thứ như lòng tin theo giáo điều hay lòng tin vào đấng tối thượng. Thật ra, Phật giáo không tin rằng có một đấng tuyệt đối siêu việt hơn con người. Chính vì vậy mà Đức Phật thuyết giảng về thập nhị nhân duyên hoặc lý duyên khởi. Pháp duyên khởi nhấn mạnh

các pháp đều tùy thuộc lẫn nhau cả về hai mặt hiện tượng lẫn bản thể, cùng đồng sanh và đồng diệt với các pháp khác. Không có thứ gì có thể tồn tại độc lập hoặc có thể nói là tự tồn tại. Phật giáo không tin rằng có một thực thể duy nhất trong vũ trụ; và Phật giáo cũng không chấp nhận khái niệm nhất thần của một đấng Tuyệt Đối như là một thực thể tối hậu. Theo giáo thuyết của Đức Phật thì lúc nào cũng có con người, không nhất thiết là ở hành tinh này của chúng ta. Sự xuất hiện của một thân thể vật chất của con người tại bất cứ nơi nào đều bắt đầu với sự phát sinh tinh thần của “nghiệp chúng sanh.” Chính cái tâm, chứ không phải là thân thể vật chất là căn nguyên của tiến trình này. Con người không phải là sản phẩm đặc biệt của cái gọi là Thượng đế, và con người không được độc lập với những hình thức tái sanh khác của chúng sanh và có thể tái sanh trong lục đạo. Cũng như vậy, những chúng sanh khác cũng có thể tái sanh làm người.

Các tôn giáo khác cho rằng Thượng đế ban giáo pháp của Ngài dưới hình thức một thông điệp cho một người, rồi người này truyền bá đến những người khác, cho nên họ cần phải tin người này dù rằng cái gọi là “Đấng Sáng Tạo” mà người đó tuyên bố lúc nào cũng vô hình đối với họ. Còn trái lại, bất cứ khi nào Đức Phật nói việc gì, việc đó đã được Ngài trải nghiệm giá trị của nó qua bản thân Ngài như một con người bình thường. Ngài tuyên bố không có thần linh. Không bao giờ Ngài cho rằng bất cứ việc gì là đều do nhận được từ nguồn tin bên ngoài. Trong suốt quá trình hoằng pháp của Ngài, Ngài luôn khẳng định các người dự thính cứ tự do hỏi Ngài, chất vấn Ngài về giáo lý của Ngài để tự họ có thể hiểu được chân lý. Chính vì vậy mà Ngài khẳng định: “Hãy đến xem nhận xét, chứ không phải đến để tin.” Phật tử chơn thuần nên tự hỏi cái nào đáng tin cậy hơn, lời xác nhận do kinh nghiệm bản thân của một người có thật, hay tin cậy vào một người mà họ cho rằng đã nghe thấy từ một người nào đó và người này lúc nào cũng vô hình.

### ***XXII. Chư Ác Mạc Tác, Chúng Thiện Phụng Hành, Tự Tịnh Kỳ Ý:***

Để chấm dứt khổ đau phiền não trong cuộc sống, Đức Phật khuyên tứ chúng nên: “Chư Ác Mạc Tác, Chúng Thiện Phụng Hành, Tự Tịnh Kỳ Ý”. Trong Kinh A Hàm, Phật dạy: “Không làm những việc ác, chỉ làm những việc lành, giữ tâm ý trong sạch, đó lời chư Phật dạy.” Biển pháp mênh mông cũng từ bốn câu kệ này mà ra. Những lời Phật dạy



trong Kinh Pháp Cú: “Người trí hãy nên rời bỏ hắc pháp (ác pháp) mà tu tập bạch pháp (thiện pháp), xa gia đình nhỏ hẹp, xuất gia sống độc thân theo pháp tắc Sa-môn (87). Người trí phải gột sạch những điều cấu ứế trong tâm, hãy cầu cái vui Chánh pháp, xa lìa ngũ dục mà chứng Niết bàn (88). Người nào thường chính tâm tu tập các phép giác chi, xa lìa tánh cố chấp, rời bỏ tâm nhiễm ái, diệt hết mọi phiền não để trở nên sáng suốt, thì sẽ giải thoát và chứng đắc Niết bàn ngay trong đời hiện tại (89).”

Tuy nhiên, những lời Phật dạy thường là dễ nói khó làm. Vâng! “Chớ làm các điều ác, nên làm những việc lành, giữ tâm ý trong sạch.” Đó là lời chư Phật dạy. Lời Phật dạy dễ đến độ đưa trẻ lên ba cũng nói được, nhưng khó đến độ cụ già 80 cũng không thực hành nổi. Theo Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Phẩm 18, Đức Phật dạy: “Pháp của ta là niệm mà không còn chủ thể niệm và đối tượng niệm; làm mà không còn chủ thể làm và đối tượng làm; nói mà không có chủ thể nói và đối tượng nói; tu mà không còn chủ thể tu và đối tượng tu. Người ngộ thì rất gần, kẻ mê thì rất xa. Dứt đường ngôn ngữ, không bị ràng buộc bất cứ cái gì. Sai đi một ly thì mất tức khắc.”

### ***XXIII. Hạnh Phúc Theo Quan Điểm Đạo Phật:***

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

nhất vì mục đích tối thượng của đời người là hạnh phúc và an vui. Hạnh phúc bình thường là thỏa mãn sự khao khát. Tuy nhiên, ngay khi điều mong muốn vừa được thực hiện thì chúng ta lại mong muốn một thứ hạnh phúc khác, vì lòng thêm muốn ích kỷ của chúng ta không cùng tận. Chúng ta thường cố gắng theo đuổi những cảm giác dễ chịu và hài lòng cũng như loại bỏ những khổ đau bất hạnh bằng những giác quan của mắt, tai, mũi, lưỡi và thân. Tuy nhiên, còn một mức độ cảm nhận khác hơn, đó là sự cảm nhận bằng tâm. Hạnh phúc thật sự cũng phải được theo đuổi bằng tâm nữa. Như vậy, theo Phật giáo chúng ta không thể định nghĩa hạnh phúc đích thực bằng những thỏa mãn vật chất và nhục dục, mà chỉ bằng cách khai tâm mở trí sao cho lúc nào chúng ta cũng hướng đến tha nhân và những nhu cầu của họ. Phật tử chân thuần phải nên luôn nhớ rằng hạnh phúc thật sự chỉ bắt nguồn từ cuộc sống đạo đức. Tiền không mua được hạnh phúc, hay sự giàu có thường không mang lại hạnh phúc. Kỳ thật, hạnh phúc thực sự chỉ tìm thấy trong nội tâm chứ không nơi của cải, quyền thế, danh vọng hay chiến thắng.

Hạnh phúc của người có vật sở hữu nhờ sự nỗ lực cố gắng, nhờ sức lực của chân tay và mồ hôi, sở hữu một cách hợp pháp. Chính mình thọ hưởng tài sản ấy, hoặc dùng nó để gieo duyên tạo phước. Đây mới đích thực là hạnh phúc. Đức Phật đã nêu lên các loại hạnh phúc cho người cư sĩ tại gia: “Hạnh phúc có sức khỏe, có của cải, sống lâu, đẹp đẽ, vui vẻ, sức mạnh, tài sản và con cái, vân vân. Đức Phật không khuyên chúng ta từ bỏ cuộc sống trần tục và rút lui về sống ẩn dật. Tuy nhiên, Ngài khuyên Phật tử tại gia, sự vui hưởng của cải không những nằm trong việc xử dụng cho riêng mình, mà nên đem phúc lợi cho người khác. Những cái mà chúng ta đang có chỉ là tạm bợ. Những cái mà chúng ta đang gìn giữ, rốt rồi chúng ta cũng bỏ chúng mà đi. Chỉ có những nghiệp sẽ phải theo chúng ta suốt nẻo luân hồi. Đức Phật dạy về hạnh phúc của người cư sĩ như sau: “Sống nghèo về vật chất mà tinh thần thoải mái là hạnh phúc. Sống đời không bị chê trách là hạnh phúc, vì người không bị chê trách là phúc lành cho chính mình và cho người khác. Người đó được mọi người ngưỡng mộ và cảm thấy sung sướng hơn khi truyền cảm được làn sóng hòa bình sang người khác. Tuy nhiên, rất khó mà không bị mọi người chê trách. Vì thế người trí cao thượng nên cố sống đứng vững với sự khen chê bên ngoài, cố đạt được hạnh phúc tinh thần bằng cách vượt qua lạc thú vật chất.”

Sau đó Đức Phật tiếp tục nhắc nhở chư Tăng Ni: “Hạnh phúc Niết Bàn là dạng thức hạnh phúc giải thoát khổ đau cao thượng nhất.”

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

Với người tu tập tỉnh thức, bí mật của hạnh phúc nằm ở chỗ chúng ta biết những gì cần làm ngay trong hiện tại, và không bận tâm đến quá khứ và tương lai. Chúng ta không thể nào trở về lại để thay đổi những việc đã xảy ra trong quá khứ, và chúng ta cũng chẳng thể nào biết trước những gì sẽ xảy ra trong tương lai. Chỉ có khoảnh khắc thời gian mà chúng ta tương đối kiểm soát được là hiện tại. Theo giáo thuyết nhà Phật, cuộc sống hạnh phúc có nghĩa là cuộc sống mà trong đó con người luôn duy trì cho mình cái tâm bình an và hạnh phúc. Còn chư Tăng Ni, họ nên luôn tri túc và tự nguyện tu tập. Chừng nào mà một người còn ôm ấp sự thù hận, chừng đó tâm thức người ấy chưa hàm chứa thể cách lý tưởng của một Phật tử thuần thành; dù bất cứ bất hạnh nào giáng xuống cho người ấy, người ấy vẫn phải giữ một cái tâm bình an tĩnh lặng. Còn an lạc là một cái gì có thể hiện hữu trong giờ phút hiện tại. Thật là kỳ cục khi nói, “Hãy đợi cho đến khi tôi làm xong cái này rồi thì tôi thoải mái để sống trong an lạc được.” Cái ấy là cái gì? Một mảnh bằng, một công việc, một cái nhà, một chiếc xe, hay trả một món nợ? Như vậy bạn sẽ không bao giờ có an lạc. Lúc nào cũng có một cái khác sau cái này. Theo đạo Phật, nếu bạn không sống trong an lạc ngay trong giây phút này, thì bạn sẽ không bao giờ có an lạc. Nếu bạn thực sự muốn an lạc, thì bạn có thể an lạc ngay trong giờ phút này. Nếu không thì bạn chỉ có thể sống trong hy vọng được an lạc trong tương lai mà thôi. Muốn đạt được một cuộc sống an bình và hạnh phúc trước tiên bạn phải có một cái tâm an tịnh và tập trung. Đây là một cái tâm luôn cần thiết cho người tu Phật. Phật tử thuần thành nên dùng tâm bình an, tĩnh lặng và tập trung này để xem xét thân tâm. Ngay cả những lúc tâm bất an chúng ta cũng phải để tâm theo dõi; sau đó chúng ta sẽ thấy tâm an tịnh, vì chúng ta sẽ thấy được sự vô thường. Ngay cả sự bình an, tĩnh lặng cũng phải được xem là vô thường. Nếu chúng ta bị dính mắc vào trạng thái an tịnh, chúng ta sẽ đau khổ khi không đạt được trạng thái bình an tĩnh lặng. Hãy vứt bỏ tất cả, ngay cả sự bình an tĩnh lặng. Làm được như vậy là chúng ta đã có được cuộc sống an bình và hạnh phúc ngay trong đời kiếp này. Trong Phật giáo, Niết Bàn được gọi là hạnh phúc tối thượng (Paranam sukham) và hạnh phúc này phát sanh do sự lắng dịu hoàn toàn, sự diệt hoàn toàn của mọi cảm thọ. Đây chính là lời tuyên bố làm cho chúng ta hoàn toàn khó hiểu, vì chúng ta đã quen cảm thọ những lạc thọ này bằng các căn của chúng ta. Theo Kinh Tăng Chi Bộ, tôn giả Udayi, một vị đệ tử của

Đức Phật cũng đã đối diện với vấn đề này. Một lần nọ, Tôn giả Xá Lợi Phất gọi các Tỳ Kheo và nói: “Niết Bàn, nầy chư hiền đức, là lạc, Niết Bàn chính là hạnh phúc.” Khi ấy Tôn giả Udayi bèn hỏi: “Nhưng hiền giả Xá Lợi Phất! Lạc thú ấy là thế nào, vì ở đây không có thọ?” Xá Lợi Phất trả lời: “Ngay đó chính là lạc, nầy hiền giả, vì ở đây không còn thọ.” Lời giải thích nầy của tôn giả Xá Lợi Phất đã được xác chứng bởi lời Phật dạy trong kinh Tương Ứng Bộ: “Bất cứ thứ gì được cảm thọ, được nhận thức, được cảm giác, tất cả những thứ đó đều là khổ.” Như vậy, hạnh phúc tối thượng là một trạng thái có thể chứng đắc ngay trong kiếp sống nầy. Người có suy tư, có đầu óc quan sát, hẳn sẽ không thấy khó hiểu trạng thái nầy.

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

hạnh phúc thiên định chẳng loạn; hạnh phúc rời cấu nhiễm đặng trí tuệ sáng suốt; hạnh phúc mở rộng tâm Bồ Đề; hạnh phúc hàng phục các ma; hạnh phúc đoạn phiền não; hạnh phúc thanh tịnh cõi nước Phật; hạnh phúc thành tựu các tướng tốt mà tu các công đức; hạnh phúc trang nghiêm đạo tràng; hạnh phúc nghe pháp thâm diệu mà không sợ; hạnh phúc ba môn giải thoát mà không hạnh phúc phi thời; hạnh phúc gần bạn đồng học; hạnh phúc ở chung với người không phải đồng học mà lòng thương không chướng ngại; hạnh phúc giúp đỡ ác tri thức; hạnh phúc gần thiện tri thức; hạnh phúc tâm hoan hỷ thanh tịnh; hạnh phúc tu vô lượng Pháp đạo phẩm. Đó là Pháp hạnh phúc của Bồ Tát.”

Hạnh phúc có sức khỏe, có của cải, sống lâu, đẹp đẽ, vui vẻ, sức mạnh, tài sản và con cái, vân vân. Đức Phật không khuyên chúng ta từ bỏ cuộc sống trần tục và rút lui về sống ẩn dật. Tuy nhiên, Ngài khuyên Phật tử tại gia, sự vui hưởng của cải không những nằm trong việc sử dụng cho riêng mình, mà nên đem phúc lợi cho người khác. Những cái mà chúng ta đang có chỉ là tạm bợ. Những cái mà chúng ta đang gìn giữ, rốt rồi chúng ta cũng bỏ chúng mà đi. Chỉ có những nghiệp sẽ phải theo chúng ta suốt nẻo luân hồi. Vì vậy chúng ta nên nhận chân và khử trừ những cảm xúc mạnh mẽ về tham, sân, hận, si mê, ngã mạn, nghi hoặc, và tà kiến, vân vân vì chúng không mang lại cho chúng ta hạnh phúc trường cửu. Một sự ham muốn được thỏa mãn có thể mang lại cho chúng ta một cảm giác hài lòng tạm thời, nhưng sự hài lòng này không tồn tại lâu dài. Thí dụ như chúng ta hài lòng vì mới vừa mua một cái xe mới, nhưng sự hài lòng này sẽ tồn tại được bao lâu? Chẳng bao lâu sau cái xe rồi sẽ cũ sẽ hư và chúng ta sẽ trở nên buồn bã khổ đau vì sự hư hoại của cái xe ấy. Chính vì thế mà Đức Phật dạy về hạnh phúc của người cư sĩ như sau: “Sống nghèo về vật chất mà tinh thần thoải mái là hạnh phúc. Sống đời không bị chê trách là hạnh phúc, vì người không bị chê trách là phúc lành cho chính mình và cho người khác. Người đó được mọi người ngưỡng mộ và cảm thấy sung sướng hơn khi truyền cảm được làn sóng hòa bình sang người khác. Tuy nhiên, rất khó mà không bị mọi người chê trách. Vì thế người trí cao thượng nên cố sống đứng vững với sự khen chê bên ngoài, cố đạt được hạnh phúc tinh thần bằng cách vượt qua lạc thú vật chất.” Sau đó Đức Phật tiếp tục nhắc nhở chư Tăng Ni: “Hạnh phúc Niết Bàn là dạng thức hạnh phúc giải thoát khổ đau cao thượng nhất.” Trong kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Hạnh phúc thay đức Phật ra đời! Hạnh

phúc thay diễm nói Chánh pháp! Hạnh phúc thay Tăng già hòa hợp! Hạnh phúc thay đồng tiến đồng tu! (194). Sung sướng thay chúng ta sống không thù oán giữa những người thù oán; giữa những người thù oán, ta sống không thù oán (197). Sung sướng thay chúng ta sống không tật bệnh giữa những người tật bệnh; giữa những người tật bệnh chúng ta sống không tật bệnh (198). Sung sướng thay chúng ta sống không tham dục giữa những người tham dục; giữa những người tham dục, chúng ta sống không tham dục (199). Sung sướng thay chúng ta sống không bị điều gì chướng ngại. Ta thường sống với những điều an lạc như các vị thần giữa cõi trời Quang-Âm (200). Thắng lợi thì bị thù oán, thất bại thì bị đau khổ; chẳng màng tới thắng bại, sẽ sống một đời hòa hiếu an vui và hạnh phúc (201). Không lửa nào bằng lửa tham dục, không ác nào bằng ác sân si, không khổ nào bằng khổ ngũ ấm, và không vui nào bằng vui Niết bàn (202). Đói là chứng bệnh lớn, vô thường là nỗi khổ lớn; biết được đúng đắn như thế, đạt đến Niết bàn là hạnh phúc tối thượng (Dharmapada 203). Vô bệnh là điều rất lợi, biết đủ là kẻ rất giàu, thành tín là nơi chí thân, Niết bàn là niềm hạnh phúc tối thượng (Dharmapada 204). Ai đã từng nếm được mùi độc cư, ai đã từng nếm được mùi tịch tịnh, người ấy càng ưa nếm pháp vị để xa lìa mọi tội ác, sợ hãi (205). Gặp được bậc Thánh nhân là rất quý, vì sẽ chung hưởng sự vui lành. Bởi không gặp kẻ ngu si nên người kia thường cảm thấy hạnh phúc (Dharmapada 206). Đi chung với người ngu, chẳng lúc nào không lo buồn. Ở chung với kẻ ngu khác nào ở chung với quân địch. Ở chung với người trí khác nào hội ngộ với người thân (207). Đúng như vậy, người hiền trí, người đa văn, người nhẫn nhục, người trì giới chân thành và các bậc Thánh giả là chỗ nương dựa tốt nhất cho mọi người. Được đi theo những bậc thiện nhân hiền huệ ấy, khác nào mặt trăng đi theo đường tịnh đạo (208). Nếu bỏ vui nhỏ mà được hưởng vui lớn, kẻ trí sẽ làm như thế (290).”

Trong Kinh Hạnh Phúc, đức Phật dạy người và trời làm cách nào có được cuộc sống hạnh phúc. Tôi nghe như vậy: “Một thuở nọ Đức Thế Tôn ngụ tại vườn Kỳ Thọ Cấp Cô Độc của Trưởng giả Cấp Cô Độc, gần thành Xá Vệ. Lúc bấy giờ đêm đã về khuya, có một vị Trời hào quang chiếu sáng toàn khu Kỳ Viên, đến hầu Phật, lại gần nơi Phật ngự, đánh lễ Đức Thế Tôn, rồi đứng sang một bên. Khi đã đứng yên, vị Trời cung kính bạch với Đức Thế Tôn bằng lời kệ: “Chư Thiên và nhân loại đều cầu mong được an lành và ai cũng suy tìm hạnh phúc. Kính

bạch Đức Thế Tôn, xin Ngài hoan hỷ chỉ dạy chúng con về Phúc Lành Cao Thượng Nhất. Không kết giao với người ác, thân cận với bậc hiền trí, và tôn kính bậc đáng kính, là phúc lành cao thượng nhất. Cư ngụ nơi thích nghi, đã có tạo công đức trong quá khứ, và hướng tâm về chánh đạo, là hạnh phúc cao thượng. Học nhiều hiểu rộng, lão luyện tinh thông thủ công nghiệp, giới hạnh thuần thực trang nghiêm, có lời nói thanh nhã, là hạnh phúc cao thượng. Hiếu thảo phụng dưỡng cha mẹ, thương yêu tiếp độ vợ con, và hành nghề an lạc, là hạnh phúc cao thượng. Rộng lượng bố thí, tâm tánh chánh trực, giúp đỡ họ hàng, và tạo nghiệp chân chánh, là hạnh phúc cao thượng. Loại trừ và ngăn ngừa nghiệp ác, thận trọng kiên cử các chất say, vững vàng giữ gìn phẩm hạnh, là hạnh phúc cao thượng. Đức hạnh biết tôn kính, khiêm tốn, biết đủ, biết nhớ ơn và đúng lúc, lắng nghe giáo pháp, là hạnh phúc cao thượng. Nhẫn nhục, biết vâng lời, thường gặp gỡ bậc sa Môn, và tùy thời luận đàm giáo pháp, là hạnh phúc cao thượng. Tự kiểm soát, sống đời thánh thiện, quán tri Tứ Đế, liễu ngộ Niết Bàn, là hạnh phúc cao thượng. Người mà tâm không giao động khi tiếp xúc với thế gian pháp, không sầu muộn, vô nhiễm và an toàn, là hạnh phúc cao thượng. Đối với những ai đã viên mãn hoàn thành các pháp trên, ở mọi nơi đều không thể bị thất bại, đi khắp nơi đều được hạnh phúc, là hạnh phúc cao thượng.”

Đức Phật dạy về Hạnh Phúc trong Kinh Tam Bảo như sau: Bất luận ai hội tụ nơi đây, hoặc chúng sanh trên địa cầu hoặc chúng sanh ở cảnh trời, ngưỡng mong tất cả đều an lành hạnh phúc! Tất cả hãy chú tâm lắng nghe những lời này! Tất cả hãy chú tâm suy niệm; hãy biểu lộ lòng từ ái đối với chúng sanh trong cảnh người, ngày đêm hằng dâng cúng. Hãy tận tình hộ trì những người ấy. Dầu kho tàng quý giá nào trên đời hay trong một cảnh giới khác, dầu châu báu trong những cảnh trời, không gì sánh bằng Đức Thế Tôn. Đúng vậy, Đức Phật là châu báu thù diệu. Do sự thật này, ngưỡng mong được an lành hạnh phúc! Bậc Thiện trí đồng Thích Ca đã viên mãn. Chấm dứt phiền não, ly dục và thành đạt trạng thái vô sanh bất tử vô thượng. Không gì sánh bằng giáo pháp. Đúng vậy, giáo pháp là châu báu thù diệu. Do sự thật này, ngưỡng mong được an lành hạnh phúc! Các bậc Thánh nhân mà Đức Thế Tôn tán dương, được mô tả là tâm an trụ không gián đoạn. Không có gì như tâm an trụ ấy. Đúng vậy, giáo pháp là châu báu thù diệu. Do sự thật này, ngưỡng mong được an lành hạnh phúc! Tám vị Thánh ấy



hợp thành bốn đôi, được bậc thiện tri thức tán dương; các Ngài là những bậc đáng được cúng dường, là đệ tử của Đấng Thiện Thế. Vật dâng cúng đến các Ngài sẽ đem lại quả phúc dồi dào. Đúng vậy, Tăng già là châu báu thù diệu. Do sự thật này, ngưỡng mong được an lành hạnh phúc. Với ý chí kiên trì vững chắc, sống trọn vẹn trong giáo huấn của Đức Gotama, không ái dục, các Ngài đã thành đạt những gì cần thành đạt và thể nhập quả vị Bất Tử, các Ngài an nhàn thọ hưởng cảnh thanh bình an lạc. Đúng vậy, Tăng già là châu báu thù diệu. Do sự thật này, ngưỡng mong được an lành hạnh phúc! Như cột trụ chôn sâu trong lòng đất không thể bị gió bốn phương lay chuyển, cùng thế ấy Như Lai tuyên ngôn, con người chánh trực đã chứng ngộ Tứ Diệu Đế lại cũng như vậy. Đúng vậy, Tăng già là châu báu thù diệu. Do sự thật này, ngưỡng mong được an lành hạnh phúc! Những bậc đã thấu đạt rõ ràng các Thánh Đế mà bậc trí tuệ thậm thâm đã giáo truyền, dầu dễ duôi phóng dật, vẫn không tái sanh đến lần thứ tám. Đúng vậy, Tăng già là châu báu thù diệu. Do sự thật này, ngưỡng mong được an lành hạnh phúc! Người chứng ngộ minh sát, ba điều kiện nếu còn, sẽ được loại trừ, đó là thân kiến, hoài nghi và giới cấm thủ. Không bao giờ sa đọa vào bốn cảnh khổ và không còn có thể vi phạm sáu trọng nghiệp bất thiện. Đúng vậy, Tăng già là châu báu thù diệu. Do sự thật này, ngưỡng mong được an lành hạnh phúc! Bất luận hành động nào mình đã làm bằng thân, khẩu hay ý, bậc Thánh nhân không thể giấu; bởi vì người đã thấy con đường không thể còn phạm lỗi. Đúng vậy, Tăng già là châu báu thù diệu. Do sự thật này, ngưỡng mong được an lành hạnh phúc! Cũng dường như cây trong rừng đua nhau đâm chồi nảy lộc khi mùa hè bắt đầu ấm nóng. Giáo pháp tối thượng dẫn đến Niết Bàn đã được giáo truyền vì lợi ích tối thượng cũng thế ấy. Đúng vậy, Đức Phật là châu báu thù diệu. Do sự thật này, ngưỡng mong được an lành hạnh phúc! Đức Thế Tôn Vô Thượng, bậc Toàn Giác, bậc Thánh Nhân đã ban bố, bậc đã đem đến và giáo truyền Pháp cao siêu tối thượng. Đúng vậy, Đức Phật là châu báu thù diệu. Do sự thật này, ngưỡng mong được an lành hạnh phúc! Quá khứ đã chấm dứt, vị lai thì chưa đến, tâm không dính mắc trong một kiếp tái sanh vị lai, tham ái không sanh khởi, các bậc trí tuệ ấy siêu thoát như ngọn đèn kia chợt tắt. Đúng vậy, Tăng già là châu báu thù diệu. Do sự thật này, ngưỡng mong được an lành hạnh phúc! Chúng ta tụ hội nơi đây, dầu là chúng sanh ở địa cầu hay thiên giới, hãy đánh lễ Đức Thế Tôn, bậc được chư Thiên và nhân

loại kính mộ tôn vinh. Ngưỡng mong được an lành hạnh phúc. Chúng ta tụ hội nơi đây, dầu là chúng sanh địa cầu hay thiên giới, hãy đánh lễ Đức Thế Tôn, bậc được chư thiên và nhân loại kính mộ tôn vinh. Ngưỡng mong được an lành hạnh phúc. Chúng ta tụ hội nơi đây, dầu là chúng sanh địa cầu hay thiên giới, hãy đánh lễ Đức Thế Tôn, bậc được chư thiên và nhân loại kính mộ tôn vinh. Ngưỡng mong được an lành hạnh phúc.

Theo Kinh Pháp Hoa, có bốn phương cách để đạt được hạnh phúc. Trong kinh này, Đức Phật dạy chúng ta phải đối xử như thế nào, phải nói năng làm sao, phải giữ thái độ của tâm thức và nỗ lực thực hiện lý tưởng của chúng ta như thế nào. Thân an lạc hạnh, hay an lạc bằng những thiện nghiệp của thân. Đức Phật dạy hạnh an lạc về thân bằng cách chia hạnh này ra làm hai phần, phạm vi hành sử (hoạt động) và phạm vi thân cận (gần gũi) của một vị Bồ Tát. Phạm vi hành sử của một vị Bồ Tát là thái độ căn bản của vị ấy, đây là nền tảng của sự ứng xử riêng của vị ấy. Một vị Bồ Tát phải luôn kiên nhẫn, tử tế, nhu hòa, không nóng nảy; không hách dịch, không như người bình thường, vị ấy không kiêu mạn hay khoe khoang về những việc tốt của riêng mình, vị ấy phải nhìn thấy đúng như thật tính của tất cả các sự vật. Vị ấy không bao giờ có cái nhìn phiến diện về các sự vật. Vị ấy hành sử với lòng từ bi với tất cả mọi người mà không bao giờ tỏ lộ, nghĩa là không phân biệt. Đức Phật dạy về phạm vi gần gũi của một vị Bồ Tát bằng cách chia phạm vi này ra làm 10 phần: một vị Bồ Tát không gần gũi với những người có chức vị cao hay có uy thế nhằm đạt lợi dưỡng, cũng không chịu giảng pháp cho họ bằng sự thân mật thái quá với họ; một vị Bồ Tát không gần gũi các ngoại đạo, các nhà làm thơ văn thế tục, không gần gũi với những người chỉ biết chạy theo thế tục hay những người chán bỏ thế tục. Do đó mà vị Bồ Tát luôn đi trên “Trung Đạo” chứ không bị ảnh hưởng bất tịnh của các hạng người vừa kể; một vị Bồ Tát không tham dự vào các môn thể thao hung bạo như quyền anh hay đô vật, hay những cuộc trình diễn múa men của các vũ công hay của những người khác; một vị Bồ Tát không lui tới thân cận với những người làm nghề sát sanh, như người bán thịt, đánh cá, thợ săn, và vị ấy không bày tỏ thái độ dửng dưng đối với việc làm ác; một vị Bồ Tát không thân cận gần gũi với chư Tăng Ni chỉ biết tìm cầu an lạc và hạnh phúc cho riêng mình, còn thì không lo gì cho ai, và những người bằng lòng với cuộc sống tách biệt với thế tục. Hơn nữa, vị ấy không bị

tiêm nhiễm bởi những ý tưởng ích kỷ, cũng không chịu nghe pháp mà họ giảng. Nếu họ có tới nghe pháp của mình thì mình phải nắm lấy cơ hội mà thuyết giảng, nhưng không mong cầu bất cứ điều gì nơi họ; khi giảng pháp cho phụ nữ, vị ấy không để lộ vẻ bên ngoài có thể gây ý tưởng đam mê, và vị ấy luôn giữ một tâm lý đứng đắn và một thái độ nghiêm túc; vị ấy không thân cận với một người lưỡng tính. Nghĩa là vị ấy phải cẩn trọng khi thuyết giảng cho một người lưỡng tính như thế; vị ấy không vào nhà người khác một mình. Nếu vì bất cứ lý do gì mà phải làm như vậy, vị ấy chỉ chú tâm nghĩ nhớ tới Đức Phật. Đây là lời khuyên dạy của Đức Phật cho vị Bồ Tát khi vị này đi mọi nơi cùng với Đức Phật; khi giảng pháp cho phụ nữ, không nên để lộ răng khi cười, cũng không nên để lộ ngực mình ra; vị ấy không thích giữ các vị sa-di và trẻ em bên cạnh mình. Ngược lại, Đức Phật khuyên vị ấy nên ưa thích thiền định, độc cư, học tập và kiểm soát tâm mình. Khẩu an lạc hạnh, hay an lạc bằng những thiện nghiệp của khẩu: một vị Bồ Tát không ưa thích kể những sai lầm của người khác hay của các kinh; một vị Bồ Tát không khinh thường những người thuyết giảng khác; vị ấy không nói cái tốt, cái xấu hay ưu khuyết điểm của người khác, không nêu tên các Thanh văn và không nêu truyền những sai lầm và tội lỗi của họ; vị ấy không ca ngợi đức hạnh của họ và không sanh lòng ghen tỵ; vị ấy luôn giữ tâm hoan hỷ và mở rộng. Khi có ai đặt câu hỏi khó, vị ấy không bao giờ nói những điều mà mình không biết. Ý an lạc hạnh hay an lạc bằng những thiện nghiệp của ý: vị ấy không nuôi dưỡng lòng đố kỵ, lừa dối; vị ấy không khinh thường hay nhục mạ những người học đạo khác, dù những người này là những người sơ cơ, vị ấy cũng không vạch ra những dư thừa hay thiếu sót của họ; nếu có ai tìm cầu Bồ Tát đạo, vị ấy không làm cho họ chán nản khi khiến họ nghi ngờ hay nuối tiếc; vị ấy cũng không nói những điều làm họ nhục chí; vị ấy không ưa thích bàn luận về các pháp hoặc tranh cãi mà nên nỗ lực bàn về phương cách tu tập để cứu độ tất cả chúng sanh; vị ấy nên nghĩ đến việc cứu độ tất cả chúng sanh khỏi các khổ đau bằng lòng đại từ bi của mình; vị ấy nên nghĩ đến chư Phật như tưởng nghĩ đến đấng từ phụ; vị ấy nên nghĩ đến những vị Bồ Tát như những bậc thầy vĩ đại của mình; vị ấy nên giảng pháp đồng đều cho tất cả chúng sanh. Thệ nguyện an lạc hạnh, hay an lạc bằng cách giảng dạy kinh pháp. Vào thời mạt pháp, chư Bồ Tát nên phát sinh một tinh thần từ thiện lớn lao với những người chưa là Bồ Tát.

#### ***XXIV. Hôn Nhân Theo Quan Điểm Phật Giáo:***

Hôn nhân theo tự điển nghĩa là sự liên hệ hỗ tương giữa một người nam và một người nữ. Họ kết hợp với nhau theo một kiểu cách đặc biệt về sự lệ thuộc vào nhau trên pháp lý xã hội với mục đích là cùng nhau tạo dựng và duy trì gia đình. Trong hôn nhân thật sự, người chồng và người vợ nghĩ nhiều đến những người trong gia đình hơn là nghĩ đến chính họ. Họ hy sinh vì lợi ích của gia đình hơn vì lợi ích của chính cá nhân họ. Trong đạo Phật, nếu chưa có đại duyên xuất gia thì không có gì sai trái với việc kết hôn; tuy nhiên, việc lập gia đình phải được xem như là một tiến trình của đời sống và Phật tử tại gia phải coi đây như là cơ hội tốt cho họ thực hành những điều tu tập. Nhiều người đã biến đời sống hôn nhân của họ thành một cuộc sống khổ sở vì thiếu sự cảm thông, lòng khoan dung và kiên nhẫn. Nghèo không phải thực sự là nguyên nhân chính dẫn đến cuộc sống không hạnh phúc ví hàng ngàn năm trước đây con người vẫn có cuộc sống hôn nhân hạnh phúc mà không cần đến vật chất của cải của thời đại hôm nay. Chồng và vợ lúc nào cũng phải tương kính lẫn nhau, họ phải học cách chia sẻ những vui buồn trong đời sống hằng ngày. Tương kính và cảm thông là hai thứ quan trọng nhất trong cuộc sống hạnh phúc gia đình.

Không có nghi thức làm lễ cho việc kết hôn trong giáo điển Phật giáo, và chư Tăng thường tránh né không tham dự vào nghi thức cưới hỏi, cũng không lấy gì làm ngạc nhiên vì nhấn mạnh của Đức Phật là cộng đồng tu viện mà các thành viên phải tự mình tách rời khỏi cuộc sống thế tục và những quan ngại của cuộc sống ấy. Hôn nhân thường được Phật giáo xem như một phần của tiến trình sanh, lão, bệnh và tử, và cuộc sống gia đình thường được các giáo điển Phật giáo xem như là làm cho con người liên hệ tới một mạng lưới rối rắm dẫn tới khổ đau phiền não là không thể tránh được. Hơn nữa, Ba la đề mộc xoa chứa đựng một đoạn văn như sau: “Nếu ai trong Tăng đoàn hành sự như làm mai mối, mang một người nam và một người nữ lại với nhau, hoặc cho mục đích kết hôn hay chỉ với mục đích của một lần giao hợp mà thôi, thì vị Tăng ấy phạm tội phải nên sám hối trước Tăng đoàn.” Dù vậy, việc chư Tăng được mời đi dự tiệc cưới cũng rất thường. Nếu họ chọn đi dự tiệc cưới, họ nên tới đó tụng kinh cầu an và hạnh phúc cho cái gia đình mới này. Tuy nhiên họ không nên giữ bất cứ vai trò nào trong

nghi thức cưới hỏi. Chư Tăng Ni phải nên luôn nhớ rằng việc cưới hỏi là việc của thế tục nên phải được thực hiện bởi người thế tục. Ngày nay một số giáo hội có chuẩn bị nghi thức cưới hỏi nhằm đáp ứng nhu cầu và niềm tin của các Phật tử tại gia và khi chư tăng được mời đến dự lễ cưới, họ thường nguyện cầu chúc phúc và thuyết giảng nhằm giúp đỡ đôi vợ chồng mới. Tuy nhiên, dù có những cải cách, phần lớn chư Tăng Ni có khuynh hướng nhận thấy rằng tham dự vào đám cưới là không thích hợp và vi phạm giới luật nhà Phật.

Trong Phật giáo, không có sự khuyến khích về hôn nhân thế tục, nhưng Đức Phật tán thán những cặp vợ chồng sống hạnh phúc với nhau. Đức Phật cũng khuyên dạy các đệ tử tại gia làm sao có cuộc sống hôn nhân hạnh phúc. Những bài giảng của Đức Phật về nền tảng đạo đức Phật giáo trong xã hội trong kinh Thi Ca La Việt, phác họa mẫu mực căn bản trong mối quan hệ vợ chồng, cha mẹ và con cái, nêu những bổn phận ràng buộc với nhau, nhấn mạnh đến những khía cạnh thiết yếu của cuộc chung sống. Theo Đức Phật, văn hóa tương hợp giữa chồng và vợ là một trong những yếu tố đem lại thành công trong hạnh phúc lứa đôi, vì hôn nhân không đơn giản chỉ là nhục dục và lãng mạn. Nhiều vấn đề hôn nhân phát xuất từ sự thiếu khả năng của người hôn phối trong việc nhận thức những hy sinh trong hôn nhân. Như vậy, giáo lý Phật giáo cũng nhằm mang lại an vui và hạnh phúc, khuyến khích luân lý tình dục, thỏa mãn tâm lý và phúc lợi vật chất cho cả chồng lẫn vợ.

Vào thời Đức Phật, Ngài không nói gì về việc sinh hoạt tình dục trước hôn nhân, và không có luật nào nghiêm cấm những sinh hoạt này cho người tại gia. Chúng ta có thể suy luận rằng nếu cả hai người trong cuộc đều đến tuổi trưởng thành và đồng thuận việc này, họ hoàn toàn chịu trách nhiệm về những hành động của họ, miễn là việc làm của họ đừng làm tổn hại tới người khác. Tuy nhiên, việc làm này bị nghiêm cấm nếu một trong hai người này còn ở tuổi vị thành niên (vẫn còn dưới sự kiểm soát của cha mẹ), và nếu việc này làm cha mẹ và những người trong gia đình của người trẻ đó buồn phiền. Đức Phật dạy: “Tình yêu hôn nhân giữa người chồng và người vợ dĩ nhiên là một yếu tố quan trọng trong việc tạo lập gia đình và xã hội. Tuy nhiên, người ta có xu hướng trở thành bị ràng buộc quá nhiều vào tình yêu như thế và trở thành ích kỷ trong tình yêu. Họ có thể không biết đến cái tình yêu rộng lớn hơn mà họ nên có đối với tất cả chúng sanh.” Mặc dầu theo luật

nhà Phật, Tăng Ni phải sống đời độc thân. Họ có thể đã từng có gia đình trước khi xuất gia; tuy nhiên, sau khi xuất gia họ phải từ bỏ cuộc sống thế tục.

Tại Nhật Bản vào thời Minh Trị Phục Hưng vào khoảng giữa thế kỷ thứ 19, chính phủ muốn những người xuất gia lập gia đình. Vì vậy mà bây giờ tại Nhật có cả hai dòng truyền thừa xuất gia độc thân và xuất gia có gia đình cho cả Nam lẫn Nữ, và giới luật mà họ phải trì giữ cũng khác nhau trong các truyền thống Phật giáo khác nhau. Chỉ trừ Bát Quan Trai giới là lãnh thọ trong một ngày, còn tất cả những giới khác phải lãnh thọ suốt đời. Có những trường hợp không đoán trước được, chư Tăng Ni không thể giữ giới được nữa, hoặc giả không còn muốn thọ lãnh giới luật nữa. Trong trường hợp đó, chư Tăng Ni có thể thưa với một vị thầy, hay chỉ cần nói với một người có thể nghe và hiểu để xin hoàn trả lại những giới luật mà mình đã thọ lãnh là được.

### ***XXV. Nhân Sinh Quan Của Đạo Phật:***

Thật là sai lầm khi nghĩ rằng nhân sinh quan và vũ trụ quan của đạo Phật là một quan niệm bi quan, rằng con người luôn sống trong tình thân bi quan yếm thế. Ngược lại, người con Phật mỉm cười khi họ đi suốt cuộc đời. Người nào hiểu được bản chất thật của cuộc sống, người ấy hạnh phúc nhất, vì họ không bị điên đảo bởi tính chất hư ảo, vô thường của vạn vật. Người ấy thấy đúng thật tướng của vạn pháp, chứ không thấy như cái chúng dường như. Những xung đột phát sanh trong con người khi họ đối đầu với những sự thật của cuộc đời như sanh, lão, bệnh, tử, vân vân, nhưng sự điên đảo và thất vọng này không làm cho người Phật tử nao núng khi họ sẵn sàng đối diện với chúng bằng lòng can đảm. Quan niệm sống như vậy không bi quan, cũng không lạc quan, mà nó là quan niệm thực tiễn. Người không biết đến nguyên tắc hằng chuyển trong vạn pháp, không biết đến bản chất nội tại của khổ đau, sẽ bị điên đảo khi đương đầu với những thăng trầm của cuộc sống, vì họ không khéo tu tập tâm để thấy các pháp đúng theo thực tướng của chúng. Việc xem những lạc thú là bền vững, là dài lâu của con người, dẫn đến biết bao nhiêu nỗi lo toan, khi mọi chuyện xảy ra hoàn toàn trái ngược với sự mong đợi của họ. Do đó, việc trau dồi, tu tập một thái độ xả ly đối với cuộc sống, với những gì liên quan đến cuộc sống thật là cần thiết. Thái độ xả ly hay thản nhiên vô chấp này không thể tạo ra những bất mãn, thất vọng và những xung đột nội tâm, bởi vì

nó không chấp trước vào thứ này hay thứ khác, mà nó giúp chúng ta buông bỏ. Điều này quả là không dễ, nhưng nó là phương thuốc hữu hiệu nhất nhằm chế ngự, nếu không muốn nói là loại trừ những bất toại nguyện hay khổ đau. Đức Phật thấy khổ là khổ, hạnh phúc là hạnh phúc, và Ngài giải thích rằng mọi lạc thú thế gian, giống như các pháp hữu vi khác, đều phù du và hư ảo. Ngài cảnh tỉnh mọi người không nên quan tâm quá đáng đến lạc thú phù du ấy, vì không sớm thì muộn cũng dẫn đến khổ đau phiền não. Xả là phương thuốc giải độc hữu hiệu nhất cho cả hai thái độ bi quan và lạc quan. Xả là trạng thái quân bình của Tâm, không phải là trạng thái lãnh đạm thờ ơ. Xả là kết quả của một cái tâm đã được an định. Thật ra, giữa thái độ bình thản khi xúc chạm với những thăng trầm của cuộc sống là điều rất khó, thế nhưng đối với người thường xuyên trau dồi tâm xả sẽ không đến nỗi bị nó làm cho điên đảo, Hạnh phúc tuyệt đối không thể phát sinh nơi những gì do điều kiện và sự kết hợp tạo thành (các pháp hữu vi). Những gì chúng ta áp ủ với bao nỗi hân hoan vào giây phút này, sẽ biến thành đau khổ vào giây phút kế. Lạc thú bao giờ cũng thoáng qua và không bền vững. Sự thỏa mãn đơn thuần của giác quan mà chúng ta gọi là lạc, là thích thú, nhưng trong ý nghĩa tuyệt đối của nó thì sự thỏa mãn như vậy không phải là điều đáng mừng. Vui cũng là khổ, là bất toại nguyện, vì nó phải chịu sự chi phối của luật vô thường. Nếu có cái nhìn đầy trí tuệ như vậy, chúng ta sẽ thấy được các pháp đúng theo tính chất của nó, trong ánh sáng chân thật của nó, có thể chúng ta sẽ nhận ra rằng thế gian này chẳng qua chỉ là tuồng ảo hóa, nó dẫn những ai dính mắc vào nó đi lầm đường lạc lối. Tất cả những thứ gọi là lạc thú đều là phù du, là sự mở màn cho đau khổ mà thôi. Chúng chỉ nhất thời xoa dịu những vết lở lói thảm hại của cuộc đời. Đây chính là những gì thường được hiểu là khổ trong đạo Phật. Do biến hoại, chúng ta thấy rằng khổ không bao giờ ngừng tác động, nó vận hành dưới dạng thức này hay dạng thức khác.

Về chúng sanh nói chung, đạo Phật xem tất cả chúng hữu tình kể cả vương quốc thảo mộc (những chúng sanh vô tình) là chúng sanh; tuy nhiên, từ “sattva” giới hạn nghĩa trong những chúng sanh có lý lẽ, tâm thức, cảm thọ. Những chúng sanh có tri giác, nhạy cảm, sức sống, và lý trí. Về cái gọi là Tự Ngã, theo Phật giáo, chỉ là sự tích tụ của những yếu tố tinh thần, kinh nghiệm và ý niệm. Thực chất không có cái ngã nào ngoài kinh nghiệm. Nói như vậy không có nghĩa là con người

không quan trọng. Kỳ thật, Phật giáo là giáo pháp được Đức Phật truyền giảng là một nền giáo lý hoàn toàn xây dựng trên trí tuệ của con người. Đức Phật dạy: “Bạn hãy là ngọn đuốc và là nơi tối thượng cho chính bạn, chứ đừng nên tìm nơi nương tựa vào bất cứ người nào khác.” Rồi Đức Phật lại dạy thêm: “Ta là Phật đã thành, chúng sanh là Phật sẽ thành.” Với Phật giáo, tất cả những gì thực hiện được đều hoàn toàn do nỗ lực và trí tuệ rút từ những kinh nghiệm của con người. Phật dạy con người làm chủ vận mệnh của mình. Con người có thể làm cho đời mình tốt hơn hoặc xấu hơn, và con người cũng có thể thành Phật nếu nỗ lực tu y theo Phật.

Về quan niệm Nhân Thừa và Thiên thừa, theo Đại Thừa: Tái sanh vào nhân gian hay cõi người nhờ tu trì ngũ giới (hữu tình quan Phật Giáo lấy loài người làm trọng tâm. Con người có thể làm lành mà cũng có thể làm ác, làm ác thì bị sa đọa trong ba đường dữ như địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh; làm lành thì được sanh lên các đường lành như nhơn và thiên, A La Hán, Bích Chi Phật, vân vân). Tuy nhiên, có nhiều dị biệt về số phận con người. Tỷ như có kẻ thấp người cao, có kẻ chết yểu có người sống lâu, có kẻ tàn tật bệnh hoạn, có người lại tráng kiện mạnh khỏe, có người giàu sang phú quý mà cũng có kẻ nghèo khổ lắm than, có người khôn ngoan lại có kẻ ngu đần, vân vân. Theo nhân sinh quan Phật giáo, tất cả những kết quả vừa kể trên đây không phải là sự ngẫu nhiên. Chính khoa học ngày nay cũng chống lại thuyết “ngẫu nhiên,” các Phật tử lại cũng như vậy. Người con Phật chơn thuần không tin rằng những chênh lệch trên thế giới là do cái gọi là đấng Sáng Tạo hay Thượng Đế nào đó tạo ra. Người con Phật không tin rằng hạnh phúc hay khổ đau mà mình phải kinh qua đều do sự sáng tạo của một đấng Sáng Tạo Tối Thượng. Theo nhân sinh quan Phật giáo, những dị biệt vừa kể trên là do nơi sự di truyền về môi sinh, mà phần lớn là do nguyên nhân hay nghiệp, không chỉ ngay bây giờ mà còn do nơi quá khứ gần hay xa. Chính con người phải chịu trách nhiệm về hạnh phúc hay khổ sở của chính mình. Con người tạo thiên đường hay địa ngục cho chính mình. Con người là chủ thể định mệnh của mình, con người là kết quả của quá khứ và là nguồn gốc của tương lai. Về quan niệm Thiên Thừa, đây chỉ là một trong ngũ thừa, có công năng đưa những người tu tập thiện nghiệp đến một trong sáu cõi trời dục giới, cũng như đưa những người tu tập thiện định đến những cảnh trời sắc giới hay vô



sắc giới cao hơn. Chúng sanh được tái sanh vào cõi trời nhờ tu trì thập thiện.

Về quan niệm Thân và Tâm, đạo Phật nói về giáo thuyết thân tâm vô thường. Có người cho rằng luận thuyết “Thân Tâm Vô Thường” của đạo Phật phải chăng vô tình gieo vào lòng mọi người quan niệm chán đời, thối chí. Nếu thân và tâm cũng như sự vật đều vô thường như vậy thì chẳng nên làm gì cả, vì nếu có làm thành sự nghiệp lớn lao cũng không đi đến đâu. Mới nghe tưởng chừng như phần nào có lý, kỳ thật nó không có lý chút nào. Khi thuyết giảng về thuyết này, Đức Phật không muốn làm nản chí một ai, mà Ngài chỉ muốn cảnh tỉnh đệ tử của Ngài về một chân lý. Phật tử chơn thuần khi hiểu được lẽ vô thường sẽ giữ bình tĩnh, tâm không loạn động trước cảnh đổi thay đột ngột. Biết được lẽ vô thường mới giữ được tâm an, mới cố gắng làm những điều lành và mạnh bạo gạt bỏ những điều ác, cương quyết làm, dám hy sinh tài sản, dám tận tụy đóng góp vào việc công ích cho hạnh phúc của mình và của người. Vạn sự vạn vật không ngừng thay đổi, chứ không bao giờ chịu ở yên một chỗ. Cuộc đời nay còn mai mất, biến chuyển không ngừng nghỉ. Thân con người cũng vậy, nó cũng là vô thường, nó cũng nằm trong định luật “Thành Trụ Hoại Không.” Thân ta phút trước không phải là thân ta phút sau. Khoa học đã chứng minh rằng trong thân thể chúng ta, các tế bào luôn luôn thay đổi và cứ mỗi thời kỳ bảy năm là các tế bào cũ hoàn toàn đổi mới. Sự thay đổi làm cho chúng ta mau lớn, mau già và mau chết. Càng muốn sống bao nhiêu chúng ta lại càng sợ chết bấy nhiêu. Từ tóc xanh đến tóc bạc, đời người như một giấc mơ. Thế nhưng có nhiều người không chịu nhận biết ra điều này, nên họ cứ lao đầu vào cái thòng lọng tham ái; để rồi khổ vì tham dục, còn khổ hơn nữa vì tham lam ôm ấp bám víu mãi vào sự vật, đôi khi đến chết mà vẫn chưa chịu buông bỏ. Đến khi biết sắp trút hơi thở cuối cùng mà vẫn còn luyến tiếc tìm cách nắm lại một cách tuyệt vọng. Thân ta vô thường, tâm ta cũng vô thường. Tâm vô thường còn mau lẹ hơn cả thân. Tâm chúng ta thay đổi từng giây, từng phút theo với ngoại cảnh, vui đó rồi buồn đó, cười đó rồi khóc đó, hạnh phúc đó rồi khổ đau đó.

Theo Kinh Duy Ma Cát, khi Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát vâng mệnh của Đức Phật đi thăm bệnh cư sĩ Duy Ma Cát, nên mới có cuộc đối đáp về “thân”. Văn Thù hỏi cư sĩ Duy Ma Cát: “Phàm Bồ Tát an ủi Bồ Tát có bệnh như thế nào?” Duy Ma Cát đáp: “Nói thân vô thường, nhưng

không bao giờ nhằm 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 nhằm 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 nhằm chán trọn diệt độ, đó là phương tiện.

Về quan niệm “Thân Tâm Bất Tịnh” hay không tinh sạch. Bất tịnh có nghĩa là không tinh sạch, không thánh thiện, không đẹp đẽ. Đúng về cả hai phương diện sinh lý và tâm lý, con người là bất tịnh. Đây không phải là một cái nhìn tiêu cực hay bi quan, mà chỉ là cái nhìn khách quan về con người. Thấy được sự cấu tạo của cơ thể, từ tóc trên đỉnh đầu, cho đến máu, mủ, đàm, phân, nước tiểu, những vi khuẩn ẩn náo trong ruột và những bệnh tật cứ chực sẵn để phát sinh, ta thấy phần sinh lý của ta quả là bất tịnh. Phần sinh lý đó cũng là động lực thúc đẩy ta đi tìm sự thỏa mãn dục lạc, do đó nên kinh gọi thân thể là nơi tích tụ của tội lỗi. Còn phần tâm lý? Vì không thấy được sự thật về vô thường, khổ không và vô ngã của sự vật cho nên tâm ta thường trở thành nạn nhân của tham vọng thù ghét; do tham vọng và thù ghét mà chúng ta tạo ra biết bao tội lỗi, cho nên kinh nói “tâm là nguồn suối phát sinh điều ác.”

Thêm một nhân sinh quan khác về Thân của Đạo Phật là “Thân Người Khó Được” Trong các trân bảo, sinh mạng là hơn, nếu mạng mình còn là còn tất cả. Chỉ mong sao cho thân mạng này được sống còn, thì lo chi không có ngày gầy dựng nên cơ nghiệp. Tuy nhiên, vạn vật ở trên đời nếu đã có mang cái tướng hữu vi, tất phải có ngày bị hoại diệt. Đời người cũng thế, hễ có sanh là có tử; tuy nói trăm năm, nhưng mau như ánh chớp, thoáng qua tựa sương, như hoa hiện trong

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

### ***XXVI. Vũ Trụ Quan Phật Giáo:***

Theo quan điểm Phật giáo thì vũ trụ là vô cùng vô tận. Tuy nhiên, nếu chúng ta nói về sự thành hình của hệ thống thế giới mà chúng ta đang ở, chúng ta có thể nói về sự thành hình của nó như sau: “Nói về các yếu tố cấu thành vũ trụ, yếu tố ban đầu là “gió”, có nền tảng từ hư không. Rồi gió chuyển động, và dựa vào đó mà hơi nóng xuất hiện, rồi có hơi nước, rồi có chất cứng tức là đất.” Vũ Trụ Luận của Phật Giáo không phải chỉ bàn đến sự hiện hữu của vô số hệ thống thế giới tập hợp thành những nhóm mà ta vẫn gọi là các thiên hà, mà nó còn đề cập đến những khái niệm rộng rãi về thời gian của vũ trụ. Đức Phật tuyên bố rằng trên mức độ hiểu biết cao nhất thì toàn thể vũ trụ là bản tâm thanh tịnh. Tuy nhiên, trên mức độ hiểu biết thông thường thì Ngài vẽ nên một thứ vũ trụ với vô số những hệ thống thế giới với vô số những hành tinh nơi mà mọi chủng loại chúng sanh đang sanh sống. Vì vậy, hệ thống thế giới của chúng ta không phải là một hệ thống thế giới duy nhất trong vũ trụ. Những thế giới khác cũng có chư Phật giảng dạy về giác ngộ đạo. Những bản kinh Phật cổ xưa nhất nói đến các thành kiếp và hoại kiếp với những khoảng thời gian lớn lao của những thiên hà ấy, chúng dần dần hình thành như thế nào và sau một thời kỳ tương đối ổn định và có đời sống trong các thế giới của chính chúng đã tồn tại rồi tất nhiên phải suy tàn và hủy diệt như thế nào. Tất cả đều là sự vận hành của những quá trình, biến cố này dẫn đến biến cố khác

một cách hoàn toàn tự nhiên. Như bạn đã biết mặc dù Đức Phật đã khám phá ra sự hiện hữu của nhiều Thượng đế trong vũ trụ, Ngài không bao giờ cố ý đánh giá thấp quyền uy của đấng Thượng đế được dân chúng Ấn Độ thờ phượng thời bấy giờ. Ngài chỉ thuyết giảng chân lý. Và chân lý đó không gây ảnh hưởng gì đến quyền lực của đấng Thượng đế. Tương tự, sự kiện vũ trụ có nhiều mặt trời không làm giảm thiểu sự quan trọng của mặt trời trong thái dương hệ của chúng ta, vì mặt trời của chúng ta vẫn tiếp tục cho chúng ta ánh sáng mỗi ngày. Đối với một số tôn giáo khác, Thượng đế rất có quyền năng so với loài người, nhưng theo Phật giáo, các ngài chưa giải thoát được sự khổ đau phiền não, và có thể các ngài vẫn còn sân hận. Thọ mạng của các ngài rất dài, nhưng không trường cửu như một số tôn giáo vẫn tin tưởng.

Các vấn đề thường được các học giả nói đến về Phật Giáo là Nhân sinh quan và Vũ trụ quan Phật giáo. Sự khảo sát nguồn gốc nhân sinh quan và vũ trụ quan là công việc của lãnh vực của các nhà chuyên môn trong lãnh vực Siêu Hình Học và vấn đề này đã được khảo sát từ buổi ban sơ của các nền văn minh Hy Lạp, Ấn Độ và Trung Hoa. Ở đây chỉ nói đại cương về Nhân sinh quan và Vũ trụ quan Phật giáo mà thôi. Vũ Trụ Luận của Phật Giáo không phải chỉ bàn đến sự hiện hữu của vô số hệ thống thế giới tập hợp thành những nhóm mà ta vẫn gọi là các thiên hà, mà nó còn đề cập đến những khái niệm rộng rãi về thời gian của vũ trụ. Theo vũ trụ luận Phật giáo, trái đất trải qua những chu kỳ; trong một vài chu kỳ này, trái đất tốt đẹp hơn, nhưng trong những chu kỳ khác, nó sa đọa. Tuổi trung bình của con người là dấu hiệu chỉ tính chất thời đại mà người ấy sống. Tuổi có thể thay đổi từ 20 đến hàng trăm triệu năm. Vào thời Đức Phật Thích Ca, mức độ trung bình của đời sống là 100 năm. Sau thời của Ngài, thế gian hư hỏng, cuộc sống con người rút ngắn đi. Đáy sâu của tội lỗi và bất hạnh sẽ hiện ra khi tuổi thọ trung bình của con người hạ xuống còn 10 tuổi. Lúc đó Diệu Pháp của Đức Phật sẽ hoàn toàn bị bỏ quên. Nhưng sau đó thì một cuộc đột khởi mới lại bắt đầu. Khi nào đời sống con người lên tới 80.000 năm thì Phật Di Lặc ở cung trời Đâu Suất sẽ hiện ra trên trái đất. Ngoài ra, những bản kinh Phật cổ xưa nhất nói đến các thành kiếp và hoại kiếp với những khoảng thời gian lớn lao của những thiên hà ấy, chúng dần dần hình thành như thế nào và sau một thời kỳ tương đối ổn định và có đời sống trong các thế giới của chính chúng đã tồn tại rồi tất nhiên phải suy tàn và hủy diệt như thế nào. Tất cả đều là sự vận

hành của những quá trình, biến cố này dẫn đến biến cố khác một cách hoàn toàn tự nhiên. Đức Phật là vị Thầy khám phá ra bản chất thực sự của luật vũ trụ và khuyên chúng ta nên sống phù hợp với định luật này. Ngài đã khẳng định rằng không ai trong chúng ta có thể thoát khỏi được định luật vũ trụ bằng cách cầu nguyện một đấng thần linh tối thượng, bởi lẽ định luật vũ trụ vô tư với mọi người. Tuy nhiên, Đức Phật dạy rằng chúng ta có thể ngăn chặn việc làm xấu ác bằng cách gia tăng hành vi thiện lành, và rèn luyện tâm trí loại bỏ những tư tưởng xấu. Theo Đức Phật, con người có thể trở thành một thượng đế nếu con người ấy sống đứng đắn và chánh đáng bất kể người ấy thuộc tôn giáo nào. Nghĩa là một ngày nào đó người ấy có thể đạt được an lạc, tỉnh thức, trí tuệ và giải thoát nếu người ấy sẵn sàng tu tập toàn thiện chính mình. Đức Phật Thích Ca Mâu Ni chính là người đã chứng ngộ chân lý, Ngài xem tất cả những câu hỏi về siêu hình là trống rỗng. Chính vì thế mà Đức Phật thường giữ thái độ im lặng hay không trả lời những câu hỏi liên quan đến siêu hình vì Ngài cho rằng những câu hỏi này không phải là hướng nhắm đến của Phật tử, hướng nhắm đến của Phật tử là sự giải thoát rốt ráo. Theo Đức Phật, làm sao con người có thể biết được sự thật của vũ trụ khi con người không thể biết được sự thật của chính mình? Thế nên Ngài dạy: “Điều thực tiễn cho con người là quay trở về với chính mình để biết mình là ai, đang ở đâu và đang làm gì để loại trừ hết thảy các thứ ngăn che mình khỏi sự thật của vạn hữu. Nghĩa là con người phải tự mình tu tập để thanh lọc cả thân lẫn tâm. Về vấn đề vũ trụ, Đức Phật cho rằng thế giới vật chất do tứ đại hình thành như nhiều nhà tư tưởng Ấn Độ trước thời Đức Phật đã tuyên bố. Đó là đất, nước, lửa và gió. Các yếu tố này luôn vận hành và vô thường, thế nên vạn hữu do chúng làm cũng vô thường. Vấn đề thắc mắc về nguồn gốc của Tứ Đại đối với giáo thuyết Duyên Khởi do Đức Phật phát hiện là hoàn toàn vô nghĩa và không được chấp nhận.

## ***Buddhism***

### ***I. An Overview & the Meanings of Buddhism:***

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. 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.

## ***II. Is Buddhism Atheistic?:***

It is sometimes said that Buddhism is “atheistic” or a “godless religion.” However, the Buddha’s teaching about “the six realms of existence” should surely dispense this notion. The Buddha states clearly that there exists a so-called “the realm of gods” in Buddhism, but gods in Buddhism are not those with almighty powers who can create the universe, or who can reward or punish other creatures. According to Buddhism, the gods may be worshipped for limited and worldly blessings but being impermanent and worldly themselves, they cannot grant prayers concerned with that freedom or Nirvana which is supermundane and which they have not gained. Buddhism is only atheistic in the sense that it rejects as false the theory of First Cause, a Creator God.

## ***III. Buddhism Is Always Based on Human Inner Wisdom:***

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.



***IV. Buddhism Is A Religion of the Truth and A Living Philosophy:***

Someone says that the word religion is not appropriate to call Buddhism because Buddhism is not a religion, but a moral philosophy. For me, Buddhism is both a religion and philosophy of life based on the teachings set forth by Shakyamuni Buddha over 2500 years ago in India. Before going further we should briefly analyze the two words “Buddha” and “Philosophy”. First, the name Buddhism comes from the word “budhi” which means ‘to wake up’ and thus Buddhism is the philosophy of awakening. 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 almost one third of the population of the world are its followers. Until a hundred years ago, Buddhism was mainly an Asian philosophy but increasingly it is gaining adherents in Europe and America. Secondly, the word philosophy comes from two words ‘philo’ which means ‘love’ and ‘sophia’ which means ‘wisdom’. So philosophy is the love of wisdom or love and wisdom, both meanings describing Buddhism perfectly. Buddhism teaches that we should try to develop our intellectual capacity to the fullest so that we can understand clearly. It also teaches us to develop loving kindness and compassion so that we can become (be like) a true friend to all beings. So Buddhism is a philosophy but not just a philosophy. It is the supreme philosophy. 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. 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. After careful considerations, 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 of 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 travelled 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. After the passing of Shakyamuni Buddha, his disciples recorded all of his teaching into scriptures called sutras. There is no one book that contains all the information the Buddha taught, but the total of more than 800 books that recorded a vast number of sutras, vinaya and abhidharma.

In Buddhism, there is no distinction between a divine or a supreme being and common mortals. The highest form of being is the Buddha. All people have the inherent ability and potential to become Buddhas if they follow and cultivate the teachings set forth by Shakyamuni Buddha. By following the Buddha's teachings and Buddhist practices, anyone can eventually become Buddhas. A Buddha is also a human being, but one who comes to a realization and thoroughly understands the workings and meaning of life and the universe. When one comes to that realization and truly knows and understands oneself and everything, he is called "Buddha" or he is said to have attained enlightenment. He is also called "the Enlightened One."

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 favours or blessings 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 that to worship a statue of the Buddha means 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 devout 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 (statue) 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 inward (within) not outward (without) to find perfection and understanding. So in no way one can say that Buddhists worship god or idols. In fact, a long 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, and courage him 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 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, and so on, and so on.

The main teachings of the Buddha focus on the Four Noble Truths and the Eightfold Noble Path. They are called “Noble” because they enoble one who understand them and they are called “Truths” because they correspond with reality. Buddhists neither believe in negative thoughts nor do they believe in pessimistic ideas. In the contrary, Buddhists believe in facts, irrefutable facts, facts that all know, that all

have aimed to experience and that all are striving to reach. Those who believe in god or gods usually claim that before an individual is created, he does not exist, then he comes into being through the will of a god. He lives his life and then according to what he believes during his life, he either goes to eternal heaven or eternal hell. Some believe that they come into being at conception due to natural causes, live and then die or cease to exist, that's it! Buddhism does not accept either of these concepts. According to the first explanation, if there exists a so-called almighty god who creates all beings with all his loving kindness and compassion, it is difficult to explain why so many people are born with the most dreadful deformities, or why so many people are born in poverty and hunger. It is nonsense and unjust for those who must fall into eternal hells because they do not believe and submit themselves to such a so-called almighty god. The second explanation is more reasonable, but it still leaves several unanswered questions. Yes, conception due to natural causes, but how can a phenomenon so amazingly complex as consciousness develop from the simple meeting of two cells, the egg and the sperm? Buddhism agrees on natural causes; however, it offers more satisfactory explanation of where man came from and where he is going after his death. When we die, the mind, with all the tendencies, preferences, abilities and characteristics that have been developed and conditioned in this life, re-establishes itself in a fertilized egg. Thus the individual grows, is reborn and develops a personality conditioned by the mental characteristics that have been carried over by the new environment. The personality will change and be modified by conscious effort and conditioning factors like education, parental influence and society and once again at death, re-establish itself in a new fertilized egg. This process of dying and being reborn will continue until the conditions that cause it, craving and ignorance, cease. When they do, instead of being reborn, the mind attains a state called Nirvana and this is the ultimate goal of Buddhism. The Four Noble Truths, A fundamental doctrine of Buddhism which clarifies 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.” The noble Eightfold Path or 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 mind is immeasurable. 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. 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. In both forms of Buddhism, Theravada and Mahayana, the Buddha taught his disciples, especially lay-disciples to keep the Five Precepts. Although details are not given in the canonical texts, Buddhist teachers have offered many good interpretations about these five precepts. The five basic commandments of Buddhism. The five basic prohibitions binding on all Buddhists, monks and laymen alike; however, these are especially for lay disciples. The observance of these five ensures rebirth in the human realm.

Besides, the Truth of “Cause and Effect” also plays an extremely important role in 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.

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). 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. 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. As mentioned above, 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. 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. 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. 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. The Buddha taught: “If someone give us something, but we refuse to accept. Naturally, that person will have to keep what they plan to give. This means our pocket is still empty.” Similarly, if we clearly understand that karmas or our own actions will be stored in the alaya-vijnana (subconscious mind) for us to carry over to the next lives, we will surely refuse to store any more karma in the ‘subconscious mind’ pocket. When the ‘subconscious mind’ pocket is empty, there is nothing for us to carry over. That means we don’t have any result of either happiness or suffering. As a result, the cycle of birth and death comes to an end, the goal of liberation is reached.

There is not a doubt that Buddhism was a religion of the truth and a living philosophy more than 26 centuries ago. It’s still now a religion of



the truth and a living philosophy in this very century (the twenty-first century). Buddhism is in accord with all the progresses of nowadays science and it will always be in accord with science at all times. Its basic teachings of loving-kindness, compassion, joy, equanimity, right view, right thought, right speech, right action, right livelihood, right effort, right mindfulness and right concentration, as well as the basic five precepts of not killing, not stealing, not committing sexual misconduct, not lying and not drinking alcohol and not doing drugs... are always a torch that lights the darkness of the world. The message of peace and of love and happiness of Buddhism to living beings of all kinds is always the glorious truth for all human beings. Everyone can achieve the highest goal in Buddhism, no matter who is that person, clergy person or lay person. However, the most important thing we all must remember is making an honest effort to follow the Buddha's teachings. The Buddha and his great disciples did not achieve their ultimate goal by accident. The Buddha and his disciples were once ordinary sentient beings like us. They were once afflicted by the impurities of the mind, attachment, aversion, and ignorance. They all became either Buddhas or Saints now, but for us, we are still creating and creating more and more unwholesome deeds and continuing going up and down in the cycle of birth and death? Devout Buddhists should listen to the Buddha's teachings, should purify our actions, words and mind to achieve true wisdom, the wisdom that help us understand the truth and to attain the ultimate goal of Buddhism. In other words, if we sincerely cultivate in accordance with the Buddha's teachings, one day not too far, everyone of us would be able to do good deeds, to avoid bad deeds; everyone of us would try our best to help others whenever possible and not to harm anyone, our mind would be mindful at all times. Thus there is no doubt that the Buddha's Dharma will benefit us with happiness and prosperity in this life and in the next. Eventually, it will lead us to the ultimate goal of liberation, the supreme bliss of Nirvana.

#### ***V. Cores of Buddhism:***

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.

#### ***VI. Ideal of Buddhism:***

The Buddha founded Buddhism, not only to save sentient beings but also to eliminate the distinction between classes in India at that time. To the Buddha, the ideal of Buddhism would first give everyone an equal opportunity in daily life as well as in cultivation. Against the asserted superiority of the Aryan race and the appellation of “Anarya” or “Non-Aryan” given to the aborigines of some earlier immigrants on the Indian continent, the Buddha often argued that the word Arya meant noble and we ought not call a race noble or ignoble for there will be some ignoble people among the so-called Arya and at the same time there will be some noble people among the so-called Anarya. When we say noble or ignoble we should be speaking of an individual and not a race as a whole. It is a question of human dignity, knowledge or wisdom, not of birth or caste. Thus the ideal of Buddhism is to create a noble personage in the sense of a noble life. The ideal set forth by the Buddha was very clear. His ideal is that as a man, he tries to teach other men, noble or ignoble, to be perfect men, i.e., men of perfect enlightenment.

### ***VII. Metaphysical Issues in Buddhism:***

The Buddha was not concerned with such metaphysical issues which only confuse man and upset his mental equilibrium. Their solution surely will not free mankind from misery and ill. That was why the Buddha hesitated to answer such questions, and at times refrained from explaining those which were often wrongly formulated. The Buddha was a practical teacher. His sole aim was to explain in all its detail the problem of Dukkha, suffering, the universal fact of life, to make people feel its full force, and to convince them of it. He has definitely told us what he explains and what he does not explain. Even questions relating to the past and the future, the Buddha's answers were very clear: "Let be the past, let be the future, I will teach you the Dhamma." The Buddha always emphasized: "When this is, that comes to be. With the arising of this, that arises. When this is not, that does not come to be. With the cessation of this, that ceases." This in a nutshell is the Buddhist doctrine of conditionality or Dependent Arising (paticca samuppada). And this forms the foundation of the Four Noble Truths, the central conception of Buddhism.

### ***VIII. Buddhism and Buddha's Statues and Images:***

Image is one of the needs to remember the Buddha. However, it is impossible to express the Buddha in physical form because he is nothing but the attributes of awakening, enlightening, wisdom, compassion, loving-kindness, joy, equanimity, etc. However, if we don't express Him in a perfect statue, what else can we do with these symbols? We should express these symbols in the most ideal human forms, namely in the image of the Buddha when He acquired the ultimate enlightenment. So the Buddha's image should be in the attitude of calmness and indifference to pleasure and pain. People often feel the need to remember the things they love and respect in a form that they can see. For instance, a photograph is kept in order to remember a loved one. The national flag is a reminder of the loyalty people feel towards their country. The photograph and national flag are examples of symbols in remembrance of the qualities of the people or things that are being represented. They form the focal point of one's feelings of love, respect and loyalty. In the same way, the shrine found

in Buddhist homes or monasteries is a focal point of Buddhist observances. At the center of the shrine, there is usually an image of the Buddha. The image may be made of a variety of materials such as marble, gold, wood or clay. The image is a symbol that helps to remember the noble qualities of the Buddha. The shrine may also have such objects as a volume of Buddhist scripture to represent the Dharma. Some shrines may display other items such as images, pictures or photographs of Buddhist monks and masters to represent the Sangha. When Buddhists stand before a shrine, the objects they see on it help to remind them of the qualities that are found in the Buddha and the Sangha. This inspires them to work towards cultivating these qualities in themselves.

According to Prof. Junjiro Takakusu in *The Essentials of Buddhist Philosophy*, none of the earlier sculptures of Sanchi and Barhut represent the Buddha in human figure. It is remarkable to us that the principal events of the Buddha's life have been fully given in sculpture without a figure of the hero. How was that possible? The Buddha at birth represented by a full blooming lotus; the Buddha in Enlightenment by the Bodhi tree with a rail around it; the Buddha in his first preaching by a wheel, above which a tri-ratna mark is sometimes added; the Buddha in his begging round, or mendicancy, by a bowl; and the like. If suggestion be a means of true art, the early Buddhist artists understood it perfectly and utilized the idea skilfully for practical purposes. However, all this does not necessarily mean that the elders did not represent the Buddha at all during his lifetime, for there is a legend which tells of their making an image for the purpose of offering veneration during the Buddha's absence. They were formalistic and realistic, and so if the Buddha was actually before them, they had a right to depict him in painting or sculpture. Now that he had passed into Nirvana, however, it was improper to represent the one who no longer really lived. It was after a considerable development of the Gandhara art that the southern school of Buddhism began to have images of Buddha. This was believed at about the same time when the Buddha's teachings were committed to writing, i.e., 80 B.C. The elders of idealistic and free-thinking tendencies, whom we might regard as the fore-runners of the Mahayana, would not hold any meetings for the rehearsal of the Buddha's sermons, nor would they enlarge upon their

Vinaya rules beyond what was laid down by the Buddha himself. They would commit those sacred words to memory or to writing as they pleased. They did not hesitate in using their talents in painting or sculpture to depict the Buddha's image according to their own ideal of beauty and perfection, as they did in the Gandhara art. The trend of the free-thinking mind can also be seen in the metaphysical treatises of the Optionalists (Vaibhasikas), in which several opinions about dharmas or higher dharmas (abhidharmas) are gathered together and some optional ones have been selected and recommended for study. Though the Vaishasika School belonged to the Hinayana, it already betrayed a tendency toward the free-thinking school. Such free-thinking people would be bold in exegesis, erudition, annotation, or in forming and expressing opinion. This, however, does not mean that they departed from the original teachings of the Buddha.

Nowadays, besides the two great statues of the Buddha in Afghanistan which were destroyed by the Taliban in 2002, there are still several big Buddha statues in the world, among them are the two most famous statues in Japan: 1) a huge statue of Varocana housed in the Todaiji Temple in Nara, commissioned (ủy thác) by emperor Shomu (724-748), it was consecrated (dâng cúng) in 751; and 2) an image of Amitabha Buddha, which was financed by donations gathered by Joko and constructed in 1252. It was originally housed in Kotokuin Temple, but the building was destroyed by a tidal wave in 1495. The image was left intact, but an earthquake in 1923 damaged its base. Extensive repair work was conducted on it in 1960-1961.

### ***IX. Buddhism and the Concept of First Cause:***

If one posits a first cause, one is justified in asking for the cause of that "First Cause", for nothing can escape the law of "condition and cause" which is patent in the world to all but those who will not see. However, a man who attributes beings and events to an omnipotent Creator-God would emphatically say: "It is God's will, it is sacrilege to question the Authority." Does not this God-idea stifle the human liberty to investigate, to analyze, to scrutinize, to see what is beyond this naked eye, and so retards insight. It is important to understand that craving is not regarded as the First Cause; for according to Buddhism, there is not First Cause, but beginningless causes and effects and

nothing else ruling the universe. Things are neither due to one single cause nor are they causeless, but according to the formula of Dependent Arising, things are multiple caused. Craving, like all other things, physical or mental, is also conditioned, interdependent and relative. It is neither a beginning nor an end in itself. Though craving is cited as the proximate cause of suffering, it is not independent, but interdependent. Dependent on feeling or sensation arises craving, feeling dependent on contact and so forth.

***X. The Concept of a Soul in Buddhism:***

In Buddhist thought, there is no so-called “Soul”. Birth precedes death, and death also precedes birth, so that the pair follow each other in bewildering succession. There is no so-called “Soul”, “Self”, or “Fixed entity” that passes from birth to birth. Though man comprises a psycho-physical unit of mind and matter, the “psyche” or “mind” is not a soul or self, in the sense of an enduring entity, something ready-made and permanent. It is a force, a dynamic continuum capable of storing up memories not only of this life, but also of past lives. The mind or psyche is no more a fixed entity. The Buddha stressed that the so-called “being” or “individual” is nothing but a combination of physical and mental forces, or energies, a change with continuity. Someone may ask, if there is no transmigrating permanent soul or self to reincarnate, then what is it that reborn? According to Buddhism, there is no permanent substance of the nature of Self or Soul that reincarnates or transmigrates. It is impossible to conceive of anything that continues without change. All is in a state of flux. What we call life here is the functioning of the five aggregates of grasping, or the functioning of mind and body which are only energies or forces. They are never the same for two consecutive moments, and in the conflux of mind and body we do not see anything permanent. The grown-up man is neither the child nor quite a different person; there is only a relationship of continuity. The conflux of mind and body or mental and physical energy is not lost at death, for no force or energy is ever lost. It undergoes change. It resets, reforms in new conditions. 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.

### ***XI. Education in Buddhism:***

The goal of any Buddhist cultivator is to achieve self-enlightening (examine with one's own intelligence, and not depending upon another), enlightening or awakening of others, then achieve the final accomplishment, that is to become a Buddha. Devout Buddhists should always remember that the goal of Buddhist education is to help sentient beings become Buddhas, or at least become real Buddhists, and not aiming at socializing human beings as worldly people. Because Buddhism is a religion 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 eliminate these troubles so that if we are not able to become a Buddha, at least we can become a real Buddhist. Therefore, 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. The Buddha taught that man of this present moment is the result of millions and millions of his past thoughts and actions, and not ready-made as a cake or a piece of candy. Man's character is determined by his own thinking, thus man is not perfect by nature. In order to become perfect, man has to educate and train himself. Among other sentient beings, human beings have the ability to think and to reason, and the intelligence to educate and build their life a better one. However, in order to achieve a better or a perfect life, Buddhist or non-Buddhist has no other ways but educating himself with the five precepts (not killing, not stealing, not committing sexual misconduct, not lying and not drinking alcohol or doing drugs) and the eightfold noble path (right view, right thinking, right speech, right action, right livelihood, right effort, right mindfulness and right concentration)... that is to say



education in morality. Besides, the core of Buddhism is the law of “Cause and Effect” so Buddhist education cannot miss this law. Devout Buddhists should always remember that “If this is, that comes to be; from the arising of this, that arises. If this is not, that does not come to be; from the ceasing of this, that ceases.” Buddhist education helps point out to everybody that the law of “Cause and Effect” is for everybody, from normal people to saints. If you sow good deeds, you’ll reap good results. In the contrary, if you sow bad deeds, you’ll reap bad results without any exception. Therefore, according to the Buddhists 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.

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.”

## ***XII. Buddhism and Ancestor Worship:***

Vietnamese people have long believed in the existence of the soul or consciousness after death. Ancestors are thought to watch over and

to support their living descendants. Thus, living descendants always worship their ancestors with ultimate respect. Vietnamese people celebrate death anniversary, not only for their deceased parents, but also for their grand-parents, great grand-parents, and great-great grand-parents. They can celebrate with a party or with the simplest ancestral ritual of burning incense and bowing before their ancestors' altars or before their ancestors' portraits. In some families, besides placing offerings of food and drink in front of the altar, they also have the custom to burn paper money for their ancestors. In addition, in some areas in Central Vietnam, there still exist some Clan Temples which worship ancestors of the same surnames. It is no doubt that ancestor worship has helped our people maintain unity and continuity (maintaining generations). Buddhism always promotes ancestor worship by the practice of chanting sutras for the dead, hoping to relieve their karma.

### ***XIII. Buddhism and Beauty:***

Many people, especially people from the western world, have a misconception of Buddhism. They suggest that Buddhism is a religion of pessimism. They suggest that Buddhism stresses on impermanence, suffering and egolessness so there is no so-called "Beauty" in Buddhism. In fact, the Buddha never criticized "Beauty" in any of his lectures. A Buddhist never avoids objects of beauty, nor does he run away from these things. He only refrains from making them the basis for strong and individual likes and dislikes. He always keeps in mind the Buddha's Teachings: "Whatever there is in the world, pleasant and lovable, we have a tendency to attach to them, and we develop a dislike towards their opposites." Keep this in mind, the Buddhist recognizes beauty where the senses can perceive it. But in beauty he also sees its own change and destruction. He always remember what the Buddha said with regard to all component things, that they come into being, undergo change and are destroyed. Therefore the wise man acquires a great depth of vision. His admiration for the beauty is not coloured by a greed for acquisition and possession. To Buddhists, the shape or color of the face doesn't matter because it's only temporary with time. A young, beautiful face of today may someday become an old ugly face with wrinkles and dots all over. To Buddhists, no matter

how beautiful or ugly their face may be, they focus on cultivating love, that love will give them an inward eternal charm, a real beauty to all Buddhists.

According to extant records of the earliest Buddhist community, iconographic representation was discouraged by Sakyamuni Buddha and his followers, who wanted to prevent the development of cults that focus on the figure of the Buddha, rather than on the doctrines and practices he taught. In addition, the central focus of the monastic community was introspective meditation, rather than external symbolism. As Buddhism grew and attracted more followers, artistic representations began to appear. There was, however, an initial reluctance to represent the Buddha directly, and so he was often depicted in aniconic motifs, such as his footprints (buddha-pada) or the Bodhi Tree (Bodhi-Vrksa). The most widespread aniconic representation of the Buddha was in the form of reliquaries called "Stupas." These continue to be popular throughout the Buddhist world, and a plethora of styles has developed. In Indian Buddhism it was commonly thought that they physically represented the Buddha, and some texts indicate that it was widely believed that venerating a stupa was equivalent to venerating the Buddha himself. Iconic representations began to appear on stupas some time after the reign of Asoka (272- 236 B.C.), and a number of figures are found on stupas at Bharhut, Sanci, and Amaravati. These monuments have carved depicting scenes from the life of the Buddha. Around the end of the first century, artists began to fashion representations of the Buddha, and the Buddha dispersed symbol in Buddhist art all over the world. The earliest known examples of the Buddha image borrowed motifs from non-Buddhist traditions, since there was at that time no accepted notion regarding how he should be represented. Artists in Mathura, present-day north central India, for example, adopted imagery from the depiction of Yakshas, and in Gandhara, present-day Afghanistan, artists appear to have been influenced by Greek art. As Buddhism spread to other parts of the world this trend continued, and the Buddha image has acquired the characteristics and artistic motifs of the local populations of every Buddhist society. Despite Buddhism's initial rejection of artistic representation, Buddhist art flourished both in India and throughout Asia. With the development of tantric Buddhism in India,

art and imagery also became integrated into meditative practice. As tantric Buddhism spread to Tibet, Mongolia, China, Japan, Korea and Vietnam, elaborate use of imagery became widespread in many quarters.

#### *XIV. Is Buddhism Pessimism or Optimism?*

There are some people who regard this life as a life of suffering or pessimists may be tolerated as long as they are simply feeling dissatisfied with this life, but when they begin to give up this life as hopeless and try to escape to a better life by practicing austerities or self-mortifications, then they are to be abhorred. Some people believe that Buddhism is pessimistic because its significant viewpoint on the idea that there is nothing but hardship in this world, even pleasures end in hardship. It is totally wrong thinking that way. Buddhism believes that in this present life, there are both pleasures and hardships. He who regards life as entirely pleasure will suffer when the so-called "happiness" ceases to exist. The Buddha believes that happiness and sufferings intertwine in our daily life. If one is ignorant of the fact that pleasures can cause hardships, one will be disappointed when that fact presents itself. Thus the Buddha teaches that one should regard hardship as hardship, accepting it as a fact and finding way to oppose it. Hence his emphasis on perseverance, fortitude, and forbearance, the latter being one of the six Perfections. In short, according to the Buddhist view, there are both pleasures and hardships in life, but one must not be discouraged when hardship comes, or lose oneself in rapture of joy when pleasure comes. Both pleasures and hardships must be taken alike with caution for we know that pleasures end in hardship. From this understanding, sincere Buddhists will be determined to cultivate diligently to turn both worldly pleasures and hardships to an eternally transcendental joy. It is to say that we are not bound to both worldly pleasures and hardships at all times. They come and go naturally. We are always live a life without worries, without afflictions because we know for sure that everything will pass. The Buddhist point of view on both optimism and pessimism is very clear: Buddhism is not optimistic nor pessimistic on human life. Two extremes of both optimism and pessimism are prevented by the moderate doctrine of Buddhism.

### ***XV. Buddhism vs Philosophy:***

The word philosophy comes from two words 'philo' which means 'love' and 'sophia' which means 'wisdom'. So philosophy is the love of wisdom or love and wisdom, both meanings describing Buddhism perfectly. Buddhism teaches that we should try to develop our intellectual capacity to the fullest so that we can understand clearly. It also teaches us to develop loving kindness and compassion so that we can become (be like) a true friend to all beings. So Buddhism is a philosophy but not just a philosophy. It is the supreme philosophy. As to whether Buddhism is a philosophy that depends upon the definition of the word; and whether it is possible to give the definition that will cover all existing systems of philosophical thought is doubtful. Etymologically philosophy means to love (Gr. Philein) wisdom (sophia). Philosophy has been both the seeking of wisdom and the wisdom sought. In Indian thought, philosophy should be to find out the ultimate truth. Buddhism also advocates the search for truth. But it is no mere speculative reasoning, a theoretical structure, a mere acquiring and storing of knowledge. The Buddha emphasizes the practical aspect of his teaching, the application of knowledge to life, looking into life and not merely at it. For the Buddha, the entire teaching is just the understanding of the unsatisfactory nature of all phenomenal existence and the cultivation of the path leading away from this unsatisfactoriness.

Buddhism means wisdom, therefore, Buddhism never accept superstitions (venerating the head of tiger, and buffalo, the snake and centipede deities, the Lares, consulting fortuneteller, reading the horoscope, etc.); however, superstitious beliefs and rituals are adopted to decorate a religion in order to attract the multitude. But after some time, the creeper which is planted to decorate the shrine outgrows and outshines the shrine, with the result that religious tenets are relegated to be the background and superstitious beliefs and rituals become predominant. The Buddha taught us to try to understand our fear, to lessen our desires and to calmly and courageously accept things we cannot change. He replaced fear, not with blindly and irrational belief but with rational understanding which corresponds to the truth. Furthermore, Buddhists do not believe in god because there does not

seem to be any concrete evidence to support this idea. Who can answer questions on god? Who is god? Is god masculine or feminine or neuter? Who can provide ample evidence with real, concrete, substantial or irrefutable facts to prove the existence of god? So far, no one can. Buddhists suspend judgment until such evidence is forthcoming. Besides, such belief in god is not necessary for a really meaningful and happy life. If you believe that god make your life meaningful and happy, so be it. But remember, more than two-thirds of the world do not believe in god and who can say that they don't have a meaningful and happy life? And who dare to say that those who believe in god, all have a meaningful and happy life? If you believe that god help you overcome disabilities and difficulties, so be it. But Buddhists do not accept the theological concept of salvation. In the contrary, based on the Buddha's own experience, he showed us that each human being had the capacity to purify the body and the mind, develop infinitive love and compassion and perfect understanding. He shifted the gods and heavens to the self-heart and encouraged us to find solution to our problems through self-understanding. Finally, such myths of god and creation concept has been superseded by scientific facts. Science has explained the origin of the universe completely without recourse to the god-idea. In Buddhism, faith in supernatural power is only a need to sooth the people in distressed situations. In extremely distressed situations, people have a tendency to turn to faith, or exterior power for support, consolation and blessing. Buddhism, on the contrary, is indifferent metaphysical and supernatural questions for Buddhism maintains and upholds the ability and intellectual capacity of man. In Buddhism, man must not be passive and dependent on others. In Buddhism, man has his own responsibility to free himself. Thus the Buddha taught in the Nirvana Sutra: "You must light the torch for yourselves. The Buddha is one who leads the way. The goal of liberation can be reached only by you yourselves and nobody else." Buddhists never believe in the belief which is not based on reason or fact but on association of imaginations or magics. If you can show us (Buddhists) a careful study of the existence of a god written by a scientist, we will concede that belief in god is not fabulous. But we (Buddhists) have never heard of any research on god, and scientists simply wouldn't bother to study such impossible things, so I say there is

no evidence for the existence of god. A long long time ago, when people had no knowledge of science, people were unable to explain the origin of the universe, so they turned to god as a creator of the universe, but in the twenty first century, scientists have explained very clearly on the origin of the universe without recourse to the god-idea. Thus we must see that our inability to explain the origin of the universe does not prove the existence of god or gods. Thus the Buddha always reminded his disciples: "Do not rush to believe in anything without examining carefully, even my teachings." Besides, the Buddha advised his disciples not to exercise psychic power in order to convert people with blind faith. He was referring to the miraculous power to walk on water, to exercise spirits, raise the dead and perform the so-called supernatural practices. He was also referring to the miracles of prophesy such as thought-reading, sooth-saying, fortune-telling, and so on. When people with blind faith see the performance of such powers, their faith deepens; however, this belief is not true belief because it does not come from their own realization of the truth, but due to the blind faith. With the Buddha, the miracle of realization is a real miracle. When a person knows that he is greedy, angry, ignorant, pride of his own self, and full of wrong views, etc, and he is willing to end these wrong and unwholesome actions, he really realizes a miracle for his own life. When a murderer, a thief, a terrorist, a drunkard or an adulterer is made to realize that what he had been doing is wrong and gives up his bad, immoral and harmful way of life, this change can be regarded as a real miracle. According to Buddhism, there exists a real miracle when we clearly see life is no more than a process from coming into being, to formation, changing and destruction with full of sufferings and afflictions. Therefore, in no way we can avoid both the process formation and destruction and sufferings and afflictions. The more we try to avoid our problems or the more we try not to think about our problems, the more we accumulate problems inside ourselves. When we clearly understand the true nature of sufferings and afflictions, we'll be able to deal with them more effectively. Also according to Buddhist points of view, all the causes of sufferings and afflictions are ignorance, craving and hatred. These are the "three poisons of the mind". Only by generating insight into the true nature of reality, we may be able to eliminate ignorance, able to achieve a

completely purified state of mind, able to see right from wrong, good from bad, as well as other harmful anger and hatred in our daily life. Of course, each one of us wishes to be free from sufferings and afflictions, for these are the first factors for a happy life. However, as long as we still rely on someone else to save us by eliminating the problems for us, we still fear, avoid and try not to engage to confront our own problems, and therefore, problems never voluntarily leave us. According to Buddhist points of view, sufferings and afflictions may be arisen as a result of our past karma. Understand this concept, we will never try to blame our problems on others. There is no reason for us to be too strict on ourselves, as human beings, we are all imperfect. Every one of us has at least once done some thing wrong. The important thing is whether or not we recognize and admit our wrong-doings that we have done in the past. If we admit that we're mistaken, there will be room for correction.

Buddhism is a philosophy that teaches people to live a happy life. It's also a religion that teaches people to end the cycle of birth and death. The main teachings of the Buddha focus on the Four Noble Truths and the Eightfold Noble Path. They are called "Noble" because they enoble one who understand them and they are called "Truths" because they correspond with reality. Buddhists neither believe in negative thoughts nor do they believe in pessimistic ideas. In the contrary, Buddhists believe in facts, irrefutable facts that all know, that all have aimed to experience and that all are striving to reach. Those who believe in god or gods usually claim that before an individual is created, he does not exist, then he comes into being through the will of a god. He lives his life and then according to what he believes during his life, he either goes to eternal heaven or eternal hell. Some believe that they come into being at conception due to natural causes, live and then die or cease to exist, that's it! Buddhism does not accept either of these concepts. According to the first explanation, if there exists a so-called almighty god who creates all beings with all his loving kindness and compassion, it is difficult to explain why so many people are born with the most dreadful deformities, or why so many people are born in poverty and hunger. It is nonsense and unjust for those who must fall into eternal hells because they do not believe and submit themselves to such a so-called almighty god. The second explanation is more



reasonable, but it still leaves several unanswered questions. Yes, conception due to natural causes, but how can a phenomenon so amazingly complex as consciousness develop from the simple meeting of two cells, the egg and the sperm? Buddhism agrees on natural causes; however, it offers more satisfactory explanation of where man came from and where he is going after his death. When we die, the mind, with all the tendencies, preferences, abilities and characteristics that have been developed and conditioned in this life, re-establishes itself in a fertilized egg. Thus the individual grows, is reborn and develops a personality conditioned by the mental characteristics that have been carried over by the new environment. The personality will change and be modified by conscious effort and conditioning factors like education, parental influence and society and once again at death, re-establish itself in a new fertilized egg. This process of dying and being reborn will continue until the conditions that cause it, craving and ignorance, cease. When they do, instead of being reborn, the mind attains a state called Nirvana and this is the ultimate goal of Buddhism.

A religion, especially an advanced religion like Buddhism, includes philosophy, morality, and ethics. Indeed, Buddhism can be said to consist almost entirely of the teaching of philosophy and morality. However, when we make a profound study of the teaching, we find there is something beyond this that touches our hearts directly. It is like a light that envelops us warmly and shines brightly, illuminating our way. It is something that enlivens us and allows us to develop fully according to our true potential. In other words, Buddhism is the teaching within the minds of all living beings. We can call all the truth, the Buddha's teaching or it can be called no teaching at all because it's the truth, it goes beyond human words. However, sincere Buddhists should always remember that the mind, the Buddha, and living beings are one and undifferentiated. Thus, no matter what religion you belong to, as long as you are a living being, Buddhism counts you as part of it for all living beings have the Buddha-nature.

According to Most Venerable Piyadassi in "The Buddha's Ancient Path," some prefer to call the teaching of the Buddha a religion, others call it a philosophy, still others think of it as both religion and philosophy. It may, however, be more correct to call it a "Way of Life". But that does not mean that Buddhism is nothing more than an ethical

code. Far from it, it is a way of moral, spiritual and intellectual training leading to a complete freedom of mind. The Buddha himself called his teaching “Dhamma-Vinaya”, the Doctrine and the Discipline. But Buddhism, in the strictest sense of the word, can not be called a religion, for if by religion is meant “action of conduct indicating belief in, reverence for, and desire to please, a divine ruling power; the exercise or practice of rites or observances implying this...; recognition on the part of man of some higher unseen power as having control of his destiny, and as being entitled to obedience, reverence, and worship.” Buddhism certainly is not such a religion. In Buddhist thought, there is no awareness or conviction of the existence of a Creator of any form who rewards and punishes the good and ill deeds of the creatures of his creation. A Buddhist takes refuge in the Buddha, but not in the hope that he will be saved by the Master. There is no such guarantee, the Buddha is only a teacher who points out the way and guides the followers to their individual deliverance.

Though we call the teaching of the Buddha “Buddhism”, thus including it among the “isms” and “ologies”, it does not really matter what we label it. Call it religion, philosophy, Buddhism, or by any other name you like. These labels are of little significance to one who goes in search of truth and deliverance. 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”.

#### ***XVI. Buddhism and Science:***

The main teachings of the Buddha focus on the Four Noble Truths and the Eightfold Noble Path. They are called “Noble” because they enoble one who understand them and they are called “Truths” because they correspond with reality. Buddhists neither believe in negative thoughts nor do they believe in pessimistic ideas. In the contrary, Buddhists believe in facts, irrefutable facts that all know, that all have aimed to experience and that all are striving to reach. Those who believe in god or gods usually claim that before an individual is

created, he does not exist, then he comes into being through the will of a god. He lives his life and then according to what he believes during his life, he either goes to eternal heaven or eternal hell. Some believe that they come into being at conception due to natural causes, live and then die or cease to exist, that's it! Buddhism does not accept either of these concepts. According to the first explanation, if there exists a so-called almighty god who creates all beings with all his loving kindness and compassion, it is difficult to explain why so many people are born with the most dreadful deformities, or why so many people are born in poverty and hunger. It is nonsense and unjust for those who must fall into eternal hells because they do not believe and submit themselves to such a so-called almighty god. The second explanation is more reasonable, but it still leaves several unanswered questions. Yes, conception due to natural causes, but how can a phenomenon so amazingly complex as consciousness develop from the simple meeting of two cells, the egg and the sperm? Buddhism agrees on natural causes; however, it offers more satisfactory explanation of where man came from and where he is going after his death. When we die, the mind, with all the tendencies, preferences, abilities and characteristics that have been developed and conditioned in this life, re-establishes itself in a fertilized egg. Thus the individual grows, is reborn and develops a personality conditioned by the mental characteristics that have been carried over by the new environment. The personality will change and be modified by conscious effort and conditioning factors like education, parental influence and society and once again at death, re-establish itself in a new fertilized egg. This process of dying and being reborn will continue until the conditions that cause it, craving and ignorance, cease. When they do, instead of being reborn, the mind attains a state called Nirvana and this is the ultimate goal of Buddhism.

Even though Science is not one of the main teachings in Buddhism, Buddhist theories are always in accord with science at all times. Albert Einstein confirmed: "If there is any religion that would cope with modern scientific needs, it would be Buddhism. Buddhism requires no revision to keep it up to date with recent scientific findings. Buddhism does not need to surrender its views to science, because it embraces science as well as goes beyond science." Also according to Egerton C. Baptist: "Science can give no assurance. But Buddhism can meet the

Atomic challenge, because the supermundane knowledge of Buddhism begins where science leave off. And this is clear enough to anyone who has made a study of Buddhism. For, through Buddhist meditation, the atomic constitudes making up matter have been seen and felt.”

***XVII. World of Peace and War in Buddhist Point of View:***

According to Buddhist point of view, to establish a better world, a world of peace, harmony and mutual love between peoples, we must begin by cultivating ourselves. For the collective karma of the world is nothing but a reflection of the individual karma of the individuals that make up the world. To cultivate our karma we must begin with the mind. Also according to Buddhism, all kinds of action are nothing but outward expressions of what transpires in the mind. If our minds are filled with hatred, what will happen? We will make many enemies. But if our minds are filled with love, we will make many friends. What stirs in the mind reveals itself outwardly in the world. Thus everything depends upon the mind of man. Confucius expresses the same idea when he says: “If there be righteousness in the mind, there will be beauty in the character. If there be beauty in the character, there will be harmony in the home. If there be harmony in the home, there will be order in the nation. If there be order in the nation, there will be peace in the world.” Therefore, according to the Buddhist point of view, if we wish to have a peaceful world, we must first begin to improve ourselves; we must cultivate our persons and rectify our minds. If we improve ourselves, then we can build up a happy and harmonious family life. When a nation is made up of harmonious families, then the nation will be well-ordered. And with well-ordered nations, we can establish peace in the world. According to Buddhism, the way to peace lies through peace: we must develop peace within ourselves if we hope to establish peace in the world. The condition of the world is the product of the deeds, words, and thoughts of the people that make up the world. If everyone practices better action, better speech, and better thought, then the world will be much better.

Buddhists should always follow the teachings of the Buddha, especially the first precept of “prohibiting killing.” In more than 2,500 years of Buddhist history, there were some cases of fighting between monks, or fighting with civil authorities in Tibet and Japan However,

invasion in the name of religion is unknown in Buddhism (one country invades other countries to spread a religion never happens in any Buddhist countries). In the past, reasons for monks in Tibet fought with other monks and with civil authorities were mainly concerned with money and power, not with the propagation of Buddhism. The same reasons for the fighting among monks and civil authorities in Japan. In Sri Lanka, king Dutthagamani launched battles to fight against Damilas dynasty of the Tamils who tried to invade Ceyland at the time, king Dutthagamani never put forward any battles with the intention of invasion of the continent of India for the spreading of Buddhism. The Buddha teaches us not to kill, but he never teaches us not to fight against enemies to protect our country.

***XVIII. Pragmatism of Buddhism:***

Buddhism addresses only practical problems, not in academic questions and metaphysical theories. According to the Chulamalunkya Sutra, the Buddha expressed very clearly about the pragmatic approach of Buddhism in everything. The Buddha himself made use of the parable of a wounded man. In the story, a man wounded by an arrow wishes to know who shot the arrow, the direction from which it came, whether the arrowhead is made of bone or steel, and what kind of wood the shaft is made of before he will let the arrow be removed. The Buddha wanted to imply the man's attitude with the attitude of those who want to know about the origin of the universe, whether it is eternal or not, finite in space or not, and so on, before they will undertake to practice a religion. According to the Buddha, these people are people of idle talks and pleasure discussions. Such people will die uselessly before they ever have the answers to all their irrelevant questions, just as the man in the parable will die before he has all the answers he seeks about the origin and nature of the arrow. Thus the Buddha taught: "Mankind's most important priority is the reduction and elimination of suffering, and try not to waste the precious time on irrelevant inquiries.

According to Buddhism, a Buddhist cultivator is similar to a man who was trying to escape from a group of bandits came to a vast stretch of water that was in his way. He knew that this side of the shore was dangerous and the other side was safe. However, there was no boat going to the other shore, nor was there any bridge for crossing over. So

he quickly gather wood, branches and leaves to make a raft, and with the help of the raft, he crossed 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." Buddha's teaching is like a raft, a means of crossing the river, the raft being left when the crossing has been made.

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."

***XIX. Buddhist Concept on Fate:***

Buddhism has no concern with either determinism or determinateness because it is a religion of self-creation. It holds the theory of free will within the sphere of human beings. Buddhism, therefore, has nothing to do with fatalism, for it does not admit the existence of anything like destiny or the decree of fate. According to Buddhism, all living beings have assumed the present life as the result of self-creation, and are, even at present, in the midst of creating themselves. Birth and death are not the predestined fate of a living being but only a corollary of action or karma. One who acts must sooner or later reap the result of such action. Nobody can determine

the fate of anybody else in this universe. In the Dharmapada Sutra, the Buddha taught: “All that we are is the result of what we have thought; it is founded on our thoughts; it is made up of our thoughts.” Thus, there is no room for the idea of “Creation” in Buddhism.

According to fatalism, each of us has a fate which we cannot change and about which we can do nothing. As they says “Whatever will be will be.” In this philosophy the agent that determine destiny is not, as in the theistic position, a personal God, but rather a mysterious impersonal power called “Fate” which transcends our understanding and hence our ability to persuade or manipulate. In Buddhism, there exists no such “destiny.” In fact, Buddhism consider this as a way or a path of going. Our destiny issues from our character, our character from our habits, our habits from our acts, and our acts from our thoughts. And since thoughts issue from the mind the ultimate determinant of our destiny. In fact, the mind is the only creator Buddhism recognizes, and the power of the mind the only significant power in the world. As Milton, an English poet in the seventeenth century, says: “The mind can make a heaven of hell, and a hell of heaven.” If we think good thoughts, our acts cannot be bad. By thinking good thoughts, we will produce better actions, develop better habits, mold better characters and inherit better destiny. According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are five gati According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are five gati (destinations, destinies): hells, hungry ghosts or starving demons or the realm of hungry ghosts, animals, human beings or humankind, and devas or heaven or deva world.

### ***XX. Buddhism and Epistemology:***

Concerning epistemological questions, Buddhism has much more to say than any other philosophy. As sources of cognition Buddhism recognizes the world of sensation (Pratyaksa-pramana), the world of inference (anumana) and the world of pure intuition (dhyana). Thus sense-data, reason and inner experience resulting from intuition will all provide the content of knowledge. Besides these we can appeal in every case to the Word that has been uttered from the world of perfect enlightenment (Bodhi), i.e., the Buddha (the Enlightened). Even in the epistemological questions, Buddhism always bases on the truth of

“Cause and Effect” or the truth of “Karma and Retribution” to solve most the world problems, not to utilize any blind faith in the epistemological questions. According to Buddhist literature, the Buddha ridiculed all deluded rituals of the Brahmans and accused the priests of fabricating them for no better reason than to make money from the wealthy and to manipulate the power. However, this ridicule of Brahman rituals led to challenging the authority of the Vedic literature that the Brahman priests considered sacred. These Brahman priests refused to accept the theory of causation. They continued to follow perverted (wrong) views or opinions, not consistent with the dharma. This view arises from a misconception of the real characteristic of existence. There were at least sixty-two heretical views (views of the externalist or non-Buddhist views) in the Buddha’s time. On the contrary, Buddhism emphasizes on theory of causation. Understanding the theory of causation means to solve most of the question of the causes of sufferings and afflictions. Not understanding or refuse of understanding of the theory of causation means a kind of wrong view in Buddhism. According to the Buddha, sentient beings suffer from sufferings and afflictions because of desires, aversions, and delusion, and the causes of these harmful actions are not only from ignorance, but also from wrong views. Later Dharmakirti criticized the Brahmanical doctrine of the special authority of the Veda, which the Brahmans supposed had been revealed to human beings by God, which no one can confirm. On the other hand, the Buddha taught nothing but principles that every human being could confirm. However, a full confirmation of the Buddha’s teachings was said to be impossible for a person whose vision was still clouded by delusions. Concerning epistemological questions, Buddhism has much more to say than any other philosophy. As sources of cognition Buddhism recognizes the world of sensation (Pratyaksa-pramana), the world of inference (anumana) and the world of pure intuition (dhyana). Thus sense-data, reason and inner experience resulting from intuition will all provide the content of knowledge. Besides these we can appeal in every case to the Word that has been uttered from the world of perfect enlightenment (Bodhi), i.e., the Buddha (the Enlightened).



***XXI. Buddhism and a So-Called “Creator”:***

In Buddhism, there is no distinction between a divine or a supreme being and common mortals. The highest form of being is the Buddha. All people have the inherent ability and potential to become Buddhas if they follow and cultivate the teachings set forth by Shakyamuni Buddha. By following the Buddha’s teachings and Buddhist practices, anyone can eventually become Buddhas. A Buddha is also a human being, but one who comes to a realization and thoroughly understands the workings and meaning of life and the universe. When one comes to that realization and truly knows and understands oneself and everything, he is called “Buddha” or he is said to have attained enlightenment. He is also called “the Enlightened One.”

Externalists believe that there exists a so-called “Creator” or “Almighty God” who makes (creates) and transforms all being at his will. The Buddha taught that there is no so-called “Creator God.” Human beings were not created by a creator god, nor are they the result of a long process of evolution, as suggested by Darwinian and Neo-Darwinian evolutionary theory. According to the Digha Nikaya sutra, both physical world and beings are not the products of any creator, but merely the products of an evolutionary process. In other words, everything in this world whether good or bad, lucky or unlucky, happy or sad, all come from the power of a supreme Creator, the only Ruler to have the power of reward and punishment. Buddhism, in the contrary, is not a system of blind faith and worship. In Buddhism, there is no such thing as belief in a body of dogmas which have to be taken on faith, or such belief in a Supreme Being. As a matter of fact, Buddhism does not believe that there exists a so-called Absolute God that is essentially transcendent to human beings. So the Buddha teaches “Dependent Co-origination” or “Conditional Co-production” as the dharma or the truth. This teaching emphasizes that everything is temporally and ontologically interdependent, co-arising and co-ceasing with everything else. Nothing exists independently, or can be said to be self-existing. Buddhism does not believe the notion of ‘one enduring reality underlying the universe’; nor does Buddhism accept the monotheistic notion of One Absolute God as the ultimate reality. According to the Buddha’s teaching, there have always been people, though not necessarily on our planet. The appearance of physical

human bodies in anywhere begins with the mental generation of human karma. Mind, not physical body, is the primary factor in this process. Human beings are not a special product of a so-called God and are not independent of the other forms of sentient life in the universe and can be reborn in others of the six paths of rebirth. Likewise, other sentient beings can be reborn as human beings.

Other religions believe that God gives his doctrine in the form of a message to one man who then spread it to others, so they must believe what the man has said even though the so-called “Creator” he has claimed is always invisible to them. The Buddha on the other hand, whenever the Buddha spoke anything, it was because he had personally experimented the validity of the saying for himself as an ordinary human being. He claimed no divinity. He never claimed anything like receiving knowledge from outside sources. Throughout His ministry He always asserted that His listeners were free to question Him and challenge His Teachings so that they could personally realize the truth. Therefore He said: “Come and see, not come and believe.” Sincere Buddhists should ask ourselves which is more to reliable, the testimony of one who speaks from personal experience, or that of one who claims to have heard it from someone else who is always invisible.

***XXII. Do no Evil, to Do Only Good, to Purify the Mind:***

In order to terminate the suffering and affliction in life, The Buddha advises his fourfold disciple: “Do no evil, to do only good, to purify the mind.” In the Agama Sutra, the Buddha taught: “Do not commit wrongs, devoutly practice all kinds of good, and purify the mind, that’s Buddhism” or “To do no evil, to do only good, to purify the will, is the doctrine of all Buddhas.” These four sentences are said to include all the Buddha-teaching. The Buddha’s teachings in the Dharmapada Sutra: “A wise man should abandon the way of woeful states and follows the bright way. He should go from his home to the homeless state and live in accordance with the rules for Sramanas (Dharmapada 87). A wise man should purge himself from all the impurities of the mind, give up sensual pleasures, and seek great delight in Nirvana (Dharmapada 88). Those whose minds are well-trained and well-perfected in the seven factors of enlightenment, who give up of grasping, abandon defiled minds, and eradicate all

afflictions. They are shinning ones and have completely liberated and attained Nirvana even in this world (Dharmapada 89).”

However, the Buddha’s teachings are usually easy to speak but very difficult to put in practice. Yes! “Not to commit any sin, to do good, and to purify one’s mind.” Buddha’s teaching is so easy to speak about, but very difficult to put into practice. The Buddha’s teaching is so easy that a child of three knows how to speak, but it is so difficult that even an old man of eighty finds it difficult to practice. According to the Forty-Two Sections Sutra, Chapter 18, the Buddha said: “My Dharma is the mindfulness that is both mindfulness and no-mindfulness. It is the practice that is both practice and non-practice. It is words that are words and non-words. It is cultivation that is cultivation and non-cultivation. Those who understand are near to it; those who are confused are far from it indeed. The path of words and language is cut off; it cannot be categorized as a thing. If you are off (removed) by a hair’s breadth, you lose it in an instant.”

### ***XXIII. Happiness in Buddhist Points of View:***

Modern man seems to seek happiness outside instead of seeking it within. However, happiness does not depend on the external world. Science and technology seem to promise that they can turn this world into a paradise. Therefore, there is ceaseless work going on in all directions to improve the world. Scientists are pursuing their methods and experiments with undiminished vigour and determination. Man’s quest to unravel the hidden secrets of nature continued unabated. Modern discoveries and methods of communication have produced startling results. All these improvements, though they have their advantages and rewards, are entirely material and external. In spite of all this, man cannot yet control his own mind, he is not better for all his scientific progress. Within this conflux of mind and body of man, however, there are unexplored marvels to keep men of science occupied for many years. What can be borne with ease is happiness. However, happiness resulting from mental stability is the most important for the ultimate goal of human lives is happiness and joyfulness. Ordinary happiness is the gratification of a desire. However, as soon as the thing desired is achieved, then we desire something else or some other kind of happiness, for our selfish desires

are endless. We usually seek pleasant feelings and avoid unpleasant feelings through our sensory experience of the eyes, ears, nose, tongue and body. However, there is another level of experience: mental experience. True happiness should also be pursued on the mental level. Thus, according to Buddhism, genuine happiness cannot be defined by material and sensual satisfactions, but only by means of spiritual development and opening of wisdom so that we always acknowledge others and their needs. Sincere Buddhists should always remember that true happiness is only originated from a virtuous life. Money cannot buy happiness, or wealth does not always conduce to happiness. In fact, real happiness is found within, and is not be defined in terms of wealth, power, honours, or conquests.

Herein a clansman has wealth acquired by energetic striving, amassed by strength of arm, won by sweat, and lawfully gotten. At this thought, bliss and satisfaction come to him. He or she enjoys his/her wealth and does meritorious deeds. This is call the real bliss. The Buddha enumerates some kinds of happiness for a layman. They are the happiness of possession, health, wealth, longevity, beauty, joy, strength, property, children, etc. The Buddha does not advise all of us to renounce our worldly lives and pleasures and retire to solitude. However, he advised lay disciples to share the enjoyment of wealth with others. We should use wealth for ourselves, but we should also use wealth for the welfare of others. What we have is only temporary; what we preserve we leave and go. Only karmas will have to go with us along the endless cycle of births and deaths. The Buddha taught about the happiness of lay disciples as follows: “A poor, but peace life is real happiness. Leading a blameless life is one of the best sources of happiness, for a blameless person is a blessing to himself and to others. He is admired by all and feels happier, being affected by the peaceful vibrations of others. However, it is very difficult to get a good name from all. The wisemen try to be indifferent to external approbation, try to obtain the spiritual happiness by transcending of material pleasures.” Then the Buddha continued to remind monks and nuns: “Nirvana bliss, which is the bliss of relief from suffering, is the highest form of happiness.”

Many people believe that they can solve all their problems if they have money, so they're always busy to exhaust their energy to collect

more and more money. The more money they have, the more they want to collect. They don't realize that money cannot buy happiness, or wealth does not always conduce to happiness. In fact, real happiness is found within, and is not be defined in terms of wealth, power, honours, or conquests. If we compare the mental and physical levels of happiness, we'll find that mental experiences of pain and pleasure are actually more powerful than those of physical experiences. Devout Buddhists should always remember that your property will remain when you die. Your friends and relatives will follow you up to your grave. But only good or bad actions you have done will follow you beyond the grave. Thus, wealth can only be used to decorate your house but not you. Only your own virtue can decorate you. Your dress can decorate your body, but not you; only your good conduct can decorate you. Ordinary happiness is the gratification of a desire. However, as soon as the thing desired is achieved, then we desire something else or some other kind of happiness, for our selfish desires are endless. We usually seek pleasant feelings and avoid unpleasant feelings through our sensory experience of the eyes, ears, nose, tongue and body. However, there is another level of experience: mental experience. True happiness should also be pursued on the mental level. In the Anguttara Nikaya Sutra, the Buddha commented on the four kinds of bliss a layman enjoy as follow: the bliss of ownership, herein a clansman has wealth acquired by energetic striving, amassed by strength of arm, won by sweat, and lawfully gotten. At this thought, bliss and satisfaction come to him; the bliss of wealth, herein a clansman by means of wealth acquired by energetic striving, both enjoys his wealth and does meritorious deeds. At this thought, bliss and satisfaction come to him; the bliss of debtlessness, herein a clansman owes no debt, great or small, to anyone. At the thought, bliss and satisfaction come to him; the bliss of blamelessness, herein the Aryan disciple is blessed with blameless action of body, blameless action of speech, blameless action of mind. At the thought, bliss and satisfaction come to him.

For those who are cultivating mindfulness, the secret of happiness lies in doing what needs be done now and not worrying about the past and the future. We cannot go back to change things in the past nor can we anticipate what will happen in the future. There is but one moment

of time over which we have some relatively conscious control and that is the present. According to Buddhist theory, a happy life means always to maintain a peaceful and happy mind. For monks and nuns, they should be always self-content and willing to practice religious disciplines. So long as a person still cherishes resentment, his mental attitude does not embody the ideal way of true believer of the Buddhist teaching; whatever misfortune may befall him, he must maintain a peaceful and calm mind. While peace can exist only in the present moment. It is ridiculous to say, "Wait until I finish this, then I will be free to live in peace." What is "this?" A degree, a job, a house, a car, the payment of a debt? If you think that way, peace will never come. There is always another "this" that will follow the present one. According to Buddhism, if you are not living in peace at this moment, you will never be able to. If you truly want to be at peace, you must be at peace right now. Otherwise, there is only "the hope of peace some day." In order to be able to attain a peaceful and happy life, we must possess a peaceful and concentrated mind. This mind is always good for any cultivator. Devoted Buddhists should always make the mind peaceful, concentrated, and use this concentration to examine the mind and body. When the mind is not peaceful, we should also watch. Then we will know true peace, because we will see impermanence. Even peace must be seen as impermanent. If we are attached to peaceful states of mind, we will suffer when we do not have them. Give up everything, even peace. To do this, we all have a peace and happiness in this very life. In Buddhism, Nirvana is called the Supreme happiness and this happiness is brought about by the complete calming, the utter ceasing of all sensations. Now, this saying, indeed, confuses us completely, we who have experienced so many pleasant feelings with our sense faculties. In the Anguttara Nikaya, the Venerable Udayi, a disciple of the Buddha, was confronted with this very problem. The Venerable Sariputta addressing the monks said: "It is Nibbana, friends, that is happiness; it is Nibbana, friends, that is happiness." Then the Venerable Udayi asked: "But what, friend Sariputta, is happiness, since herein there is no feeling?" Sariputta responded: "Just this, friend, is happiness, that herein there is no feeling." This saying of Venerable Sariputta is fully supported by the following one of the Buddha in the Samyutta Nikaya: "Whatever is experienced, sensed, felt all that is

suffering.” Thus, Nibbana or Supreme happiness is a state realizable in this very life. The thinker, the inquiring mind, will not find it difficult to understand this state.

Happiness of practitioners of mindfulness is practicing dharmas or the Joy of the Law, the joy of hearing or tasting dharma. According to the Vimalakirti Sutra, Chapter Bodhisattvas, a demon pretended to be Indra, offered twelve thousand goddesses (devakanya) to the Bodhisattva Ruler of the World. The demon said to the Ruler of the World Bodhisattva: “Bodhisattva, please take these twelve thousand goddesses who will serve you.” The Ruler of the World Bodhisattva replied: “Sakra, please do not make to a monk this unclean offering which does not suit me.” “Even before the Ruler of the World Bodhisattva had finished speaking, Vimalakirti came and said: “He is not Sakra; he is a demon who comes to disturb you.” He then said to the demon: ‘You can give me these girls and I will keep them.’ The demon was frightened, and being afraid that Vimalakirti might give him trouble, he tried to make himself invisible but failed, and in spite of his use of supernatural powers he could not go away. Suddenly a voice was heard in the air, saying: ‘Demon, give him the girls and then you can go.’ Being scared, he gave the girls.’ At that time, Vimalakirti said to them: “The demon has given you to me. You can now develop a mind set on the quest of supreme enlightenment.” Vimalakirti then expounded the Dharma to them urging them to seek the truth. He declared: “You have now set your minds on the quest for the truth and can experience joy in the Dharma instead of in the five worldly pleasures (arising from the objects of the five senses).” The goddesses asked him: ‘What is this Happiness in the Dharma?’ He replied: “Happiness in having faith in the Buddha, happiness in listening to the Dharma, happiness in making offerings to the Sangha, and happiness in forsaking the five worldly pleasures; happiness in finding out that the five aggregates are like deadly enemies, that the four elements (that make the body) are like poisonous snakes, and that the sense organs and their objects are empty like space; happiness in following and upholding the truth; happiness in being beneficial to living beings; happiness in revering and making offerings to your masters; happiness in spreading the practice of charity (dana); happiness in firmly keeping the rules of discipline (sila); happiness in forbearance (ksanti);

happiness in unflinching zeal (virya) to sow all excellent roots; happiness in unperturbed serenity (dhyana); happiness in wiping out all defilement that screens clear wisdom (prajna); happiness in expanding the enlightened (bodhi) mind; happiness in overcoming all demons; happiness in eradicating all troubles (klesa); happiness in purifying the Buddha land; happiness in winning merits from excellent physical marks; happiness in embellishing the bodhimandala (the holy site); happiness in fearlessness to hear (and understand) the profound Dharma; happiness in the three perfect doors to nirvana (i.e. voidness, formlessness and inactivity) as contrasted with their incomplete counterparts (which still cling to the notion of objective realization); happiness of being with those studying the same Dharma and happiness in the freedom from hindrance when amongst those who do not study it; happiness to guide and convert evil men and to be with men of good counsel; happiness in the state of purity and cleanness; happiness in the practice of countless conditions contributory to enlightenment. All this is the Bodhisattva happiness in the Dharma.”

The Buddha enumerates some kinds of happiness for a layman. They are the happiness of possession, health, wealth, longevity, beauty, joy, strength, property, children, etc. The Buddha does not advise all of us to renounce our worldly lives and pleasures and retire to solitude. However, he advised lay disciples to share the enjoyment of wealth with others. We should use wealth for ourselves, but we should also use wealth for the welfare of others. What we have is only temporary; what we preserve we leave and go. Only karmas will have to go with us along the endless cycle of births and deaths. Thus we must try to recognize and eliminate the powerful emotions we possess such as desire, hatred, anger, ignorance, pride, doubt, wrong views, etc., for they tend not to bring us long happiness. A fulfilled desire may provide us a sense of temporary satisfaction, but it will not last long. For example, we are satisfied with a new car we just bought, but for how long that satisfaction can last? Soon after the car will become old and broken, and that would cause us dissatisfactions and sufferings. Thus, the Buddha taught about the happiness of lay disciples as follows: “A poor, but peace life is real happiness. Leading a blameless life is one of the best sources of happiness, for a blameless person is a blessing to himself and to others. He is admired by all and feels



happier, being affected by the peaceful vibrations of others. However, it is very difficult to get a good name from all. The wisemen try to be indifferent to external approbation, try to obtain the spiritual happiness by transcending of material pleasures.” Then the Buddha continued to remind monks and nuns: “Nirvana bliss, which is the bliss of relief from suffering, is the highest form of happiness.” In the Dharmapada Sutra, the Buddha taught: “Happy is the birth of Buddhas! Happy is the teaching of the True Law! Happy is the harmony in the sangha! Happy is the discipline of the united ones! (Dharmapada 194). Oh! Happily do we live without hatred among the hateful! Among hateful men we dwell unhating! (Dharmapada 197). Oh! Happily do we live in good health among the ailing! Among the ailing we dwell in good health! (Dharmapada 198). Oh! Happily do we live without greed for sensual pleasures among the greedy! Among the greedy we dwell free from greed! (Dharmapada 199). Oh! Happily do we live without any hindrance. We shall always live in peace and joy as the gods of the Radiant Realm (Dharmapada 200). Victory breeds hatred, defeat breeds suffering; giving up both victory and defeat will lead us to a peaceful and happy life (Dharmapada 201). There is no fire like lust; no evil like hatred. There is no ill like the body; no bliss higher than Nirvana (Dharmapada 202). Hunger is the greatest disease, aggregates are the greatest suffering. Knowing this as it really is, the wise realize Nirvana: supreme happiness (203). Good health is a great benefit, contentment is the richest, trust is the best kinsmen, Nirvana is the highest bliss (204). He who has tasted the flavour of seclusion and tranquility, will prefer to the taste of the joy of the Dharma, and to be free from fear and sin (Dharmapada 205). To meet the sage is good, to live with them is ever happy. If a man has not ever seen the foolish, he may ever be happy (206). He who companies with fools grieves for a long time. To be with the foolish is ever painful as with an enemy. To associate with the wise is ever happy like meeting with kinsfolk (Dharmapada 207). Therefore, one should be with the wise, the learned, the enduring, the dutiful and the noble. To be with a man of such virtue and intellect as the moon follows the starry path (Dharmapada 208). If by giving up a small happiness or pleasure, one may behold a larger joy. A far-seeing and wise man will do this (a wise

man will leave the small pleasure and look for a larger one) (Dharmapada 290).”

In the Sutta of Blessing, the Buddha taught both human beings and gods on how to achieve a happy life. Thus, I have heard: On one occasion the ‘Exalted One’ was dwelling at the monastery of Anathapindika, in Jeta Grove, near Savatthi. Now when the night was far spent, a certain deity, whose surpassing splendour illuminated the entire Jeta Grove, came to the presence of the ‘Exalted One’ and drawing near, respectfully saluted him and stood at one side. Standing, he addressed the ‘Exalted One’ in verse: “Many deities and men, yearning after good, have pondered on blessings. Pray and tell me the highest blessings. Not to associate with fools, to associate with the wise and to honour those who are worthy of honour, this is the highest blessing. To reside in a suitable locality, to have done meritorious actions in the past and to set oneself in the right course, this is the highest blessing. Vast learning, perfect handicraft, a highly trained discipline and pleasant speech, this the highest blessing. The support of father and mother, the cherishing of a wife and children and peaceful occupations, this is the highest blessing. Liberality (freedom), righteous conduct, the helping of relatives and blameless actions, this is the highest blessing. To cease and abstain from evil, forbearance with respect to intoxicants and steadfastness in virtue, this is the highest blessing. Reverence, humility, contentment, gratitude and opportune hearing of the Dharma, this is the highest blessing. Patience, obedience, sight of Samanas and religious discussions at due season, this is the highest blessing. Self-control, holy life, perception of the Noble truths and the realization of Nivarna, this is the highest blessing. He whose mind does not flutter by contact with worldly contingencies, sorrowless (without sorrow), stainless (without stain), and secure, this is the highest blessing. To them, fulfilling matters such as these, everywhere invincible and in every way moving happily, these are the highest blessings.

The Buddha taught about Happiness in the Ratana Sutta as follows: Whatever beings are assembled, whether terrestrial or celestial, may every being be happy! Moreover, may they be attentively listen to my words! Accordingly, give good heed to all beings; show your love to the humans who day and night bring offerings to you. Wherefore guard

them zealously. Whatsoever treasure there be either here or in the world beyond or whatever precious jewel in the heavens yet there is non-comparable with the 'Accomplished One.' Truly, in the Buddha, is this precious jewel. By this truth may there be happiness! The tranquil Sage of the Sakya realized that cessation, passion-free (free of passion), immortality supreme, there is no comparable with that of the Dharma. Truly, in the Dharma, is this precious jewel. By this truth may there be happiness! That sanctity praised by the Buddha Supreme, is described as "concentration without interruption." There is nothing like that concentration. Truly, in the Dharma, is this precious jewel. By this truth may there be happiness! Those eight individuals, praised by the virtuous, constitute four pairs. They, worthy of offerings, the disciples of the 'Welcome One,' to these gifts given yield abundant fruit. Truly, in the Sangha, is this precious jewel. By this truth may there be happiness! With steadfast mind, applying themselves thoroughly in the dispensation (delivery) of the Gotama, exempt from passion, they have attained to that which should be attained and plunging into the deathless, they enjoy the peace obtained without price. Truly, in the Sangha is this precious jewel. By this truth may there be happiness! Just as a firm post sunk in the earth cannot be shaken by the four winds, so do I declare him to be a righteous person, who thoroughly perceives the Noble Truths. Truly, in the Sangha, is this precious jewel! By this truth may there be happiness! Those who comprehend clearly the Noble Truths, well taught by him of deep wisdom (do not, however, exceeding heedless they may be, undergo an eight birth). Truly, in the Sangha, is this precious jewel. By this truth may there be happiness! For him with the development of insight three conditions come to none namely, illusion, doubt, and indulgence in wrong rites and ceremonies, should there be any. From the four states of misery, he is now absolutely freed and is incapable of committing the six heinous crimes. Whatever evil deeds he does (whether by deeds, word or thought), he is incapable of hiding it: for it had been said that such an act is impossible for one who has seen the Path. Like unto the woodland groves with blossomed tree-tops in the first heat of the summer season, had the sublime doctrine that leads to Nirvana been taught for the highest good. Truly, in the Buddha, is this precious jewel. By this truth may there be happiness! The Unrivalled (Unparalleled) Excellent One,

the Knower, the giver, and bringer of the Excellent has expounded the excellent Doctrine. Truly, in the Buddha, is this precious jewel. By this truth may there be happiness! The past is extinct, future has not yet come, their minds are not attached to a future birth, their desires do not grow, those wise ones go out even as this lamp. Truly, in the Sangha, is this precious jewel. By this truth may there be happiness! We, beings here assembled, whether terrestrial or celestial, salute the accomplished Buddha, honoured by gods and humans. May there be happiness! We, beings here assembled whether terrestrial or celestial, salute the accomplished Buddha, honoured by gods and humans. May there be happiness! We, beings here assembled whether terrestrial or celestial, salute the accomplished Buddha, honoured by gods and humans. May there be happiness!

According to The Lotus Sutra, there are four means of attaining to a happy contentment. In that sutra, the Buddha teaches us how to behave, to to speak, what kind of mental attitude to maintain, and how to endeavor to realize our ideal. Pleasant practice of the body, or to attain a happy contentment by proper direction of the deeds of the body. The Buddha taught the pleasant practice of the body by dividing it into two parts, a Bodhisattva's spheres of action and of intimacy. A Bodhisattva's sphere of action means his fundamental attitude as the basis of his personal behavior. A Bodhisattva is patient, gentle, and agreeable, and is neither hasty nor overbearing, his mind is always unperturbed. Unlike ordinary people, he is not conceited or boastful about his own good works. He must see all things in their reality. He never take a partial view of things. He acts toward all people with the same compassion and never making show of it. A Bodhisattva's sphere of intimacy. The Buddha teaches a Bodhisattva's sphere of intimacy by dividing it into ten areas: a Bodhisattva is not intimate with men of high position and influence in order to gain some benefit, nor does he compromise his preaching of the Law to them through excessive familiarity with them; a Bodhisattva is not intimate with heretics, composers of worldly literature or poetry, nor with those who chase for worldly life, nor with those who don't care about life. Thus, a Bodhisattva must always be on the "Middle Way," not adversely affected by the impurity of the above mentioned people; a Bodhisattva does not resort to brutal sports, such as boxing and wrestling, nor the

various juggling performances of dancers and others; a Bodhisattva does not consort personally with those who kill creatures to make a living, such as butchers, fishermen, and hunters, and does not develop a callous attitude toward engaging in cruel conduct; a Bodhisattva does not consort with monks and nuns who seek peace and happiness for themselves and don't care about other people, and who satisfy with their own personal isolation from earthly existence. Moreover, he does not become infected by their selfish ideas, nor develop a tendency to compromise with them in listening to the laws preached by them. If they come to him to hear the Law, he takes the opportunity to preach it, expect nothing in return; when he preaches the Law to women, he does not display an appearance capable of arousing passionate thoughts, and he maintains a correct mental attitude with great strictness; he does not become friendly with any hermaphrodite. This means that he needs to take a very prudent attitude when he teaches such a deformed person; he does not enter the homes of others alone. If for some reason he must do so, then he thinks single-mindedly of the Buddha. This is the Buddha's admonition to the Bodhisattva to go everywhere together with the Buddha; if he preaches the Law to lay women, he does not display his teeth in smile nor let his breast be seen; he takes no pleasure in keeping young pupils and children by his side. On the contrary, the Buddha admonishes the Bodhisattva ever to prefer meditation and seclusion and also to cultivate and control his mind. Pleasant practice of the mouth, or to attain a happy contentment by the words of the mouth: a Bodhisattva takes no pleasure in telling of the errors of other people or of the sutras; a Bodhisattva does not despise other preachers; he does not speak of the good and evil, the merits and demerits of other people, nor does he single out Sravakas by name and broadcast their errors and sins; he does not praise virtues and does not beget a jealous mind; he always maintains a cheerful and open mind. If someone asks difficult questions, he does not answer if he does not know the answer. Pleasant practice of the mind, or to attain a happy contentment by the thoughts of the mind: he does not harbor an envious or deceitful mind; he does not slight or abuse other learners of the Buddha's teachings, even if they are beginners, nor does he seek out their excesses and shortcomings; if there are people who seek the Bodhisattva-way, he does not distress them, causing them to feel doubt

and regret, nor does he say discouraging things to them; he should not indulge in discussions about the laws or engage in dispute but should devote himself to discussion of the practice to save all living beings; he should think of saving all living beings from their sufferings through his great compassion; he should think of the Buddhas as benevolent fathers; he should think of the Bodhisattvas as his great teachers; he should preach the Law equally to all living beings. Pleasant practice of the vow, or to attain a happy contentment by the will to preach all sutras. In the Dharma ending age, Bodhisattvas should beget a spirit of great charity toward both laypeople and monks who are not yet Bodhisattvas with a spirit of great compassion.

***XXIV. "Marriage" According to the Buddhist Point of View:***

According to the dictionary, marriage means a mutual relationship of a man and a woman. They are joined in a special kind of social legal dependence for the purpose of founding and maintaining a family. In a true marriage, husband and wife think more of the partnership or of their family than they do of themselves. They sacrifice for the sake of their family more than for themselves. In Buddhism, if you don't have the great opportunity to renounce the world, there is nothing wrong with getting marriage; however, marriage should be considered as a process of life and should be treated as a good opportunity for a lay Buddhist to put his or her cultivation into practice. Many people turn their marriage life a miserable one due to lack of understanding, tolerance and patience. Poverty is not really the main cause of an unhappy life, for thousands of years ago people still had a happy married life without that much materials of nowadays society. Husband and wife need to respect each other at all times; they also need to learn to share the pleasure and pain of everything in their daily life. Mutual respect and understanding are extremely important for a happy family life.

There are no canonical Buddhist marriage ceremonies, and Buddhist monks have traditionally avoided participation in the process of marriage, which is not surprising for the Buddha's emphasis was on a monastic community whose members should dissociate themselves from worldly life and its concerns. Marriage is generally seen in Buddhism as part of a process that leads to birth, aging, and death, and

the household life is commonly characterized in Buddhist texts as involving people in a web of entanglements that inevitably lead to sufferings and afflictions. Moreover, the Pratimoksa contains a passage stating: “If some of this Samgha acts as an intermediary, bringing a man and a woman together, whether for the purpose of marriage or for a single act of intercourse, there is an offence of wrong-doing and that monk person should repent before the assembly of monks.” Despite this, it is common for monks to be invited to wedding ceremonies. If they choose to attend any wedding ceremonies, they should selected Buddhist texts that pray for peace and happiness in that new family. They do not however, play any role in the ritual joining of the bride and groom in marriage. Monks and nuns should always remember that wedding ceremonies as secular affairs of lay community and should be performed by lay people. Nowadays a number of Buddhist orders prepare wedding rituals in order to meet the needs and belief of their laypeople and when monks are invited to attend such wedding ceremonies, they usually provide blessing prayers and give lectures to help the new couple. Despite these recent innovations, however, most Buddhist monks and nuns tend to see participation in weddings as inappropriate for monks and as a violation of the rules of the Vinaya.

In Buddhism, there is no encouragement in worldly marriage, but the Buddha praised for happy couples. The Buddha also gave instructions as to how lay disciples could live happily in marriage. The discourses of fundamentals of Buddhist social ethic in the Sigalovada Sutra generally lays down the basic pattern of relationships between husband and wife, parents and children, and emphasizing the most essential aspects of their common life. According to the Buddha, cultural compatibility between husband and wife was considered as one of the factors of a successful married life. Marriage is not simply lust and romance. Many of marriage problems arise from the inability to sacrifice from both the husband and wife. Thus, Buddhist teachings also promote enjoyment in life, moralization of biological needs, psychological satisfaction and material well being of both husband and wife.

At the time of the Buddha, He didn't speak specifically about premarital sex, and there is no rule to prohibit premarital sex for lay people. We can infer that both parties are consenting adults, then

they're completely responsible for their own actions, so long as what they do doesn't harm others. However, if one of the people involved is under the age (still under the control of his or her parents), and if having sexual intercourse with that person would upset the parents and the family, then it's prohibited. The Buddha taught: "Conjugal love between husband and wife is, of course, an important factor in forming the individual home and society. However, people have a tendency to become attached too much to such love and become selfish in their affections. They are apt to ignore the much larger love they should have for all human beings." Even though according to the Buddhist laws, monks or nuns must live a celibate life. They may be at one time married before they renounce their worldly life, but after they become monks or nuns, they must renounce the worldly life.

In Japan, during the Meiji Restoration in the mid nineteenth century, the government wanted the ordained ones to marry. Thus in Japan, there are now both married and unmarried lineages of both sexes, and the precepts they keep are enumerated differently from those of other Buddhist traditions. In Japan, the monks' and nuns' precepts were altered during Meiji Restoration in the mid-19<sup>th</sup> century, because the government wanted the ordained ones to marry. Thus in Japan, there are now both married and unmarried temple monks and nuns, and the precepts they keep enumerated differently from those of other Buddhist traditions. Except for the eight precepts that are taken for one day, all other precepts are taken for the duration of the life. It may happen that due to unforeseen circumstances, a monk or a nun may not be able to keep the ordination any longer or may not wish to have it. In that case, he or she can go before a spiritual master, or even tell another person who can hear and understand, and return the precepts.

***XXV. Buddhist Outlook on Life:***

It is wrong to imagine that the Buddhist outlook on life and the world is a gloomy one, and that the Buddhist is in low spirit. Far from it, a Buddhist smiles as he walks through life. He who understands the true nature of life is the happiest individual, for he is not upset by the evanescent (extremely small) nature of things. He tries to see things as they are, and not as they seem to be. Conflicts arise in man when he is confronted with the facts of life such as aging, illness, death and so



forth, but frustration and disappointment do not vex him when he is ready to face them with a brave heart. This view of life is neither pessimistic nor optimistic, but the realistic view. The man who ignores the principle of unrest in things, the intrinsic nature of suffering, is upset when confronted with the vicissitudes of life. Man's recognition of pleasures as lasting, leads to much vexation, when things occur quite contrary to his expectations. It is therefore necessary to cultivate a detached outlook towards life and things pertaining to life. Detachment can not bring about frustration, disappointment and mental torment, because there is no clinging to one thing and another, but letting go. This indeed is not easy, but it is the sure remedy for controlling, if not eradicating, unsatisfactoriness. The Buddha sees suffering as suffering, and happiness as happiness, and explains that all cosmic pleasure, like all other conditioned attachments, is evanescent, is a passing show. He warns man against attaching too much importance to fleeting pleasures, for they sooner or later beget discontent. Equanimity is the best antidote for both pessimism and optimism. Equanimity is evenness of mind and not sullen indifference. It is the result of a calm, concentrated mind. It is hard, indeed, to be undisturbed when touched by the realities of life, but the man who cultivates truth is not upset. Absolute happiness can not be derived from things conditioned and compounded. What we hug in great glee this moment, turns into a source of dissatisfaction the next moment. Pleasures are short-lived, and never lasting. The mere gratification of the sense faculties we call pleasure and enjoyment, but in the absolute sense of the world such gratification is not happy. Joy too is suffering, unsatisfactory; for it is transient. If we with our inner eye try to see things in their proper perspective, in their true light, we will be able to realize that the world is but an illusion that leads astray the beings who cling to it. All the so-called mundane pleasures are fleeting, and only an introduction to pain. They give temporary relief from life's miserable ulcers. This is what is known as suffering produced by change. Thus, we see that suffering never ceases to work, it functions in some form or other and is always at work.

Regarding all beings in general, Buddhism considers all the living, which includes the vegetable kingdom; however, the term "sattva" limits the meaning to those endowed with reason, consciousness, and feeling. Those who are sentient, sensible, animate, and rational

(sentient beings which possess magical and spiritual powers). According to Buddhism, what we call the self is simply the collection of mental facts, experiences, ideas and so forth which would normally be said to belong to self but there is no self over and above the experiences. So mentioned does not mean that people are not important. In fact, Buddhism which preached by the Buddha is totally built on human wisdom. The Buddha taught: "Be your own torch, your own refuge. Do not seek refuge in any other person." The Buddha added: "I am the Buddha fully realized, sentient beings will become Buddha." To Buddhism, all realizations come from effort and intelligence that derive from one's own experience. The Buddha asked his disciples to be the master of their destiny, since they can make their lives better or worse. They can even become Buddha if they study and practice his teachings.

Regarding the point of view on Human Beings and deva Vehicle, according to the Mahayana Rebirth among men conveyed by observing the five commandments (Panca-veramani). However, there are many differences on human destinies in the world. For example, one is inferior and another superior, one perishes in infancy and another lives much longer, one is sick and infirm and another strong and healthy, one is brought up in luxury and another in misery, one is born a millionaire and another in poverty, one is a genius and another an idiot, etc. According to the Buddhist point of view on human life, all of the above mentioned results are not the results of a "chance." Science nowadays is indeed against the theory of "chance." All scientists agree on the Law of Cause and Effect, so do Buddhists. Sincere and devoted Buddhists never believe that the unevenness of the world is due to a so-called Creator and/or God. Buddhists never believe that happiness or pain or neutral feeling the person experiences are due to the creation of a Supreme Creator. According to the Buddhist point of view on human life, the above mentioned unevenness that exists in the world are due to the heredity and environment, and to a greater extent, to a cause or causes which are not only present but proximate or remotely past. Man himself is responsible for his own happiness and misery. He creates his own heaven and hell. He is the master of his own destiny. He is his own child of his past and his own parents of his future. Regarding the point of view on Deva, this is only one of the five

vehicles, the deva vehicle or Divine Vehicle. It transports observers of the ten good qualities (thập thiện) to one of the six deva realms of desire, and those who observe dhyana meditation to the higher heavens of form and non-form. Sentient beings are to be reborn among the deva by observing the ten forms of good actions or Ten Commandments (Dasa-kusala).

Regarding the point of view on the Kaya and Citta, Buddhism talks about the theory of impermanence of the body and mind. Some people wonder why Buddhism always emphasizes the Theory of impermanence? Does it want to spread in the human mind the seed of disheartenment, and discourage? In their view, if things are changeable, we do not need to do anything, because if we attain a great achievement, we cannot keep it. This type of reasoning, a first, appears partly logical, but in reality, it is not at all. When the Buddha preached about impermanence, He did not want to discourage anyone, but warning his disciples about the truth. A true Buddhist has to work hard for his own well being and also for the well being of the society. Although he knows that he is facing the changing reality, he always keeps himself calm. He must refrain from harming others, in contrast, strive to perform good deeds for the benefit and happiness of others. All things have changed and will never cease to change. The human body is changeable, thus governed by the law of impermanence. Our body is different from the minute before to that of the minute after. Biological researches have proved that the cells in our body are in constant change, and in every seven years all the old cells have been totally renewed. These changes help us quickly grow up, age and die. The longer we want to live, the more we fear death. From childhood to aging, human life is exactly like a dream, but there are many people who do not realize; therefore, they continue to launch into the noose of desire; as a result, they suffer from greed and will suffer more if they become attached to their possessions. Sometimes at time of death they still don't want to let go anything. There are some who know that they will die soon, but they still strive desperately to keep what they cherish most. Not only our body is changeable, but also our mind. It changes more rapidly than the body, it changes every second, every minute according to the environment. We are cheerful a few minutes before

and sad a few minutes later, laughing then crying, happiness then sorrow.

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". 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).

Regarding the point of view on the impurity of the Kaya and the Citta. Impurity is the nature of our bodies and minds. Impurity means the absence of an immaculate state of being, one that is neither holy nor beautiful. From the psychological and physiological standpoint,

human beings are impure. This is not negative or pessimistic, but an objective perspective on human beings. If we examine the constituents of our bodies from the hair on our head to the blood, pus, phlegm, excrement, urine, the many bacteria dwelling in the intestines, and the many diseases present waiting for the opportunity to develop, we can see clearly that our bodies are quite impure and subject to decay. Our bodies also create the motivation to pursue the satisfaction of our desires and passions. That is why the sutra regards the body as the place where misleads gather. Let us now consider our psychological state. Since we are unable to see the truth of impermanence, suffering, and the selfless nature of all things, our minds often become the victims of greed and hatred, and we act wrongly. So the sutra says, “The mind is the source of all confusion.”

Here is another point of view of the Buddhism on the Kaya is “It is difficult to be reborn as a human being”. Of all precious jewels, life is the greatest; if there is life, it is the priceless jewel. Thus, if you are able to maintain your livelihood, someday you will be able to rebuild your life. However, everything in life, if it has form characteristics, then, inevitably, one day it will be destroyed. A human life is the same way, if there is life, there must be death. Even though we say a hundred years, it passes by in a flash, like lightning streaking across the sky, like a flower’s blossom, like the image of the moon at the bottom of a lake, like a short breath, what is really eternal? Sincere Buddhists should always remember when a person is born, not a single dime is brought along; therefore, when death arrives, not a word will be taken either. A lifetime of work, putting the body through pain and torture in order to accumulate wealth and possessions, in the end everything is worthless and futile in the midst of birth, old age, sickness, and death. After death, all possessions are given to others in a most senseless and pitiful manner. At such time, there are not even a few good merits for the soul to rely and lean on for the next life. Therefore, such an individual will be condemned into the three evil paths immediately. Ancient sages taught: “A steel tree of a thousand years once again blossom, such a thing is still not bewildering; but once a human body has been lost, ten thousand reincarnations may not return.” Sincere Buddhists should always remember what the Buddha taught: “It is difficult to be reborn as a human being, it is difficult to

encounter (meet or learn) the Buddha-dharma; now we have been reborn as a human being and encountered the Buddha-dharma, if we let the time pass by in vain we waste our scarce lifespan.”

***XXVI. Buddhist Cosmology:***

According to the Buddhist view on the universe, the universe is infinite. However, if we speak about the formation of our world system, we can speak about the formation process as follows: “In terms of elements that form the universe, wind is the first one. Its basis is space. Then the wind moves, and in dependence on the moving of the wind, heat occurs; then moisture, then solidity or earth.” Buddhist cosmology not only takes into account the existence of innumerable systems of worlds grouped into what we should call galaxies, but has equally vast conceptions of cosmic time. The Buddha proclaimed that on the highest level of understanding the entire cosmos is the original pure mind. However, on the ordinary level of understanding he painted a picture of a cosmos filled with countless world systems where countless of living beings of every sort reside. Thus, our world system is not the only unique or the only one world system in the universe. Other world systems also have their Buddhas who also teach the path of enlightenment. The most ancient Buddhist texts speak of the various phases in the evolution and devolution over enormous time-periods of these galaxies, how they gradually formed and how after a period of relative stability during which life may be found on their worlds, how, inevitably having come into existence, they must in due course decline and go to destruction. All this is the working of processes, one vent leading quite naturally to another. As you know that although the Buddha discovered the presence of numerous Gods throughout the universe, he never tried to diminish the importance of the God worshipped by the people of his time. He simply preached the truth and that truth does not affect the importance of any Gods. Similarly, the fact that there are numerous suns in the universe does not diminish the importance of the sun of our solar system, for our sun continues to provide us with light every day. To some other religions, Gods can be very powerful compared to human beings, but to Buddhism, they are still not free from sufferings and afflictions, and can be very angry. The

life of Gods may be very long, but not eternal as many other religions believe.

Outlook on life and universe has been discussed by a lot of famous scholars in the world. Examination of the origin or nature of life and universe is the task of the metaphysic experts. This problem has a very important position in philosophy. It was examined from the beginning of the Egyptian, Indian and Chinese civilizations. This book is designed to give you only an overview of the Buddhist cosmology. Buddhist cosmology not only takes into account the existence of innumerable systems of worlds grouped into what we should call galaxies, but has equally vast conceptions of cosmic time. According to Buddhist cosmology, the earth goes through periodic cycles. In some of the cycles it improves, in others it degenerates. The average age of a man is an index of the quality of the period in which the person lives. It may vary between 10 years and many hundreds of thousands of years. At the time of Sakyamuni Buddha, the average life-span was 100 years. After him, the world becomes more depraved, and the life of man shortens. The peak of sin and misery will be reached when the average life has fallen to 10 years. The Dharma of Sakyamuni Buddha will then be completely forgotten. But after that the upward swing begins again. When the life of man reaches 80,000 years, Maitreya Buddha from the Tusita Heaven will appear on the earth. Besides, the most ancient Buddhist texts speak of the various phases in the evolution and devolution over enormous time-periods of these galaxies, how they gradually formed and how after a period of relative stability during which life may be found on their worlds, how, inevitably having come into existence, they must in due course decline and go to destruction. All this is the working of processes, one vent leading quite naturally to another. The Buddha was the Teacher who discovered the real nature of the universal cosmic law and advised us to live in accordance with this law. The Buddha confirmed that it is impossible for anyone to escape from such cosmic laws by praying to an almighty god, because this universal law is unbiased. However, the Buddha has taught us how to stop bad practices by increasing good deeds, and training the mind to eradicate evil thoughts. According to the Buddha, a man can even become a god if he leads a decent and righteous way of life regardless of his religious belief. It is to say a man someday can obtain peace,

mindfulness, wisdom and liberation if he is willing to cultivate to perfect himself. The Buddha Sakyamuni himself realized the Noble Truths, considered all metaphysical questions are empty. He often kept silent and gave no answers to such metaphysical questions, because for Him, those questions do not realistically relate to the purpose of Buddhists, the purpose of all Buddhists is the final freedom. According to the Buddha, how can a man know what the universe really is when he cannot understand who he really is? Therefore, the Buddha taught: “The practical way for a man is turning back to himself and seeing where and who he is and what he is doing so that he can overcome the destruction of all hindrances to the truth of all things. That is to say, he has to cultivate to purify his body and mind.” For the universe, the Buddha declared that the material world is formed by the Four Great Elements as many Indian thinkers before Him did. These are Earth element, Water element, Fire element and Air element. These elements are dynamic and impermanent, therefore, all existing things compounded by them must be impermanent too. The problem about the origin of the four elements becomes senseless and is unacceptable to the truth of Dependent Origination which was discovered and taught by the Buddha.



***Luận Thứ Tư***  
***The Fourth Essay***

***Niềm Tin Trong Đạo Phật***

***I. Niềm Tin Trong Đạo Phật:***

Niềm tin căn bản trong Phật giáo là thế giới với đầy đầy những khổ đau phiền não gây ra bởi tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến. Nếu chúng ta có thể buông bỏ những thứ vừa kể trên thì khổ đau phiền não sẽ tự nhiên chấm dứt. Tuy nhiên, buông bỏ những thứ vừa kể trên không có nghĩa là chạy theo dục lạc trần thế, cũng không có nghĩa là bi quan yếm thế. Theo Đức Phật, nguyên nhân của tất cả những khó khăn trong cuộc sống hằng ngày là luyến ái. Chúng ta nóng giận, lo lắng, tham dục, oán trách, đả đing cay, vân vân, đều do luyến ái mà ra. Tất cả những nguyên nhân của bất hạnh, tinh thần căng thẳng, cố chấp và phiền não đều do luyến ái mà ra. Như vậy nếu chúng ta muốn chấm dứt khổ đau phiền não, theo Phật giáo, phải chấm dứt luyến ái, không có ngoại lệ. Tuy nhiên, dứt bỏ luyến ái không phải là chuyện dễ vì muốn chấm dứt luyến ái, chúng ta phải tự chiến thắng chính mình. Chính vì thế mà Đức Phật dạy trong Kinh Pháp Cú: “Chiến thắng vĩ đại nhất của con người không phải là chinh phục được người khác mà là tự chiến thắng lấy mình. Dù có chinh phục hàng muôn người ở chiến trường nhưng chinh phục chính mình mới là chiến thắng cao quý nhất.” Thật vậy, mục tiêu tối thượng của người Phật tử là hướng về bên trong để tìm lại ông Phật nơi chính mình chứ không phải hướng ngoại cầu hình. Vì vậy mục đích tu tập của người Phật tử là phải phát triển sự tự tin vào khả năng của chính mình, khả năng tự mình có thể đạt được trí tuệ giải thoát khỏi mọi hệ lụy của khổ đau phiền não. Đạo Phật cực lực chống lại một niềm tin mù quáng vào sự cứu độ của tha lực, không có căn cứ. Đức Phật thường nhắc nhở tứ chúng: “Các người phải từ bỏ niềm tin mù quáng. Đừng xét đoán theo tin đồn, theo truyền thống, theo những lời đoan chắc vô căn cứ, theo Thánh thư, theo bề ngoài, hoặc đừng vội tin vào bất cứ thứ gì mà một bậc tu hành hay một vị thầy đã nói như vậy mà không có kiểm chứng.

Với Phật giáo, tin tưởng tôn giáo mà không hiểu biết tường tận về tôn giáo đó tức là mù quáng, không khác gì mê tín dị đoan. Dầu có hiểu biết mà không chịu nhận ra chân nguy hay hiểu biết sai, không

hợp với lẽ tự nhiên, đó cũng là mê tín hay tín ngưỡng không chân chánh. Tin rằng nếu bạn gieo hạt ớt thì bạn sẽ có cây ớt và cuối cùng là bạn sẽ có những trái ớt. Tuy nhiên, nếu bạn sớm nhận chân ra rằng ớt cay, là loại trái mà bạn không muốn, dù đã lỡ gieo, bạn có thể không bón phân tưới nước, lẽ đương nhiên cây ớt sẽ èo ọt, sẽ không sanh trái. Tương tự như vậy, nếu biết hành động như vậy là ác, là bất thiện, bạn không hành động thì dĩ nhiên là bạn không phải gánh lấy hậu quả xấu ác. Đức Phật hoàn toàn phủ nhận việc tin tưởng rằng bất cứ điều gì xảy ra cho một người, hoặc tốt hoặc xấu, là do cơ hội, số mệnh hay vận may rủi. Mọi việc xảy ra đều có nguyên nhân của nó và có mối liên hệ chặt chẽ nào đó giữa nhân và quả. Người muốn tin Phật cũng đừng vội vàng đến với Phật giáo bằng sự hiểu lầm hay sự mù quáng. Bạn nên từ từ tìm tòi, học hỏi trước khi quyết định sau cùng. Những tôn giáo thờ thần linh thì luôn xem lý trí và trí tuệ như là kẻ thù của niềm tin và lòng trung thành với giáo điều vì với họ chỉ có tin hay không tin mà thôi, chứ không có điều gì khác nữa để lý luận. Kỳ thật, nếu chúng ta chấp nhận có cái gọi là thần linh vô song thì chúng ta không thể chấp nhận bất cứ sự khám phá cơ bản nào của khoa học hiện đại, cũng không thể chấp nhận thuyết tiến hóa của Darwin hay sự tiến hóa của vũ trụ do khoa học hiện đại mang đến. Vì theo những người tin tưởng thần linh thì cái gọi là thần linh vô song hay thượng đế đã sáng tạo ra loài người và vũ trụ cùng một lúc và cả ba thứ, thần linh, con người và vũ trụ đều riêng rẽ nhau. Tuy nhiên, khoa học hiện đại đồng ý với những gì mà Đức Phật đã dạy hơn hai mươi sáu thế kỷ về trước, và khoa học đã chứng minh được vũ trụ như là một tiến trình thay đổi vô tận. Hơn nữa, sự tin tưởng vào thần linh cứu rỗi đã gây nên một mối nguy hiểm đáng sợ cho nhân loại, đặc biệt từ thế kỷ thứ nhất đến mãi cuối thế kỷ thứ mười chín, vì những người tin tưởng sự cứu rỗi được thần linh hay thượng đế ban cho họ rồi thì họ lại bắt đầu nghĩ rằng họ cũng phải áp đặt sự cứu rỗi cho người khác. Chính vì lý do đó mà các xứ theo Cơ Đốc giáo đã gửi binh lính và cố đạo của họ đi khắp thế giới để cứu rỗi những dân tộc khác bằng vũ lực. Và kết quả là người ta đã nhân danh “Chúa Trời” để tàn sát và chinh phục hàng triệu triệu người. Phật giáo thì ngược lại với các tôn giáo tin tưởng thần linh. Phật giáo dạy rằng con người phải phát triển trí tuệ. Tuy nhiên, trí tuệ trong Phật giáo không phải là loại trí tuệ được bảo hay được dạy. Chân trí tuệ hay trí tuệ thực sự là nhìn thấy trực tiếp và tự mình hiểu. Với

loại trí tuệ này, con người có tâm lượng cởi mở hơn, con người chịu lắng nghe quan điểm tương phản của người khác hơn là tin tưởng một cách mù quáng. Phật tử thuần thành không bao giờ tin vào luật trường cửu. Đức Phật công nhận luật vô thường và hoàn toàn phủ nhận sự hiện hữu trường cửu của sự vật. Vật chất và tinh thần đều là những ý niệm trừu tượng không thật, thật sự chỉ là những yếu tố luôn thay đổi hay chư pháp, liên hệ lẫn nhau, sanh khởi tùy thuộc lẫn nhau. Như vậy niềm tin trong Phật giáo có nghĩa là tin tưởng vào Đức Phật như một vị Đạo sư, tin giáo pháp của Ngài như ngọn đuốc soi đường và tin Tăng chúng là những gương hạnh về lối sống theo Phật giáo. Theo quan điểm Phật giáo về niềm tin, mọi người có toàn quyền lựa chọn cho mình một niềm tin, không ai có quyền can dự vào niềm tin của ai. Đức Phật dạy trong Kinh Kalama: “Không nên chấp nhận điều gì chỉ vì lý do truyền thống, quyền thế của vị thầy, hay vì nó là quan điểm của nhiều người, hay của một nhóm đặc biệt, hay ngược lại. Mọi thứ đều phải được cân nhắc, quan sát và phán xét xem đúng hay sai dưới ánh sáng nhận thức về lợi ích của chính mình. Nếu là sai không nên bác bỏ ngay mà nên để lại xét thêm nữa. Như vậy chúng ta thấy rõ ràng Phật giáo đặt căn bản ở kinh nghiệm cá nhân, hợp lý, thực hành đạo đức nội tâm. Không cần phải vâng phục thần thánh, cũng không cần phải lấy lòng một vị thầy nào. Với người Phật tử, không có chuyện gắn bó với một niềm tin mù quáng hay với các tín điều cứng nhắc, những nghi lễ, những Thánh thư hay huyền thoại. Đức Phật thường khẳng định với tứ chúng rằng cứu rỗi có đạt được bởi con người và chỉ do con người mà không cần bất cứ một trợ lực nhỏ nào của cái gọi là thượng đế hay thần linh.

Đức Phật dạy chúng ta nên cố gắng nhận biết chân lý, từ đó chúng ta mới có khả năng thông hiểu sự sợ hãi của chúng ta, tìm cách giảm thiểu lòng ham muốn của ta, tìm cách triệt tiêu lòng tự kỷ của chính mình, cũng như trầm tĩnh chấp nhận những gì mà chúng ta không thể thay đổi được. Đức Phật thay thế nỗi lo sợ không phải bằng một niềm tin mù quáng và không thuận lý nơi thần linh, mà bằng sự hiểu biết thuận lý và hợp với chân lý. Hơn nữa, Phật tử không tin nơi thần linh vì không có bằng chứng cụ thể nào làm nền tảng cho sự tin tưởng như vậy. Ai có thể trả lời những câu hỏi về thần linh? Thần linh là ai? Thần linh là người nam hay người nữ hay không nam không nữ? Ai có thể đưa ra bằng chứng rõ ràng cụ thể về sự hiện hữu của thần linh? Đến

nay chưa ai có thể làm được chuyện này. Người Phật tử dành sự phán đoán về một thần linh đến khi nào có được bằng chứng rõ ràng như vậy. Bên cạnh đó, niềm tin nơi thần linh không cần thiết cho cuộc sống có ý nghĩa và hạnh phúc. Nếu bạn tin rằng thần linh làm cho cuộc sống của bạn có ý nghĩa và hạnh phúc hơn thì bạn cứ việc tin như vậy. Nhưng nhớ rằng, hơn hai phần ba dân chúng trên thế giới này không tin nơi thần linh, và ai dám nói rằng họ không có cuộc sống có ý nghĩa và hạnh phúc? Và ai dám cả quyết rằng toàn thể những người tin nơi thần linh đều có cuộc sống có ý nghĩa và hạnh phúc hết đâu? Nếu bạn tin rằng thần linh giúp đỡ bạn vượt qua những khó khăn và khuyết tật thì bạn cứ tin như vậy đi. Nhưng người Phật tử không chấp nhận quan niệm cứu độ thần thánh như vậy. Ngược lại, căn cứ vào kinh nghiệm của Đức Phật, Ngài đã chỉ bày cho chúng ta là mỗi người đều có khả năng tự thanh tịnh thân tâm, phát triển lòng từ bi vô hạn và sự hiểu biết toàn hảo. Ngài chuyển hướng thân trời sang tự tâm và khuyến khích chúng ta tự tìm cách giải quyết những vấn đề bằng sự hiểu biết chân chánh của chính mình. Rốt rồi, thần thoại về thần linh đã bị khoa học trấn áp. Khoa học đã chứng minh sự thành lập của vũ trụ hoàn toàn không liên hệ gì đến ý niệm thần linh.

Đạo Phật lấy việc giải thoát của con người là quan trọng. Có một lần một vị Tỳ Kheo tên Malunkyaputta hỏi Đức Phật, rằng thì là vũ trụ này trường tồn hay không trường tồn, thế giới hữu biên hay vô biên, linh hồn và thể xác là một hay là hai, một vị Phật trường tồn sau khi nhập diệt hay không, vân vân và vân vân. Đức Phật cương quyết từ chối bàn luận những vấn đề trừu tượng như vậy và thay vào đó Ngài nói cho vị Tỳ Kheo ấy một thí dụ. “Nếu một người bị trúng tên tẩm thuốc độc, mà người ấy vẫn lảm nhảm ‘Tôi nhứt định không chịu nhổ mũi tên ra cho tới chừng nào tôi biết ai bắn tôi,’ hoặc giả ‘Tôi nhứt định không nhổ mũi tên ra cho tới chừng nào tôi biết mũi tên bắn tôi bị thương làm bằng chất gì.’” Như một người thực tiễn dĩ nhiên người ấy sẽ để cho y sĩ trị thương tức thời, chứ không đòi biết những chi tiết không cần thiết không giúp ích gì cả. Đây là thái độ của Đức Phật đối với những suy nghĩ trừu tượng không thực tế và không giúp ích gì cho cuộc tu hành của chúng ta. Đức Phật sẽ nói, “Đừng lý luận hay biện luận.” Ngoài ra, đạo Phật không chấp nhận những việc bốc số bói quẻ, đeo bùa hộ mạng, xem địa lý, coi ngày, vân vân. Tất cả những việc này đều là những mê tín vô ích trong đạo Phật. Tuy nhiên, vì tham

lam, sợ hãi và mê muội mà một số Phật tử vẫn còn bám víu vào những việc mê muội dị đoan này. Chừng nào mà người ta thấu hiểu những lời dạy của Đức Phật, chừng đó người ta sẽ nhận thức rằng một cái tâm thanh tịnh có thể bảo vệ mình vững chắc hơn những lời bói toán trống rỗng, những miếng bùa vô nghĩa hay những lời tán tụng mù mờ, chừng đó người ta sẽ không còn lệ thuộc vào những thứ vô nghĩa ấy nữa. Trong đạo Phật, giải thoát là phương châm để đề cao tinh thần tự tại ngoài tất cả các vòng kiềm tỏa, bó buộc hay áp bức một cách vô lý, trong đó niềm tin của mỗi cá nhân cũng phải tự mình lựa chọn, chứ không phải ai khác. Tuy nhiên, Đức Phật thường nhấn mạnh: “Phải cố gắng tìm hiểu kỹ trước khi tin, ngay cả những lời ta nói, vì hành động mà không hiểu rõ bản chất thật của những việc mình làm đôi khi vô tình phá vỡ những truyền thống cao đẹp của chính mình, giống như mình đem ném viên kim cương vào bùn nhơ không khác.” Đức Phật lại khuyên tiếp: “Phàm làm việc gì cũng phải nghĩ tới hậu quả của nó.” Ngày nay, sau hơn 2.500 năm sau thời Đức Phật, tất cả khoa học gia đều tin rằng mọi cảnh tượng xảy ra trên thế gian này đều chịu sự chi phối của luật nhân quả. Nói cách khác, nhân tức là tác dụng của hành động và hiệu quả tức là kết quả của hành động. Đức Phật miêu tả thế giới như một dòng bất tận của sự tái sinh. Mọi thứ đều thay đổi, chuyển hóa liên tục, đột biến không ngừng và như một dòng suối tuôn chảy. Mọi thứ lúc có lúc không. Mọi thứ tuần hoàn hiện hữu rồi lại biến mất khỏi cuộc sống. Mọi thứ đều chuyển động từ lúc sinh đến lúc diệt. Sự sống là một sự chuyển động liên tục của sự thay đổi tiến đến cái chết. Vật chất lại cũng như vậy, cũng là một chuyển động không ngừng của sự thay đổi để đi đến hoại diệt. Một cái bàn từ lúc mới tinh nguyên cho đến lúc mục rữa, chỉ là vấn đề thời gian, không có ngoại lệ. Giáo lý về tính chất vô thường của mọi vạn hữu là một trọng điểm quan yếu của đạo Phật. Không có thứ gì trên thế giới này có thể được coi là tuyệt đối. Nghĩa là không thể có cái gì sinh mà không có diệt. Bất cứ thứ gì cũng đều phải lệ thuộc vào sự duyên hợp thì cũng phải lệ thuộc vào sự tan rã do hết duyên. Thay đổi chính nó là thành phần của mọi thực thể. Trong đời sống hàng ngày, sự việc tiến triển và thay đổi giữa những cực đoan và tương phản, tỷ như thắng trầm, thành bại, được thua, vinh nhục, khen chê, vân vân và vân vân. Không ai trong chúng ta có thể đoán chắc rằng thắng không theo sau bởi trầm, thành không theo sau bởi bại, được theo sau bởi thua, vinh theo sau bởi nhục, và

khen theo sau bởi chê. Hiểu được luật vô thường này, người Phật tử sẽ không còn bị khống chế bởi những vui, buồn, thích, chán, hy vọng, thất vọng, tự tin hay sợ hãi nữa.

Trong giáo huấn cao thượng của Đức Phật, lòng chân thật, từ mẫn, hiểu biết, nhẫn nhục, quảng đại bao dung, và những đức tính cao đẹp khác thật sự bảo vệ và mang lại cho chúng ta hạnh phúc và thịnh vượng thật sự. Một người tu tập sao cho có được những đức tánh tốt vừa kể trên, là người ấy đang hành trình trên đường đến đất Phật. Thật vậy, Phật tánh không thể từ bên ngoài mà tìm thấy được. Phật tánh không có giới hạn nơi Đông, Tây, Nam, Bắc, mà Phật ở ngay tại trong tâm của mỗi người. Trong Kinh Pháp Hoa, Đức Phật dạy: “Thuở xưa có một người cha già yếu và sắp chết, nhưng người ấy còn một người con nhỏ, muốn đưa con sau này được no đủ, ông mới để một viên kim cương vào gấu áo của đứa con. Sau khi cha chết, đứa bé không biết mình có viên ngọc báu, nên cứ đi đây đi đó xin xỏ nhờ vả người khác, nhưng không được một ai giúp đỡ. Một ngày nọ, chàng trai sức nhớ lại viên ngọc báu của cha mình để lại, từ đó về sau chàng trở nên người sang trọng và không còn nhờ cậy người khác nữa.”

Hầu hết ai trong chúng ta đều cũng phải đồng ý rằng trong tất cả các loài sinh vật, con người là những sinh vật độc nhất trong hoàn vũ có thể hiểu được chúng ta đang làm cái gì và sẽ làm cái gì. So sánh với các loài khác thì con người có phần thù thắng và hoàn hảo hơn chẳng những về mặt tinh thần, tư tưởng, mà còn về phương diện khả năng tổ chức xã hội và đời sống nữa. Đời sống của con người không thể nào bị thay thế, lập lại hay quyết định bởi bất cứ một ai. Một khi chúng ta được sanh ra trong thế giới này, chúng ta phải sống một cuộc sống của chính mình sao cho thật có ý nghĩa và đáng sống. Chính vì thế mà cổ đức có dạy: “Con người là một sinh vật tối linh” hay con người được xếp vào hàng ưu tú hơn các loài khác. Và Đức Phật dạy trong kinh Ưu Bà Tắc: “Trong mọi loài, con người có những căn và trí tuệ cần thiết. Ngoài ra, điều kiện hoàn cảnh của con người không quá khổ sở như những chúng sanh trong địa ngục, không quá vui sướng như những chúng sanh trong cõi trời. Và trên hết, con người không ngu si như loài súc sanh.” Như vậy con người được xếp vào loại chúng sanh có nhiều ưu điểm. Con người có khả năng xây dựng và cải tiến cho mình một cuộc sống toàn thiện toàn mỹ.

## ***II. Mê Tín Dị Đoan:***

Mê tín là lối tin tưởng tà vạy như thờ đầu cọp, đầu trâu, hay thờ thần rắn rít, bình vôi ông táo, xin xăm, bói quẻ, vãn vãn. Đạo Phật là đạo của trí tuệ, thế nên, đạo Phật không bao giờ chấp nhận mê tín dị đoan; tuy nhiên, những tín ngưỡng và nghi lễ mê tín đã được đưa vào nhằm tô son điểm phấn cho tôn giáo để lôi kéo quần chúng, nhưng một lúc sau thì những dây leo được trồng để trang hoàng lãng tẩm đã leo phủ cả lãng tẩm, và kết quả là giáo lý tôn giáo bị gạt ra nhường chỗ cho những nghi thức mê tín. Mê tín cũng có nghĩa là xem bản chất của hình tượng có hàm chứa thần tính của các thần linh. Người Phật tử chân thuần cũng nên luôn nhớ rằng, ngay từ lúc đầu Đức Phật đã chỉ trích sự ham chuộng nghi lễ và các hành động hướng ngoại khác có thể làm tăng trưởng đức tin mù quáng và mê tín của chúng ta.

## ***III. Đạo Phật Chết:***

Đạo Phật chết là đạo Phật qua những hình thức tổ chức rườm rà, nghi lễ cổ điển, cúng kiến, kinh kệ bằng những ngôn ngữ xa lạ làm cho giới trẻ hoang mang. Từ đó giới trẻ nhìn về những ngôi chùa như một viện dưỡng lão của ông già bà cả, cho những người thiếu tự tin, hoặc cho những thành phần mê tín dị đoan. Ngoài ra, đạo Phật chết có mặt khi giáo lý nhà Phật chỉ được nói suông chứ không được thực hành. Nói rằng tin Phật chưa đủ; nói rằng biết giáo lý nhà Phật chỉ để nói thì thà là đừng biết. Thời gian bay nhanh như tên bay và ngày tháng bay qua như thoi đưa. Sóng trước ùa sóng sau. Cuộc đời lại cũng qua đi nhanh như vậy. Vô thường chẳng chừa một ai, tuổi già theo liền bên tuổi trẻ trong từng lúc, và chẳng mấy chốc chúng ta rồi sẽ già và hoại diệt chẳng để lại dấu vết gì. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng nếu chỉ tin suông theo Phật mà không hành trì, cũng không hơn gì tin theo đạo Phật chết. Điều này cũng giống như chúng ta đi vào một nhà hàng để đọc thực đơn chơi cho vui chứ không kêu món để ăn, chẳng có lợi ích gì cho mình cả. Vì thế, chúng ta nên luôn nhớ rằng Đạo mà không được thực hành là Đạo chết hay Đạo cùng; đức mà không đạt được bởi tu trì chỉ là đức giả.

## *Faith in Buddhism*

### *I. Faith in Buddhism:*

A basic belief in Buddhism is that the world is filled with sufferings and afflictions that are caused by the desires, angers and ignorance, pride, doubt, and wrong views. If the above mentioned troubles could be removed, then the sufferings and afflictions would naturally end. However, removing the above mentioned troubles does not mean that we chase after worldly pleasures, nor does it mean pessimism. According to the Buddha, most of daily life's troubles are caused by attachment. We get angry, we worry, and we become greedy and complain bitterly. All these causes of unhappiness, tension, stubbornness and sadness are due to attachment. Thus if we want to end sufferings and afflictions, we must end attachment, no exception. However, to end attachment is not easy for in order to end attachment we must conquer ourselves. Thus the Buddha taught in the Dharmapada Sutra: "The greatest of conquests is not the subjugation of others but of the self. Even though a man conquers thousands of men in battle, he who conquers himself is the greatest of conquerors." In fact, the ultimate goal of a Buddhist is to look inward to find his own Buddha and not outward. Thus, the goal of a Buddhist is the development of self-dependency, the ability to set oneself free of sufferings and afflictions. Buddhism is strongly against a blind belief on other forces of salvation with no basic factors. The Buddha always reminded his disciples: "You should reject blind belief. Do not judge by hearsay, not on mere assertion, not on authority of so-called sacred scriptures. Do not hurriedly judge according to appearances, not believe anything because an ascetic or a teacher has said it."

With Buddhism, to believe religion without understanding it thoroughly, it's a blind faith, or it's not different from superstition. Even though understanding but understanding without finding to see if it's right or wrong, in accordance or not in accordance with truth, with reality, it's also a form of superstition or wrong belief. Believe that when you sow a seed of hot-pepper, you will have a hot-pepper tree and eventually you will reap hot-pepper fruit. However, even though you have already sown the seed of hot-pepper, but you realize that you don't like to eat fruit that is hot, you stop fertilizing and watering the



hot-pepper tree, the tree will wither and die, and will not produce any fruit. Similarly, if you know an action is bad and unwholesome, you refuse to act, of course you will not receive any bad or unwholesome consequence. The Buddha refuses to believe that whatever happens to a person, either good or bad, is due to chance, fate or fortune. Everything that happens has a specific cause or causes and there must be some tight relationships between the cause and the effect. Those who want to believe in Buddhism should not rush to become a Buddhist with the wrong understanding or blind belief in Buddhism. You should take your time to do more researches, to ask questions, and to consider carefully before making your final decision. Religions that worship god have always considered reason and wisdom as the enemy of faith and dogma for them there exist only “believe” or “not believe” and nothing else. In fact, if we accept that there exists a so-called almighty god, we cannot accept any of the findings of modern science; neither Darwin’s science of biological evolution nor the theories of the nature and evolution of the universe coming from modern physics. They believe that a so-called creator god invented humankind and the universe all at once and that these three realms of god, man and universe, all are separate. However, modern science agrees with what the Buddha taught almost twenty-six centuries ago, and proves that the universe as one infinite process of change. Furthermore, the belief of salvation by god caused a serious danger to the whole world, especially from the first century to the end of the nineteenth century, for those who believe in the salvation of god believe that they must impose salvation on others. For this reason, Catholic countries sent their troops and priests all over the world to save others by force. And as a result, millions of people got killed or slaughtered and subjugated in the name of god. Buddhism is in contrast with other religions that believe in god. Buddhism teaches that one must develop wisdom. However, wisdom in Buddhism is not simply believing in what we are told or taught. True wisdom is to directly see and understand for ourselves. With this wisdom, people will have an open mind that listens to others’ points of view rather than being closed-minded; people will also carefully examine facts that contradicts their belief rather than blindly believing. Sincere Buddhists never believe in the law of eternity. The Buddha accepts the law of impermanence or change and denies the existence

of eternal substances. Matter and spirit are false abstractions that, in reality, are only changing factors or dharmas which are connected and which arise in functional dependence on each other. Thus, Buddhist faith means that the devotee accepts the Buddha as a Teacher and a Guide, His doctrine as way of life, and the Sangha community as the exemplars of this way of life. According to Buddhist point of view in faith, everyone is completely free to make his own choice in faith, no one has the right to interfere with other people's choice. Let's take a close look in the Buddha's teaching in the Kalama Sutra: "Nothing should be accepted merely on the ground of tradition or the authority of the teacher, or because it is the view of a large number of people, distinguished or otherwise. Everything should be weighed, examined and judged according to whether it is true or false in the light of one's own true benefits. If considered wrong, they should not be rejected but left for further considerations." Therefore, we see clearly that Buddhism is based on personal experience, rationalism, practice, morality, and insight. There is no need to propitiate gods or masters. There is no blind adherence to a faith, rigid dogmas, rituals, scriptures, or myths. The Buddha always confirmed his disciples that a salvation can only be gained by man and by man only during his life without the least help from a so-called god or gods.

The Buddha taught us to try to recognize truth, so we can understand our fear, to lessen our desires, to eliminate our selfishness, and to calmly and courageously accept things we cannot change. He replaced fear, not with blindly and irrational belief but with rational understanding which corresponds to the truth. Furthermore, Buddhists do not believe in god because there does not seem to be any concrete evidence to support this idea. Who can answer questions on god? Who is god? Is god masculine or feminine or neuter? Who can provide ample evidence with real, concrete, substantial or irrefutable facts to prove the existence of god? So far, no one can. Buddhists suspend judgment until such evidence is forthcoming. Besides, such belief in god is not necessary for a really meaningful and happy life. If you believe that god make your life meaningful and happy, so be it. But remember, more than two-thirds of the world do not believe in god and who can say that they don't have a meaningful and happy life? And who dare to say that those who believe in god, all have a meaningful

and happy life? If you believe that god help you overcome disabilities and difficulties, so be it. But Buddhists do not accept the theological concept of salvation. In the contrary, based on the Buddha's own experience, he showed us that each human being had the capacity to purify the body and the mind, develop infinitive love and compassion and perfect understanding. He shifted the gods and heavens to the self-heart and encouraged us to find solution to our problems through self-understanding. Finally, such myths of god and creation concept has been superseded by scientific facts. Science has explained the origin of the universe completely without recourse to the god-idea.

Buddhism considers human's liberation the priority. Once the Buddha was asked by a monk named Malunkyaputta, whether the world was eternal or not eternal, whether the world was finite or infinite, whether the soul was one thing and the body another, whether a Buddha existed after death or did not exist after death, and so on, and so on. The Buddha flatly refused to discuss such metaphysics, and instead gave him a parable. "It is as if a man had been wounded by an arrow thickly smeared with poison, and yet he were to say, 'I will not have this arrow pulled out until I know by what man I was wounded,' or 'I will not have this arrow pulled out until I know of what the arrow with which I was wounded was made.'" As a practical man he should of course get himself treated by the physician at once, without demanding these unnecessary details which would not help him in the least. This was the attitude of the Buddha toward the metaphysical speculation which do not in any way help improve ourselves in our cultivation. The Buddha would say, "Do not go by reasoning, nor by argument." Besides, Buddhism does not accept such practices as fortune telling, wearing magic charms for protection, fixing lucky sites for building, prophesying and fixing lucky days, etc. All these practices are considered useless superstitions in Buddhism. However, because of greed, fear and ignorance, some Buddhists still try to stick to these superstitious practices. As soon as people understand the Buddha's teachings, they realize that a pure heart can protect them much better than empty words of fortune telling, or wearing nonsense charms, or ambiguous chanted words and they are no longer rely on such meaningless things. In Buddhism, liberation is a motto which heightens (elevates) the unfettered spirit beyond the irrational wall of

conventional restriction in which the faith of each individual must be chosen by that individual and by no one else. However, the Buddha always emphasized “Try to understand thoroughly before believing, even with my teachings, for acting freely and without knowing the real meaning of whatever you act sometimes you unintentionally destroy valuable traditions of yourselves. This is the same as a diamond being thrown into the dirt.” The Buddha continued to advise: “When you do anything you should think of its consequence.” Nowadays, more than 2,500 years after the Buddha’s time, all scientists believe that every event that takes place in the world is subject to the law of cause and effect. In other words, cause is the activity and effect is the result of the activity. The Buddha described the world as an unending flux of becoming. All is changeable, continuous transformation, ceaseless mutation, and a moving stream. Everything exists from moment to moment. Everything is recurring rotation of coming into being and then passing out of existence. Everything is moving from formation to destruction, from birth to death. The matter of material forms are also a continuous movement or change towards decay. This teaching of the impermanent nature of everything is one of the most important points of view of Buddhism. Nothing on earth partakes of the character of absolute reality. That is to say there will be no destruction of what is formed is impossible. Whatever is subject to origination is subject to destruction. Change is the very constituent of reality. In daily life, things move and change between extremes and contrasts, i.e., rise and fall, success and failure, gain and loss, honor and contempt, praise and blame, and so on. No one can be sure that a “rise” does not follow with a “fall”, a success does not follow with a failure, a gain with a loss, an honor with a contempt, and a praise with a blame. To thoroughly understand this rule of change or impermanence, Buddhists are no longer dominated by happiness, sorrow, delight, despair, disappointment, satisfaction, self-confidence and fear.

In the noble teachings of the Buddha, it is honesty, kindness, understanding, patience, generosity, forgiveness, loyalty and other good qualities that truly protect us and give us true happiness and prosperity. A man who possesses the above mentioned characteristics, that man is travelling on the Path to the Buddha’s Land. It is true that Buddhahood cannot be found outside. It has no limit and not be

confined in the East, West, South or North. It is in fact, in every man's mind. In the Lotus Sutra, the Buddha taught: "Once upon a time, there was a father who was very old and death was hovering on him. He had a little son and wanted him to be well off in the future. He hid a very valuable diamond between the hems of his son's shirt and then gave him some advice. After his father's passing away, the son forgot completely about the hidden diamond. He became poor, wandering here and there to beg for help, met with nothing but refusal. One day, he suddenly remembered about the hidden treasure left by his father, from thence he became a rich man and no longer depended on others for help."

Most of us are agreed to the fact that among all living beings, human beings are unique beings who can understand what we are and what we should be. Compared to other beings, man is most complete and superior not only in the mentality and thinking, but also in the ability of organization of social life. Human beings' life cannot be substituted nor repeated nor determined by someone else. Once we are born in this world, we have to live our own life, a meaningful and worth living life. Thus the ancient said: "Man is the most sacred and superior animal." And the Buddha taught in the Upasaka Sutra: "In all beings, man is endowed with all necessary faculties, intelligence. Besides man's conditions are not too miserable as those beings in hell, not too much pleasure as those beings in heaven. And above all, man's mind is not so ignorant as that of the animals." So man has the ability to build and improve his own life to the degree of perfection.

## ***II. Superstition:***

Superstition is a wrong belief or rite unreasoningly upheld by faith such as venerating the head of tiger, and buffalo, the snake and centipede deities, the Lares, consulting fortuneteller, reading the horoscope, etc. Buddhism means wisdom, therefore, Buddhism never accept superstitions; however, superstitious beliefs and rituals are adopted to decorate a religion in order to attract the multitude. But after some time, the creeper which is planted to decorate the shrine outgrows and outshines the shrine, with the result that religious tenets are relegated to be the background and superstitious beliefs and rituals become predominant. Superstition also means to believe that the

nature of images or statues is vivified into godship. Devout Buddhists should always remember that from the beginning, the Buddha condemned the observance of ceremonies and other external practices, which only tend to increase our spiritual blindness and our clinging to more superstitions.

### ***III. Dead Buddhism:***

Dead Buddhism is a kind of Buddhism with its superfluous organizations, classical rituals, multi-level offerings, dangling and incomprehensible sutras written in strange languages which puzzle the young people. In their view the Buddhist pagoda is a nursing home, a place especially reserved for the elderly, those who lack self-confidence or who are superstitious. Furthermore, there exists a dead Buddhism when the Buddhadharma is only in talking, not in practice. It's not enough to say that we believe in the Buddha; it's better not to know the Buddhadharma than knowing it only for talking. Time flies really fast like a flying arrow, and days and months fly by like a shuttlecock. The water waves follow one after another. Life is passing quickly in the same manner. Impermanence avoids nobody, youth is followed by old age moment after moment, and we gradually return to the decay and extinction of old age and death, leaving no trace or shadow. Sincere Buddhists should always remember that if we merely believe in Buddhism without practicing, it's no better than believing in a dead Buddhism. It's like going into a restaurant and reading the menu to enjoy ourselves without ordering any food for eating. It does not benefit us in the least. Thus, we should always bear in mind that if the Way is not put in practice, it's a dead or dead-end Way; if the virtue is not achieved by cultivating, it's not a real virtue.

***Luận Thứ Năm***  
***The Fifth Essay***

***Vị Trí Con Người Trong Tôn Giáo***

***I. Chúng Sanh Con Người:***

Theo quan điểm Phật giáo, về mặt vật thể thì nguồn gốc của vũ trụ chính là năng lượng, còn xét về các sinh vật sống trong đó thì nguồn gốc tạo ra đời sống của mỗi chúng sanh chính là nghiệp lực của những hành vi mà chúng sanh ấy đã tạo ra. Nghiệp lực là nguyên nhân khiến chúng sanh phải tái sanh theo một hình thức nào đó. Nếu một chúng sanh con người giữ tròn năm giới thì chúng sanh ấy sẽ được tiếp tục tái sanh làm con người. Dù con người không toàn thiện hay toàn ác, nhưng bản tánh con người vốn ôn hòa, có thể hòa hợp được với người khác. Nếu hoàn toàn tốt thì chúng sanh ấy đã sanh lên cõi trời, ngược lại nếu hoàn toàn ác thì người ấy đã sanh làm súc sanh, ngạ quỷ hay địa ngục rồi. Thường thì chúng sanh con người có phước báu mà cũng có tội lỗi. Có khi thì công nhiều, tội ít; có khi thì tội nhiều công ít. Khi có công nhiều tội ít thì chúng sanh con người được sanh vào gia đình giàu sang phú quý. Nếu công ít tội nhiều thì sanh vào gia đình khốn khổ bần cùng. Nói chung, Phật giáo cho rằng việc sanh ra trong cõi người là một trong những hình thức đời sống lý tưởng nhất vì rất thuận lợi cho việc tu tập. So với con người thì thần linh phải được xem là ở hình thức thấp hơn, tuy thần linh có thể có những khả năng mà con người không có, như một số năng lực siêu nhiên. Thật ra, thần linh cũng chỉ là một phần của thế giới mà loài người đang sống và hình thức đời sống của họ kém hiệu quả hơn con người trong việc tu tập.

Con người là những chúng sanh có tâm trí đã nâng cao hay phát triển, biết phân biệt đâu là hợp và không hợp với luân lý đạo đức hơn những chúng sanh khác. Cảnh giới trong đó hạnh phúc và khổ đau lẫn lộn. Chư vị Bồ Tát thường chọn tái sanh vào cảnh này vì ở đây có nhiều hoàn cảnh thuận lợi để hành những pháp cần thiết nhằm thành tựu quả vị Phật. Kiếp sống cuối cùng của các vị Bồ Tát thường ở cảnh người. Nhân đạo là một trong sáu đường trong vòng luân hồi trong đó chúng sanh có thể được sanh vào. Chúng sanh con người có suy tưởng trong dục giới, những nghiệp trong quá khứ ảnh hưởng đến hoàn cảnh hiện tại. Con người chiếm một vị trí rất quan trọng trong vũ trụ của

Phật giáo, vì con người có quyền năng quyết định cho chính họ. Đời sống con người là sự hỗn hợp của hạnh phúc và đắng cay.

Chúng sanh con người có suy tưởng trong dục giới, những nghiệp trong quá khứ ảnh hưởng đến hoàn cảnh hiện tại. Con người chiếm một vị trí rất quan trọng trong vũ trụ của Phật giáo, vì con người có quyền năng quyết định cho chính họ. Đời sống con người là sự hỗn hợp của hạnh phúc và đắng cay. Theo Đức Phật, con người có thể quyết định dành cuộc đời cho những mục tiêu ích kỷ, bất thiện, một hiện hữu suông rỗng, hay quyết định dành đời mình cho việc thực hiện các việc thiện làm cho người khác được hạnh phúc. Trong nhiều trường hợp, con người cũng có thể có những quyết định sinh động để uốn nắn đời mình theo cách này hay cách khác; con người có cơ hội nghĩ đến đạo và giáo lý của Ngài hầu hết là nhằm cho con người, vì con người có khả năng hiểu biết, thực hành và đi đến chứng ngộ giáo lý. Chính con người, nếu muốn, họ có thể chứng nghiệm giác ngộ tối thượng và trở thành Phật, đây là hạnh phúc lớn không phải chỉ chứng đắc sự an tịnh và giải thoát cho mình, mà còn khai thị đạo cho nhiều người khác do lòng từ bi.

Theo Phật giáo Đại Thừa Tây Tạng, có bốn trạng thái trải qua trong một đời người: trạng thái được sanh ra, là một trạng thái rất ngắn ngủi, chỉ ngay trong khoảnh khắc của sự thụ thai; khoảnh khắc kế tiếp mới là sự khởi đầu của trạng thái có thời gian đầu tiên, kéo dài cho đến khi thân thô thiển bắt đầu hình thành cho đến khi chết; rồi trong suốt trạng thái chết, ngay cả khi diễn ra trong thân xác già nua, mối quan hệ của lực nâng đỡ cho thức và cái mà thức nâng đỡ ở trong thân rất là dữ dội; vào đúng thời điểm chết, mối quan hệ của thức được nâng đỡ bởi nền tảng vật chất chỉ còn được diễn ra ở mức độ vi tế nhất. Vào thời điểm này, tâm thức cá nhân được nối kết với nguồn lực vi tế nhất, hay còn gọi là “khí”. Với người sẽ trải qua trạng thái thân trung ấm, ngay khi trạng thái chết chấm dứt thì trạng thái thân trung ấm liền bắt đầu. Trong trạng thái thân trung ấm, dù chúng sanh không có một thân vật lý thô, nhưng họ cũng có một sắc thể do sự tương tác giữa luồng khí nội lực và thần thức. Nó thô trọng hơn so với thân vật chất thông thường mà chúng ta nhìn thấy. Nó sẽ mang hình dáng của loài chúng sanh mà nó sẽ tái sanh.



## **II. Sanh Là Người Là Khó:**

Cơ hội được tái sanh làm con người rất ư là hãn hữu, chính vì thế mà Đức Phật dạy: “Được sinh ra làm người là điều vô cùng quý báu, một cơ hội lớn lao không nên để uổng phí. Giả tử có một người ném vào đại dương một mảnh ván, trên mảnh ván có một lỗ hổng, mảnh ván trôi dạt do nhiều luồng gió và nhiều dòng nước xô đẩy trên đại dương. Trong đại dương có một con rùa chột mắt, một trăm năm mới ngoi lên mặt biển một lần để thở. Dù cho mất cả một đại kiếp, con rùa cũng khó mà trôi lên mặt nước và chui vào lỗ hổng của mảnh ván ấy. Cũng thế, nếu một khi người ta đã bị đọa xuống ba cảnh giới đầy thống khổ hay hạ tam đồ, thì việc được tái sanh làm người cũng thật là hiếm hoi.” Cõi người sướng khổ lẫn lộn, nên dễ tiến tu để đạt thành quả vị Phật; trong khi các cõi khác như cõi trời thì quá sướng nên không màng tu tập, cõi súc sanh, ngạ quỷ và địa ngục thì khổ sở ngu tối, nhơ nhớp, ăn uống lẫn nhau nên cũng không tu được. Trong các trần bảo, sinh mạng là hơn, nếu mạng mình còn là còn tất cả. Chỉ mong sao cho thân mạng này được sống còn, thì lo chi không có ngày gầy dựng nên cơ nghiệp. Tuy nhiên, vạn vật ở trên đời nếu đã có mang cái tướng hữu vi, tất phải có ngày bị hoại diệt. Đời người cũng thế, hễ có sanh là có tử; tuy nói trăm năm, nhưng mau như ánh chớp, thoáng qua tựa sương, như hoa hiện trong gương, như trăng lồng đáy nước, hơi thở mong manh, chứ nào có bền lâu? Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng khi sanh ra đã không mang theo một đồng, nên khi chết rồi cũng không cầm theo một chữ, suốt đời làm lụng khổ thân tích chứa của cải, rốt cuộc vô ích cho bản thân mình trước cái sanh lão bệnh tử. Sau khi chết đi, của cải ấy liền trở qua tay người khác một cách phủ phàng. Lúc ấy không có một chút phước lành nào để cho thần thức nương cậy về kiếp sau, cho nên phải đọa vào tam đồ ác đạo. Cổ đức có dạy: “Thiên niên thiết mộc khai hoa dị, nhất thất nhưn thân vạn kiếp nan.” Nghĩa là cây sắt ngàn năm mà nay nở hoa cũng chưa lấy làm kinh dị, chớ thân người một khi đã mất đi thì muôn kiếp cũng khó mà tái hồi. Vì thế, Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ những gì Phật dạy: “Thân người khó được, Phật pháp khó gặp. Được thân người, gặp Phật pháp, mà ta nỗ lực cho thời gian luống qua vô ích, quả là uổng cho một kiếp người.”

### ***III. Kiếp Nhân Sinh***

Kiếp sống hiện tại do Ái và Thủ (Tanha-Upadana) của kiếp quá khứ tạo thành. Ái và Thủ những hành động có chủ ý trong kiếp hiện tại sẽ tạo thành sự tái sinh trong tương lai. Theo Phật giáo thì chính hành nghiệp này đã phân loại chúng sanh thành cao thượng và thấp hèn. Các chúng sanh là kẻ thừa tự của nghiệp, là chủ nhân của nghiệp. Nghiệp là thai tạng, nghiệp là quyến thuộc, là điểm tựa, nghiệp phân chia các loài hữu tình; nghĩa là có liệt có ưu (Dhammapada 135). Theo sinh học hiện đại, đời sống mới của con người bắt đầu ngay trong khoảnh khắc kỳ diệu. Khi một tế bào tinh trùng của người cha kết hợp với tế bào hay noãn bào của người mẹ. Đây là khoảnh khắc tái sinh. Khoa học chỉ đề cập đến hai yếu tố vật lý thông thường. Tuy nhiên, Phật giáo nói đến yếu tố thứ ba được xem là thuần túy tinh thần. Theo Kinh Mahatanhasamkhaya trong Trung Bộ Kinh, do sự kết hợp của 3 yếu tố mà sự thụ thai xảy ra. Nếu người mẹ và cha giao hợp với nhau, nhưng không đúng thời kỳ thụ thai của người mẹ, và chúng sanh sẽ tái sinh không hiện diện, thì một mầm sống không được gieo vào, nghĩa là bào thai không thành hình. Nếu cha mẹ giao hợp đúng thời kỳ thụ thai của người mẹ, nhưng không có sự hiện diện của chúng sanh sẽ tái sinh, lúc đó cũng không có sự thụ thai. Nếu cha mẹ giao hợp với nhau đúng thời kỳ thụ thai của người mẹ và có sự hiện diện của chúng sanh sẽ tái sinh, lúc ấy mầm sống đã được gieo vào bào thai thành hình. Yếu tố thứ ba chỉ là một thuật ngữ cho thức tái sinh. Cũng cần phải hiểu rằng thức tái sinh này không phải là một “tự ngã” hay “linh hồn” hoặc một thực thể cảm thọ quả báo tốt xấu của nghiệp thiện ác. Thức cũng phát sanh do các duyên. Ngoài duyên không thể có thức sanh khởi.

Theo Hòa Thượng Piyadassi trong quyển “Con Đường Cổ Xưa”, cuộc đời, theo đạo Phật là biển khổ. Cái khổ thống trị mọi kiếp sống. Nó chính là vấn đề căn bản của cuộc sống. Thế gian đầy khổ đau và phiền não, không ai thoát khỏi sự trói buộc của nỗi bất hạnh này, và đây là một sự thật chung mà không một người sáng suốt nào có thể phủ nhận. Tuy nhiên, việc nhìn nhận sự kiện phổ quát này không có nghĩa là phủ nhận hoàn toàn mọi lạc thú hay hạnh phúc ở đời. Đức Phật, bậc thuyết Khổ, chưa bao giờ phủ nhận hạnh phúc cuộc sống khi Ngài đề cập đến tính chất phổ quát của Khổ. Cơ cấu tâm-vật lý này chịu sự thay đổi không ngừng, nó tạo ra các tiến trình tâm-vật lý mới

trong từng sát na và như vậy bảo tồn được tiềm năng cho các tiến trình cơ cấu trong tương lai, không để lại khe hở nào giữa một sát na với sát na kế. Chúng ta sống và chết trong từng sát na của đời mình. Cuộc sống chẳng qua chỉ là sự trở thành và hoại diệt, một sự sanh và diệt (udaya-vaya) liên tục, tựa như những lượn sóng trên đại dương vậy. Tiến trình tâm-vật lý biến đổi liên tục này rõ ràng đã cho chúng ta thấy, cuộc sống này không dừng lại vào lúc chết mà sẽ tiếp tục mãi mãi. Chính dòng tâm năng động mà chúng ta thường gọi là ý chí, khát ái, ước muốn hay tham ái đã tạo thành nghiệp lực. Nghiệp lực mạnh mẽ này, ý chí muốn sinh tồn này, đã duy trì cuộc sống. Theo Phật giáo, không chỉ có cuộc sống con người mà cả thế gian hữu tình này đều bị lôi kéo bởi sức mạnh vĩ đại này, đó là tâm và các tâm sở, thiện hoặc bất thiện của nó.

“Mạng sống mong manh, Cái chết là chắc chắn”. Đây là một câu nói nổi tiếng trong Phật Giáo. Nếu chúng ta luôn biết rằng cái chết là chắc chắn và là một hiện tượng tự nhiên mà mọi người rồi sẽ phải kinh qua, thì chúng ta sẽ không còn sợ hãi trước cái chết. Tuy nhiên, tất cả chúng ta ai cũng sợ chết vì chúng ta không nghĩ về sự tất yếu của nó. Trái lại, chúng ta thích chấp thủ vào đời sống và từ đó phát sinh ra đủ thứ tham chấp. Theo Tăng sĩ người Đức Nyanatiloka kể lại lời của Visuddhi-Magga như sau: “Các thực thể chỉ có một khoảng khắc rất ngắn để sống, ngang với thời gian của một tia chớp. Khi thời gian đó kết thúc thì thực thể ấy tiêu tan. Thế là thực thể của quá khứ đã chết, không còn đang sống và cũng không sống lại được trong hiện tại hay tương lai. Thực thể trong hiện tại không sống trong quá khứ, nó đang sống trong khoảng khắc hiện tại, nhưng cũng không sống trong tương lai không sống trong quá khứ hay hiện tại, nó chỉ sống về sau này. Một thực thể trong tương lai. Thật vậy, cuộc đời là một giấc mơ dài. Ngay cả sau giấc ngủ, khi chúng ta thức dậy, có cái gì khác nhau giữa giấc mơ mình có đêm qua và những tháng ngày thơ ấu của mình đâu? Chúng ta có cảm giác thấy rằng chúng ta đang tái sinh mỗi buổi sáng sau giấc ngủ hay có cảm giác đang tái sinh trong từng khoảnh khắc sau hơi thở. Như vậy không có một cái “Ta” thật sự nào trong những cái tái sinh mà mình có ấy không? Chắc chắn là không! Kỳ thật, chúng ta đang biến đổi vô tận. Và chúng ta biết chúng ta là các niệm đang được hiển lộ, thế thôi!

Theo Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Chương 38, Đức Phật hỏi một vị Sa Môn: “Sinh mạng của con người tồn tại bao lâu?” Vị Sa Môn đáp: “Bạch Thế tôn, trong vài ngày.” Phật nói: “Ông chưa hiểu Đạo.” Đức Phật hỏi một Sa môn khác: “Sinh mạng con người tồn tại bao lâu?” Vị kia đáp: “Bạch Thế Tôn, khoảng một bữa ăn.” Phật nói: “Ông chưa hiểu Đạo.” Đức Phật lại hỏi một vị khác: “Sinh mạng con người tồn tại bao lâu?” Vị kia đáp: “Bạch Thế Tôn, khoảng một hơi thở.” Phật khen: “Hay lắm! Ông là người hiểu Đạo.” Đức Phật đã nhiều lần dạy: “Mạng sống con người trong hơi thở, thở ra mà không thở vào là đã mạng một và bước sang kiếp khác”. Thật vậy, cuộc sống của chúng ta khác nào hơi thở ra thở vào, giống như lá sinh ra trên cành rồi rụng xuống. Ngày xưa tại các chùa, những chú tiểu phải cùng nhau quét lá ở lối đi và sân chùa. Quét xong hàng này, hàng kia lá đã tràn ngập, quét đến cuối đường thì đầu đường lá đã phủ đầy những chỗ họ vừa quét xong. Khi hiểu được bài học lá rụng, chúng ta có thể quét sạch lối đi hàng ngày và gạt hái hạnh phúc lớn lao trong cuộc sống phù du biến đổi này.

Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Được sinh làm người là khó, được sống còn là khó, được nghe Chánh pháp là khó, được gặp Phật ra đời là khó (182). “Mùa mưa ta ở đây, đông hạ ta cũng ở đây,” đấy là tâm tưởng của hạng người ngu si, không tự giác những gì nguy hiểm (286). Người đắm yêu con cái và súc vật thì tâm thường mê hoặc, nên bị tử thần bắt đi như xóm làng đang say ngủ bị cơn nước lũ lôi cuốn mà không hay (287). Một khi tử thần đã đến, chẳng có thân thuộc nào có thể thế thay, dù cha con thân thích chẳng làm sao cứu hộ (288).” Vì vậy, Đức Phật dạy tiếp: “Sống trăm tuổi mà phá giới và buông lung, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà trì giới, tu thiền định (110). Sống trăm tuổi mà thiếu trí huệ, không tu thiền, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà đủ trí, tu thiền định (111). Sống trăm tuổi mà giải đãi không tinh tấn, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà hăng hái tinh cần (112). Sống trăm tuổi mà không thấy pháp vô thường sinh diệt, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà được thấy pháp sinh diệt vô thường (113). Sống trăm tuổi mà không thấy đạo tịch tịnh vô vi, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà được thấy đạo tịch tịnh vô vi (114). Sống trăm tuổi mà không thấy pháp tối thượng, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà được thấy pháp tối thượng (115).”

Thế giới ngày nay không còn giống như thế giới của nửa thế kỷ về trước nữa. Những quan niệm về tốt xấu đã thay đổi nhanh chóng, những thái độ đối với cái hợp đạo lý và không hợp với đạo lý cũng đã khác đi, và cái nhìn chung vào con người và sự vật cũng trở nên khác biệt. Chúng ta đang sống trong một thời đại vội vã, gấp rút và nhanh chóng. Căng thẳng bất cứ nơi đâu. Nếu bạn đứng ở một góc đường nhộn nhịp và nhìn kỹ sắc mặt của những người qua lại một cách vội vã, bạn sẽ nhận thấy rằng phần lớn những người ấy có vẻ lảng xăng, lộn xộn, và nghỉ ngơi lo âu, chứ không có mấy người thoải mái. Họ mang theo với họ một bầu không khí căng thẳng. Họ là hình ảnh của sự vội vã lo âu. Hiếm khi chúng ta tìm được một hình ảnh an tịnh, bình thản và thoải mái trên những gương mặt của họ. Đó là thế giới hiện đại. Đặc điểm của thế giới ngày nay là hối hả vô trật tự, đưa đến những quyết định nhanh chóng và những hành động thiếu thận trọng. Vài người la to nói lớn trong khi có thể nói một cách bình thường được và người khác thì nóng nảy kích thích thốt ra những lời lẽ giận dữ rồi hết hơi khi câu chuyện kết thúc. Trên phương diện tâm lý mà nói thì bất cứ sự kích thích nào cũng đưa tới sự căng thẳng thần kinh và đẩy mạnh các hoạt động trong cơ thể. Không phải là hiếm khi một người lái xe bực dọc khi thấy đèn xanh hóa ra vàng. Người có tánh lo âu xem những việc nhỏ nhặt như vậy là một khủng hoảng hay một mối đe dọa. Kết quả là con người trở nên lo âu và không có hạnh phúc. Một đặc điểm khác nữa của thế giới ngày nay là sự ồn ào. Người ta nói “âm nhạc có sức hấp dẫn,” nhưng ngày nay, ngay cả đến âm nhạc cũng không làm vừa ý nhiều người nếu nó không ồn ào náo nhiệt. Đối với những người ấy, tiếng ồn càng to thì càng có tính cách âm nhạc nhiều hơn. Những ai trong chúng ta đang sống trong các thành phố lớn không còn thì giờ để nghĩ đến tiếng ồn ào. Cuộc sống của chúng ta đã bị nó điều kiện hóa. Chúng ta trở nên rất quen thuộc với tiếng ồn ào. Sự ồn ào nhộn nhịp và căng thẳng ấy phương hại nhiều đến sức khỏe của chúng ta và gây những chứng bệnh như đau tim, ung thư, lở loét, thần kinh và mất ngủ. Phần lớn những chứng bệnh của chúng ta phát sanh do những trạng thái bản khoản, phiền muộn, sầu não về đời sống kinh tế. Những chấn động thần kinh trong cuộc sống hiện đại và luôn luôn bị kích thích, không yên nghỉ. Thần kinh càng mệt mỏi càng làm cho đời sống căng thẳng đẩy mạnh đưa đến kích thích quá độ. Chuyện thường xảy ra là sau một ngày làm việc người ta trở về nhà với tâm

thần mệt mỏi. Do đó sự chú tâm kém đi và có làm công việc gì bằng tay chân hay trí óc cũng không có công hiệu. Người ta dễ bị kích động và nhanh chóng tìm lỗi hay kiếm chuyện gây gổ với người khác. Bao nhiêu chuyện dồn dập quay trở vào bên trong làm cho người ta đau đớn, áp huyết tăng cao và mất ngủ. Những triệu chứng thần kinh mệt mỏi ấy rõ ràng cho thấy rằng tâm của con người trong thế giới hôm nay cần phải được an nghỉ, một sự an nghỉ có phẩm chất cao. Nhu cầu tiên quyết cho sự lành mạnh của nhân tâm trong thế giới ngày nay. Chúng ta nên để ý rằng rút lui cái tâm ra khỏi cuộc sống bận rộn và phiền toái ở đời là nhu cầu tiên quyết cho sự lành mạnh của tâm. Mỗi khi chúng ta có được cơ hội chúng ta nên cố gắng thoát ra khỏi thành phố để ngồi yên lại trầm tư mặc niệm, gọi đó là “Du Già,” chú niệm, hoặc hành thiền. Chúng ta hãy tập giữ im lặng. Im lặng đem lại rất nhiều lợi lạc. Nghĩ rằng chỉ có những người ồn ào, lảng xãng mới là mạnh mẽ, nghĩ như vậy là sai lầm. Im lặng là vàng, và chúng ta chỉ nên nói khi nào lời nói ấy có lợi ích hơn là im lặng. Chính trong sự im lặng mà người ta rèn đúc được những năng lực vĩ đại nhất. Giữ im lặng là tối trọng yếu. Khi hành thiền chúng ta phải tuyệt đối giữ im lặng. Chính vì thế mà trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Người nào xem thế gian nầy như bọt nước, như ảo ảnh thì sẽ chấm dứt mọi đau khổ và chẳng còn sợ thần chết kéo lôi (170). Giả sử thế gian nầy có được trang hoàng long lẫy như chiếc xe của vua đi nữa, thì trong số người đến xem, chỉ người ngu mới tham đắm, chứ kẻ trí nào hề bận tâm (171). Người nào trước buông lung sau lại tinh tấn, người đó là ánh sáng chiếu cõi thế gian như vầng trăng ra khỏi mây mù (172). Người nào trước làm ác sau lại làm lành, người đó là ánh sáng chiếu cõi thế gian như vầng trăng ra khỏi mây mù (173). Như chim thoát khỏi lưới, chẳng mấy con bay thẳng lên trời cao, trong thế gian nầy mù mịt chẳng mấy người sáng suốt trông thấy cao xa (174).”

#### ***IV. Vị Trí Của Con Người Trong Tôn Giáo:***

Hầu hết ai trong chúng ta đều cũng phải đồng ý rằng trong tất cả các loài sinh vật, con người là những sinh vật độc nhất trong hoàn vũ có thể hiểu được chúng ta đang làm cái gì và sẽ làm cái gì. So sánh với các loài khác thì con người có phần thù thắng và hoàn hảo hơn chẳng những về mặt tinh thần, tư tưởng, mà còn về phương diện khả năng tổ chức xã hội và đời sống nữa. Đời sống của con người không thể nào bị

thay thế, lập lại hay quyết định bởi bất cứ một ai. Một khi chúng ta được sanh ra trong thế giới này, chúng ta phải sống một cuộc sống của chính mình sao cho thật có ý nghĩa và đáng sống. Chính vì thế mà cổ đức có dạy: “Con người là một sinh vật tối linh” hay con người được xếp vào hàng ưu tú hơn các loài khác. Và Đức Phật dạy trong kinh Ưu Bà Tắc: “Trong mọi loài, con người có những căn và trí tuệ cần thiết. Ngoài ra, điều kiện hoàn cảnh của con người không quá khổ sở như những chúng sanh trong địa ngục, không quá vui sướng như những chúng sanh trong cõi trời. Và trên hết, con người không ngu si như loài súc sanh.” Như vậy con người được xếp vào loại chúng sanh có nhiều ưu điểm. Con người có khả năng xây dựng và cải tiến cho mình một cuộc sống toàn thiện toàn mỹ. Phật giáo xem con người là một chúng sanh rất nhỏ, không chỉ về sức mạnh mà còn về tuổi thọ. Con người không hơn gì các sinh vật khác trong vũ trụ này ngoại trừ khả năng hiểu biết. Con người được coi như là một sinh vật có văn hóa, biết hòa hợp với sinh vật khác mà không hủy hoại chúng. Tôn giáo được con người đặt ra cũng với mục đích ấy. Mọi sinh vật sống đều chia sẻ cùng lực sống truyền cho con người. Con người và những sinh vật khác là một phần của sinh lực vũ trụ mang nhiều dạng thức khác nhau trong những kiếp tái sanh vô tận, chuyển từ người thành vật tới những hình thái siêu phàm và rồi trở lại trong một chu kỳ bất tận. Theo vũ trụ luận Phật giáo, con người chỉ đơn giản là một cư dân trên một trong những cảnh giới hiện hữu mà các chúng sanh khác cũng có thể đến sau khi chết. Thế giới con người là sự pha trộn vừa phải giữa hạnh phúc và khổ đau, con người ở trong một vị trí thuận lợi để tạo hay không tạo nghiệp mới, và như vậy con người có thể uốn nắn định mệnh của chính mình. Con người quả thực là người Sáng Tạo và người Cứu Tinh của chính mình. Nhiều người tin rằng tôn giáo từ trời đi xuống, nhưng người Phật tử biết rằng Phật giáo khởi thủy từ trái đất và tiến dần lên trời, lên Phật. Sự khó khăn về việc được sanh làm người nó khó như việc con rùa biển một mắt, từ đáy biển trôi lên trong một bong cây, thấy được vầng nhật nguyệt, rồi theo lượn sóng mà tấp vào bờ. Rùa mù gặp khúc gỗ trôi giữa biển đã là khó, ví với sanh làm người và gặp được Phật Pháp lại càng khó hơn (ý này ví với một con rùa mù giữa biển khơi mà vớ được khúc gỗ nổi. Theo Kinh Tạp A Hàm, trong biển cả có một con rùa mù, sống lâu vô lượng kiếp, cả trăm năm mới trôi đầu một lần. Có một khúc cây, trên có một lỗ lỗ, đang trôi dạt dờ trên mặt

nước, rùa ta khi trôi lên đến mặt nước cũng vừa chạm vào bong cây. Kể phàm phu lặn trôi trong biển đời sanh tử, muốn trở lại được thân người quả là khó hơn thế ấy).

Đạo Phật coi thân người như cái túi da ô ướ. Phật tử chơn thuần chớ nên quá trân quý thân này. Kỳ thật, nó chỉ là cái túi da hôi thúi. Phải lia ý nghĩ đó chúng ta mới có thể dụng công tu hành được. Nếu không lia được nó, chúng ta sẽ biến thành nô lệ của nó và từ sáng sớm đến chiều tối chúng ta sẽ chỉ một bề phục vụ cho nó mà thôi. Người con Phật chơn thuần phải coi thân này như một cái túi da hôi thúi, nghĩa là tránh sự coi trọng nó. Coi nó là quan trọng là chướng ngại lớn trên bước đường tu tập của chúng ta. Chúng ta phải mượn cái giả để tu lấy cái thật, tức là chỉ xem thân này như một phương tiện mà thôi. Theo Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Chương 26, Thiên thần dâng cho Đức Phật một ngọc nữ với ý đồ phá hoại tâm ý của Phật. Phật bảo: “Túi da ô ướ, người đến đây làm gì? Đi đi, ta không dùng đâu.” Thiên thần càng thêm kính trọng, do đó mà hỏi về ý của Đạo. Đức Phật vì ông mà giảng pháp. Ông nghe xong đắc quả Tu-Đà-Hoàn.” Tuy nhiên, cũng theo đạo Phật, thì “nhân đạo” là con đường lý tưởng cho chúng sanh tu tập và đạt thành Phật quả, vì họ không phải thường xuyên chịu đựng khổ đau như các chúng sanh trong ba đường dữ (địa ngục, ngạ quỷ và súc sanh), họ cũng không có những đời sống quá sung sướng của chư thiên để xao lãng việc tu tập. Ngược lại, họ chịu khổ đau vừa đủ để thấy được thực tánh của vạn hữu (vô thường, khổ và vô ngã). Vì vậy mà Đức Phật dạy, “con người có thể quyết định dành cuộc đời cho những mục tiêu ích kỷ, bất thiện, một hiện hữu suông rỗng, hay quyết định dành đời mình cho việc thực hiện các việc thiện làm cho người khác được hạnh phúc.” Trong nhiều trường hợp, con người cũng có thể có những quyết định sinh động để uốn nắn đời mình theo cách này hay cách khác; con người có cơ hội nghĩ đến đạo và giáo lý của Ngài hầu hết là nhằm cho con người, vì con người có khả năng hiểu biết, thực hành và đi đến chứng ngộ giáo lý. Chính con người, nếu muốn, họ có thể chứng nghiệm giác ngộ tối thượng và trở thành Phật, đây là hạnh phúc lớn không phải chỉ chứng đắc sự an tịnh và giải thoát cho mình, mà còn khai thị đạo cho nhiều người khác do lòng từ bi. Cơ hội được tái sanh làm con người rất ư là hãn hữu, chính vì thế mà Đức Phật dạy: “Được sinh ra làm người là điều vô cùng quý báu, một cơ hội lớn lao không nên để uổng phí. Giả tử có một người ném vào đại dương một



mảnh ván, trên mảnh ván có một lỗ hổng, mảnh ván trôi dạt do nhiều luồng gió và nhiều dòng nước xô đẩy trên đại dương. Trong đại dương có một con rùa chột mắt, một trăm năm mới ngoi lên mặt biển một lần để thở. Dù cho mất cả một đại kiếp, con rùa cũng khó mà trôi lên mặt nước và chui vào lỗ hổng của mảnh ván ấy. Cũng thế, nếu một khi người ta đã bị đọa xuống ba cảnh giới đầy thống khổ hay hạ tam đồ, thì việc được tái sinh làm người cũng thật là hiếm hoi. Cũng theo Phật giáo, con người khác với con vật vì chỉ có con người mới có khả năng phát triển trí tuệ và hiểu biết phản ảnh được lý luận của mình mà thôi. Con người có nghĩa là một chúng sanh có khả năng hay có cái tâm để suy nghĩ. Mục đích chân chánh và thành thực của tôn giáo là giúp cho con người ấy suy nghĩ đúng để nâng con người ấy lên trên tầm của con vật và giúp con người đạt được hạnh phúc tối thượng.”

### *Man's Place in Religions*

#### **I. Human Beings:**

In terms of matter, the Buddhist view of the origin of the universe is energy. In terms of the sentient beings, the force that produces them is that of the actions they have accumulated, which cause them to be reborn in that way. If a human being keeps the five basic precepts, he or she will continue to be reborn in the human path. People are neither completely good nor completely bad, but human beings are harmonious by nature and can get along with other people. If they were completely good, they would ascend to the heavens. If they were completely bad, they would become either animals, or hungry ghosts, or even fall into the hells. Human beings have both merits and offenses. Either their merit exceeds their offenses, or their offenses exceed their merit. When a person's merit is greater than his offenses, he will be born in a rich and respectable family; but with little merit and many offenses he will be born into a poor and miserable family. Generally speaking, Buddhism believes that birth as a human being is one of the most ideal forms of existence because it is conducive to cultivation. So compared to human beings, gods would in fact be considered inferior, even though gods may have some abilities that human beings do not have, such as some supernatural powers. In fact, the realm of gods is still a

part of this world where human beings also live, but that form of existence is less effective for cultivation of the Buddha-dharma.

Human beings are living beings in this realm have sharp or developed minds, capable of weighty moral and immoral action than any other living beings. The human realm is a mixture of both pain and pleasure, suffering and happiness. Bodhisattvas always choose this realm as their last existence because it offers opportunity for attaining Buddhahood. The human realm is one of the six destinies (gati) within cyclic existence (samsara) into which beings may be born. The sentient thinking being in the desire realm, whose past deeds affect his present condition. Man occupies a very important place in the Buddhist cosmos because he has the power of decision. Human life is a mixture of the happy with a good dash of the bitter.

The sentient thinking being in the desire realm, whose past deeds affect his present condition. Man occupies a very important place in the Buddhist cosmos because he has the power of decision. Human life is a mixture of the happy with a good dash of the bitter. According to the Buddha, a man can decide to devote himself to selfish, unskillful ends, a mere existence, or to give purpose to his life by the practice of skillful deeds which will make others and himself happy. Still, in many cases, man can make the vital decision to shape his life in this way or that; a man can think about the Way, and it was to man that the Buddha gave most of his important teachings, for men could understand, practice and realize the Way. It is man who can experience, if he wishes, Enlightenment and become as the Buddha and the Arahants, this is the greatest blessing, for not only the secure tranquillity of one person's salvation is gained but out of compassion the Way is shown in many others.

According to the Tibetan Mahayan Buddhism, there are four states of a human being's life: the birth state is said to be momentary, just at the point of conception; the next moment is the beginning of the prior time state, ranging from when the coarse body starts to form until death; then during the death state, even though it is taking place within the old body, the relationship of support and supporter of consciousness abiding in the body has been severed; At the point of death, the relationship of consciousness supported by a physical base takes place only on the subtlest level. At this point, individual consciousness is

conjoined with the subtlest inner energy or “air”. For one who is going to pass through the intermediate states, as soon as the death state stops, the intermediate state begins. In the intermediate states, although one does not have a gross physical body, one does have a form achieved through the inextrication of inner air and consciousness. It is grosser than the most subtle body, but more subtle than the usual physical one we see. It will have the shape of the being which one will be reborn.

***II. It's Difficult to Be Reborn as a Human Being:***

The opportunity to be reborn as a human being is so rare; thus the Buddha taught: “Supposing a man threw into the ocean a piece of wood with a hole in it and it was then blown about by the various winds and currents over the waters. In the ocean lived a one-eyed turtle which had to surface once in a hundred years to breathe. Even in one Great Aeon it would be most unlikely in surfacing, to put its head into the hole in that piece of wood. Such is the rarity of gaining birth among human beings if once one has sunk into the three woeful levels or three lower realms.” Human beings have both pleasure and suffering, thus it's easy for them to advance in cultivation and to attain Buddhahood; whereas the beings in the Deva realm enjoy all kinds of joy and spend no time for cultivation; beings in the realms of animals, hungry ghosts and hells are stupid, living in filth and killing one another for food. They are so miserable with all kinds of sufferings that no way they can cultivate. Of all precious jewels, life is the greatest; if there is life, it is the priceless jewel. Thus, if you are able to maintain your livelihood, someday you will be able to rebuild your life. However, everything in life, if it has form characteristics, then, inevitably, one day it will be destroyed. A human life is the same way, if there is life, there must be death. Even though we say a hundred years, it passes by in a flash, like lightning streaking across the sky, like a flower's blossom, like the image of the moon at the bottom of a lake, like a short breath, what is really eternal? Sincere Buddhists should always remember when a person is born, not a single dime is brought along; therefore, when death arrives, not a word will be taken either. A lifetime of work, putting the body through pain and torture in order to accumulate wealth and possessions, in the end everything is worthless and futile in the midst of birth, old age, sickness, and death. After death, all possessions

are given to others in a most senseless and pitiful manner. At such time, there are not even a few good merits for the soul to rely and lean on for the next life. Therefore, such an individual will be condemned into the three evil paths immediately. Ancient sages taught: “A steel tree of a thousand years once again blossom, such a thing is still not bewildering; but once a human body has been lost, ten thousand reincarnations may not return.” Sincere Buddhists should always remember what the Buddha taught: “It is difficult to be reborn as a human being, it is difficult to encounter (meet or learn) the Buddha-dharma; now we have been reborn as a human being and encountered the Buddha-dharma, if we let the time passes by in vain we waste our scarce lifespan.”

### *III. Human's Life*

The present birth is brought about by the craving and clinging karma-volition (tanha-upadana) of past births, and the craving and clinging acts of will of the present birth bring about future rebirth. According to Buddhism, it is this karma-volition that divides beings into high and low. According the Dhammapada (135), beings are heirs of their deeds; bearers of their deeds, and their deeds are the womb out of which they spring, and through their deeds alone they must change for the better, remark themselves, and win liberation from ill. According to modern biology, a new human life begins in that miraculous instant when a sperm cell from the father merges with an egg cell or ovum within the mother. This is the moment of birth. Science speaks of only these two physical common factors. Buddhism, however, speaks of a third factors which is purely mental. According to the Mahatanhasamkhaya-sutta in Majjhima Nikaya, by the conjunction of three factors does conception take place? If mother and father come together, but it is not the mother's proper season, and the being to be reborn (gandhabba) does not present itself, a germ of life is not planted. If the parents come together, and it is the mother's proper season, but the being to be reborn is not present, then there is no conception. If the mother and father come together, and it is the mother's proper season and the being to be reborn is also present, then a germ of life is planted there. The third factor is simply a term for the rebirth consciousness (patisandhi-vinnana). It should be clearly understood that this rebirth

consciousness is not a “self” or a “soul” or an “ego-entity” that experiences the fruits of good and evil deeds. Consciousness is also generated by conditions. Apart from condition there is no arising of consciousness.

According to Most Venerable Piyadassi in “The Buddha’s Ancient Path”, life according to Buddhism is suffering; suffering dominates all life. It is the fundamental problem of life. The world is suffering and afflicted, no being is free from this bond of misery and this is a universal truth that no sensible man who sees things in their proper perspective can deny. The recognition of this universal fact, however, is not totally denial of pleasure or happiness. The Buddha, the Lord over suffering, never denied happiness in life when he spoke of the universality of suffering. The psycho-physical organism of the body undergoes incessant change, creates new psycho-physical processes every instant and thus preserves the potentiality for future organic processes, and leaves the gap between one moment and the next. We live and die every moment of our lives. It is merely a coming into being and passing away, a rise and fall (udaya-vaya), like the waves of the sea. This change of continuity, the psycho-physical process, which is patent to us this life does not cease at death but continues incessantly. It is the dynamic mind-flux that is known as will, thirst, desire, or craving which constitutes karmic energy. This mighty force, this will to live, keeps life going. According to Buddhism, it is not only human life, but the entire sentient world that is drawn by this tremendous force, this mind with its mental factors, good or bad.

“Life is uncertain, death is certain.” This is a well-know saying in Buddhism. Knowing fully well that death is certain and is the natural phenomenon that everyone has to face, we should not be afraid of death. Yet all of us fear death because we do not think of its inevitability. We like to cling to our life and body and develop too much craving and attachment. A German monk named Nyanatiloka, reiterated the momentariness of existence from Visuddhi-Magga as follows: “All beings have only a very short instant to live, only so long as a moment of a slash of a lightning. When this is extinguished, the being is also extinguished. The beings of the last moment is now no longer living, and does not live now or will not live again later. The being of the present moment did not live previously, lives just now, but later will

not live any more. The being of the future has not lived yet in the past, does not yet lived now, and will only live later.” In fact, this life is a long dream. Even when we wake up after our night sleep, is there any difference among the dreams we had last night and the years of our childhood? We feel that we are reincarnating every morning after the sleep or we feel that we are reincarnating every moment after the breath. Thus, is there any real us in this process of reincarnation? Surely, not at all! As a matter of fact, we have been changing endlessly. And we know we are the thoughts being manifested. That’s all!

According to the Sutra in Forty-Two Sections, Chapter 38, the Buddha asked a Sramana: “How long is the human lifespan?” He replied: “A few days.” The Buddha said: “You have not yet understood the Way.” The Buddha asked another Sramana: “How long is the human lifespan?” The other replied: “The space of a meal.” The Buddha said: “You still have not yet understood the Way.” The Buddha then asked another Sramana: “How long is the human lifespan?” The last one replied: “The length of a single breath.” The Buddha said: “Excellent! You understand the Way.” The Buddha taught on many occasions: “Human life is only as long as one breath, for breathing out (exhaling) without breathing (inhaling) means we have already died and stepped over into a new lifetime.” In fact, our lives are like the breath, or like the growing and falling leaves. In the old days, at temples, the novices always must sweep falling leaves together on the open grounds and walkways of the monasteries. The leaves fall, the novices sweep, and yet, even while the sweeping continues and the near end of a long path is being clear, the novices can look back to the far end they have already swept and see a new scattering of leaves already starting to cover their work. When we can really understand about falling leaves, we can sweep the paths every day and have great happiness in our lives on this changing earth.

In the Dharmapada Sutra, the Buddha taught: “It is difficult to obtain birth as a human being; it is difficult to have a life of mortals; it is difficult to hear the Correct Law; it is even rare to meet the Buddha (Dharmapada 182). Here I shall live in the rainy season, here in the winter and the summer. These are the words of the fool. He fails to realize the danger (of his final destination) (Dharmapada 286). Death

descends and carries away that man of drowsy mind greedy for children and cattle, just like flood sweeps away a sleeping village (Dharmapada 287). Nothing can be saved, nor sons, nor a father, nor even relatives; there is no help from kinsmen can save a man from death (Dharmapada 288).” Thus, the Buddha continued to teach: “To live a hundred years, immoral and uncontrolled, is no better than a single-day life of being moral and meditative (Dharmapada 110). To live a hundred years without wisdom and control, is no better than a single-day life of being wise and meditative (Dharmapada 111). To live a hundred years, idle and inactive, is no better than a single-day life of intense effort (Dharmapada 112). To live a hundred years without comprehending how all things rise and pass away, is no better than a single-day life of seeing beginning and end of all things (Dharmapada 113). To live a hundred years without seeing the immortal state, is no better than a single-day life of one who sees the deathless state (nirvana) (Dharmapada 114). To live a hundred years without seeing the Supreme Truth, is no better than a single-day life of someone who see the highest law (Dharmapada 115).”

The world today is not what it was half a century ago. Ideas of good and bad are fast changing, attitudes toward moral and immoral conduct are different and the general outlook on men and things is also very different. We are living in an age of rush and speed. It is tension, tension everywhere. If you stand at the corner of a busy street and scan the faces of the people hurrying feverishly by, you will notice that most of them are restless. They carry with them an atmosphere of stress. They are most pictures of rush and worry. Rarely will you find a picture of calm, content and repose in any of these faces. Such is the modern world. The world of today is characterized by inordinate haste leading to quick decisions and imprudent actions. Some shout when they could speak in normal tones and other talk excitedly at a forced pitch for long periods and finish a conversation almost exhausted. Any kind of excitement is a stress in the psychologist’s sense of the word, and stress causes the speeding up of bodily processes. It is not seldom that a person driving a vehicle gets agitated on seeing the green color of the traffic lights giving place to amber. The anxious man regards even a minor event as if it were a crisis or a threat. As a result man is worried and unhappy. Another feature of the modern world is its noisiness.

“Music hatch charms,” they say, but today, even such music is not agreeable to many if there is no noise; louder the noise greater is the music to them. Those of us who live in big cities have no time to think of the noise, we are conditioned by it and accustomed to it. This noise, this stress, and strain have done much damage by way of ailments: heart disease, cancer, ulcers, nervous tension and insomnia. Most of our illnesses are caused by psychological anxiety states, the nervous tension of modern life, economic distress and emotional unrest. Nervous exhaustion in man is increasing with the speeding up of life leading to delirious excitement. People often return home after work showing signs of nervous exhaustion. As a consequence, man’s concentration is weakened and mental and physical efficiency is lowered. Man becomes easily irritated and is quick to find fault and pick a quarrel. He becomes morbidly introspective and experiences aches and pains and suffers from hyper-tension and sleeplessness. These symptoms of nervous exhaustion clearly show that modern man’s mind and body require rest, rest of a high quality. Let us bear in mind that a certain aloofness, a withdrawing of the mind from business of life is a requisite to mental hygiene. Whenever you get an opportunity try to be away from the town and engage yourself in quiet contemplation, call it “yoga,” Concentration or meditation. Learn to observe the silence. Silence does so much good to us. It is quite wrong to imagine that they alone are powerful who are noisy, garrulous and fussily busy. Silence is golden, and we must speak only if we can improve on silence. The greatest creative energy works in silence. Observing silence is important. We absolutely do that in our meditation. Thus in the Dharmapada Sutra, the Buddha taught: “Look upon the world as one would look upon a bubble, just as one would look upon a mirage. If a man thus looks down upon the world, the king of death does not see him (Dharmapada 170). Supposed this world is like a brilliantly ornamented royal chariot; the foolish are immersed in it, but the wise do not attach to it (Dharmapada 171). Whoever was formerly heedless and afterwards overcomes his sloth; such a person illuminates this world just like the moon when freed from clouds (Dharmapada 172). Whoever was formerly heedless and afterwards does good deeds; such a person illuminates this world just like the moon when freed from clouds (Dharmapada 173). This work is so dark



that only a few can see it clearly, like birds escape from a net but very few of them fly up straight (Dharmapada 174).”

#### ***IV. Man's Place in Religions:***

Most of us are agreed to the fact that among all living beings, human beings are unique beings who can understand what we are and what we should be. Compared to other beings, man is most complete and superior not only in the mentality and thinking, but also in the ability of organization of social life. Human beings' life cannot be substituted nor repeated nor determined by someone else. Once we are born in this world, we have to live our own life, a meaningful and worth living life. Thus the ancient said: “Man is the most sacred and superior animal.” And the Buddha taught in the Upasaka Sutra: “In all beings, man is endowed with all necessary faculties, intelligence. Besides man's conditions are not too miserable as those beings in hell, not too much pleasure as those beings in heaven. And above all, man's mind is not so ignorant as that of the animals.” So man has the ability to build and improve his own life to the degree of perfection. Buddhism views man as a tiny being not only in strength but also in life span. Man is no more than just another creature but with intelligence that inhabit universe. Man is regarded as a cultured living being because he can harmonize with other creatures without destroying them. Religion was founded by men only for this purpose. Every creature that lives share the same life force which energizes man. Man and other creatures are part of the same cosmic energy which takes various forms during endless rebirths, passing from human to animal, to divine form and back again, motivated by the powerful craving for existence which takes them from birth to death and rebirth again in a never-ending cycle. In Buddhist cosmology, man is simply the inhabitant of one of the existing planes that other sentient beings can go after death. Human world is a good, well-balanced mixture of pleasure and pain. Man is in a favorable position to create or not to create fresh karma, and thus is able to shape his own destiny. Man is in effect his own Creator and Savior. Many others believe that religion has come down from heaven but Buddhists know that Buddhism started on the earth and reached heaven, or Buddha. The difficulty of being born as a man is just the same as the situation of a sea turtle which has only one eye, and that

underneath, entered a hollow in a floating log; the log, tossed by the waves, happen to roll over, whereupon the turtle momentarily saw the sun and moon. It is as easy for a blind turtle to find a floating log as it is for a man to be reborn as a man, or to meet with a Buddha and his teaching (The rareness of meeting a Buddha is compared with the difficulty of a blind sea-turtle finding a log to float on, or a one-eyed tortoise finding a log with a spy-hole through it).

Buddhism considers human body as a defiled skin bag. Sincere Buddhists should not care too much for this body, should not treat their skin-bag of a body as a treasure. Only people who are free of this idea can apply effort in cultivating the Way. If we treat our body as a precious thing, then we will become its slave and serve its whims all day long. Therefore, sincere Buddhists should treat the body as a 'stinking bag of skin' and do not prize it highly. Valuing the body too high is an obstacle to cultivation. We should merely 'borrow the false to cultivate what is true,' and see it as just an expedient means. According to the Sutra in Forty-Two Sections, Chapter 26, the heavenly spirits, desiring to destroy the Buddha's resolve, offered Jade women to him. The Buddha said: "Skin-bags full of filth." What are you doing here? Go away, I am not interested." Then, the heavenly spirits asked most respectfully about the meaning of the Way. The Buddha explained it for them and they immediately obtained the fruition of Srotaapanna." However, also according to Buddhism, Manuṣya is considered to be ideal destiny for the attainment of Buddhahood, because humans are not plagued by the constant sufferings of beings of the lower three destinies (hell beings, hungry ghosts and animals), and they also do not have happy lives of gods to be lax in cultivation. In the contrary, they experience enough suffering to become aware of the real nature of things (impermanence, suffering, and non-self). Thus, the Buddha taught, "a man can decide to devote himself to selfish, unskilful ends, a mere existence, or to give purpose to his life by the practice of skilful deeds which will make others and himself happy." Still, in many cases, man can make the vital decision to shape his life in this way or that; a man can think about the Way, and it was to man that the Buddha gave most of his important teachings, for men could understand, practice and realize the Way. It is man who can experience, if he wishes, Enlightenment and become as the Buddha

and the Arahants, this is the greatest blessing, for not only the secure tranquillity of one person's salvation is gained but out of compassion the Way is shown in many others. The opportunity to be reborn as a human being is so rare; thus the Buddha taught: "Supposing a man threw into the ocean a piece of wood with a hole in it and it was then blown about by the various winds and currents over the waters. In the ocean lived a one-eyed turtle which had to surface once in a hundred years to breathe. Even in one Great Aeon it would be most unlikely in surfacing, to put its head into the hole in that piece of wood. Such is the rarity of gaining birth among human beings if once one has sunk into the three woeful levels or three lower realms. Also according to Buddhism, man is different from animals because only man alone has developed his intelligence and understanding to reflect his reasoning. Man means a sentient being or one who has the ability or the mind to think. The real and sincere purpose of religion is to help man to think correctly in order to raise him above the level of the animal, to help him reach his ultimate goal of supreme happiness."



***Luận Thứ Sáu***  
***The Sixth Essay***

***Tứ Diệu Đế***

**Tổng Quan Về Tứ Diệu Đế:** Tứ Diệu Đế hay bốn chân lý nhiệm mầu trong giáo lý nhà Phật, nói rõ vì 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.” Tứ Diệu Đế là bốn trong những giáo lý căn bản nhất của giáo lý nhà Phật. 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. 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 thảy 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 theo Phật giáo nên luôn nhớ rằng ‘Tứ Diệu Đế’ được thấy rõ khi chánh niệm và trí tuệ có mặt. Tứ Diệu Đế bao gồm Khổ Đế, Tập Đế, Diệt Đế và Đạo Đế.

**Chân đế thứ nhất trong Tứ Diệu Đế là Khổ Đế:** Khổ là trạng thái khổ não bức bách thân tâm (tâm duyên vào đối tượng vừa ý thì cảm thấy vui, duyên vào đối tượng không vừa ý thì cảm thấy khổ). Đức Phật dạy khổ nằm trong nhân, khổ nằm trong quả, khổ bao trùm cả thời gian, khổ bao trùm cả không gian, và khổ chi phối cả phàm lẫn Thánh, nghĩa là khổ ở khắp nơi. Khổ đau phiền não có sẵn trong nhân. Bồ Tát sợ nhân chúng sanh sợ quả, nghĩa là chúng sanh vì mê mờ nên chỉ khi nào quả khổ tới mới lo sợ, khi đang gây nhân khổ thì lại không nhận thấy, mà vẫn cứ thản nhiên như không, nhiều khi lại cho là vui sướng. Khổ đau phiền não có sẵn trong quả. Gây nhân nào gặt quả nấy, đó là định luật tự nhiên, thế nhưng trên đời có ít người công nhận như vậy, ngược lại còn than trời trách đất cho những bất hạnh của họ. Khổ bao trùm cả thời gian. Từ vô thủy đến nay, cái khổ của chúng sanh chưa bao giờ dứt, đây là một phần của định luật nhân quả luân hồi (cứ nhân tạo quả, rồi trong quả có nhân, cứ thế mãi không bao giờ ngừng nghỉ). Khổ bao trùm cả không gian. Ở đâu có vô minh thì ở đó có khổ. Vô minh không những chỉ bao trùm trong thế giới này mà nó còn trùm khắp vô lượng thế giới. Khổ chi phối cả phàm lẫn Thánh. Chúng sanh ở địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, A tu la phải khổ sở vô cùng. Loài người bị tham sân si chi phối cũng bị lặn ngụp trong biển khổ. Chư Thiên cũng không tránh được khổ vì ngũ suy tướng hiện. Cho đến các hàng Thánh Tu Đà Hoàn, Tư Đà Hàm, A Na Hàm, Thanh Văn, Duyên Giác, vân vân, vì còn mê pháp, nên không tránh khỏi nỗi khổ biến dịch sinh tử. Xem thế nỗi khổ lớn lao vô cùng. Riêng chỉ các vị Bồ Tát nhờ lòng đại bi, thường ra vào sinh tử, lấy pháp lục độ để cứu độ chúng sanh, mà vẫn ở trong Niết Bàn tự tại.

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 bức dọc nho nhỏ đến những vấn đề khó khăn trong đời sống, từ những nỗi khổ đau nát lòng chí đến những tang thương của kiếp sống. Vì vậy chữ “Dukkha” nên được dùng để diễn tả những việc không hoàn hảo xảy ra trong đời sống của chúng ta và chúng ta có thể cải hóa chúng cho tốt hơn. 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 có thể thấy trực tiếp là các hiện tượng danh và sắc, hay thân và tâm, đều đau khổ.

***Chân đế thứ hai trong Tứ Diệu Đế là Tập Đế:*** Sự thật về tập đế hay nguyên nhân nguồn gốc gây ra đau khổ là do nơi dục vọng và nghiệp quả của nó. 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). 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). Những yếu tố giúp tạo nên Tập Đế bao gồm Triền Cái là sự trói buộc bởi phiền não gồm có tham, sân, hôn trầm thù miên, trạo cử và nghi hoặc. Ngũ triền cái là năm chướng ngại cho sự tiến bộ tinh thần, làm rối loạn sự nhìn sâu vào vạn hữu, ngăn cản con người đạt tới sự tập trung hoàn toàn, cũng như khám phá ra chân lý. Trong Phật giáo, chướng ngại là những tham dục hay mê mờ làm trở ngại sự giác ngộ mà bất cứ Phật tử nào cũng đều phải vượt qua. Theo Kinh Phúng Tụng trong trường Bộ Kinh, có năm triền cái, chúng làm chướng ngại

và che dấu thực tại khỏi tâm thức. Thứ nhất là Tham Dục Triền Cái. Tham dục có nghĩa là sự luyến ái theo ngũ trần như sắc, thanh, hương, vị, xúc. Chúng là những thứ trói buộc chúng sanh vào vòng luân hồi sanh tử. Tham dục là sự ham muốn duyên theo nhục dục ngũ trần. Những tư tưởng tham dục chắc chắn làm chậm trễ sự phát triển tinh thần. Nó làm tâm chao động và trở ngại công trình lắng tâm an trụ. Sở dĩ có tham dục phát sanh là vì chúng ta không chịu thu thúc lục căn. Vì không cần mật canh phòng sáu cửa nên những tư tưởng tham ái có thể xâm nhập vào làm ô nhiễm tâm thức. Do vậy người tu theo Phật cần phải cần trọng thu nhiếp lục căn, không để duôi hờ hững để cho chướng ngại tham ái ngăn chặn làm bít mất con đường giải thoát của mình. Sáu điều kiện có khuynh hướng tận diệt tham dục bao gồm nhận thức về mối nguy hại của đối tượng, kiên trì quán tưởng về những mối nguy hại ấy, thu thúc lục căn, ăn uống điều độ, tạo tình bằng hữu tốt, và luận đàm hữu ích. Thứ nhì là Sân hận Triền Cái. Điều ưa thích dẫn dắt chúng sanh đến chỗ luyến ái, trong khi điều trái với sở thích đưa đến sự ghét bỏ. Đây là hai ngọn lửa lớn đã thiêu đốt cả thế gian. Đây cũng chính là nguyên nhân phát sanh mọi khổ đau phiền não cho chúng sanh. Cũng như tham dục, sự chú tâm sai lầm, kém khôn ngoan, không sáng suốt, dẫn đến sân hận. Nếu không kiểm soát kịp thời, những tư tưởng bất thiện này sẽ thấm nhuần tâm và che lấp mất trí tuệ. Nó có thể làm méo mó toàn thể tâm thức và các tâm sở, cũng như gây trở ngại cho ánh sáng chân lý, đóng mất cửa giải thoát. Tham dục và sân hận đặt nền tảng trên vô minh, chẳng những làm chậm trễ sự phát triển của tâm trí, mà còn đốt cháy cả rừng công đức mà ta đã tích tập từ bao đời kiếp. Sáu điều kiện có khuynh hướng tận diệt sự oán ghét bao gồm nhận biết đối tượng với thiện ý, kiên trì quán tưởng về tâm từ bi, suy niệm rằng nghiệp là do chính ta tạo nên, sống tu theo quan niệm như vậy, tạo tình bằng hữu tốt, và luận đàm hữu ích. Thứ ba là Hôn Trầm Thụy Miên triền Cái. Đây là trạng thái uể oải của tâm (thân thể mỗi một không phải là hôn trầm đã dượi). Hôn trầm thụy miên hay hôn trầm đã dượi, một trạng thái tâm uể oải, không buồn hoạt động. Đây không phải là trạng thái uể oải vật chất của cơ thể (vì cho dù là bậc A La Hán, đôi khi vẫn cảm thấy thân thể mệt mỏi). Trạng thái này làm cho hành giả tu thiền mất lòng nhiệt thành, kém quyết tâm, rồi tinh thần trở nên ương yếu và lười biếng. Sự hôn trầm làm cho tâm thần càng thêm đã dượi và cuối cùng đưa đến trạng thái



tâm chai đá hững hờ. Sáu điều kiện có khuynh hướng tận diệt hôn trầm bao gồm suy nghĩ về đối tượng của thói quen ẩm thực vô độ, thay đổi tư thế (oai nghi), quán tưởng đối tượng ánh sáng, sống nơi trống trải, tạo tình bằng hữu tốt, và luận đàm hữu ích. Thứ tư là Trạo Cử Hối Quá Triền Cái. Phóng dật hay lo âu là trạng thái tâm liên hệ đến những tâm thức bất thiện. Còn gọi là phóng dật lo âu, một chương ngại làm chậm trễ bước tiến tinh thần. Khi tâm phóng dật thì như bầy ong vỡ ổ, cứ vo vo bay quanh quần không ngừng, khó lòng an trụ được. Tình trạng chao động này là một trở ngại trên đường đi đến định tĩnh. Khi hành giả mãi lo âu suy nghĩ hết chuyện này đến chuyện khác, hết việc nọ đến việc kia, những việc làm xong, cũng như những việc chưa xong, luôn lo âu về những may rủi của đời sống, thì chắc chắn người ấy sẽ chẳng bao giờ có an lạc. Sáu điều kiện có khuynh hướng tận diệt phóng dật hay lo âu bao gồm thông suốt pháp học, nghiên cứu học hỏi và thảo luận, thấu triệt tinh thần của giới luật, thân cận với những vị cao Tăng đạo cao đức trọng, tạo tình bằng hữu tốt, và luận đàm hữu ích. Thứ năm là Nghi Triền Cái. Hoài nghi hay không quyết định là suy nghĩ làm trống rỗng trí tuệ. Còn gọi là hoài nghi, không tin tưởng về sự chứng đắc thiên định, không quyết định được điều mình đang làm. Ngày nào mình còn tâm trạng hoài nghi, ngày đó tinh thần còn bị lung lạc như người ngồi trên hàng rào, không thể nào trau dồi tâm trí được. Sáu điều kiện có khuynh hướng tận diệt hoài nghi bao gồm thông suốt giáo pháp và giới luật, nghiên cứu tìm học và thảo luận, thấu triệt tinh thần của giới luật, niềm tin hoàn toàn vững chắc, tạo tình bằng hữu tốt, và luận đàm hữu ích. Theo quan điểm Phật Giáo Đại Thừa, tham dục, sân hận, si mê, lo âu, và nghi hoặc cũng góp phần vào những nguyên nhân của khổ đau phiền não. Theo quan điểm Phật Giáo Nguyên Thủy thì tham dục, sân hận, hôn trầm, phóng dật lo âu, và hoài nghi là những nguyên nhân của đau khổ. Bên cạnh đó, có năm chương ngại mà Phật nói tới trong Kinh Pháp Hoa cũng góp phần gây đau khổ, đó là: Tín Chương ngại hay khi dễ, lừa dối là một chương ngại cho niềm tin. Tiến Chương ngại hay lười biếng là một chương ngại cho tinh cần tu tập. Niệm Chương ngại hay sân hận hay giận dữ là một chương ngại cho chánh niệm. Định Chương ngại hay thù hận là một chương ngại cho thiên định. Tuệ Chương ngại hay oán ghét là một chương ngại cho việc phát sanh trí tuệ. Theo Kinh Đại Nhật, có năm chương ngại: phiền não chương ngại, nghiệp chương ngại, sinh chương ngại, phát chương ngại, và sở tri chương ngại. Phật tử nên luôn tu tập chánh

tinh tấn để chế ngự năm triền cái này: Thứ nhất là ngăn ngừa những tư tưởng bất thiện chưa phát sanh, không cho nó phát sanh. Thứ nhì là loại trừ những tư tưởng bất thiện đã phát sanh. Thứ ba là khai triển những tư tưởng thiện chưa phát sanh. Thứ tư là củng cố và bảo trì những tư tưởng thiện đã phát sanh. Theo Tỳ Kheo Piyadassi Mahathera trong Phật Giáo Nhìn Toàn Diện, để điều phục năm triền cái, hành giả cũng cần phải trau dồi và phát triển năm yếu tố tâm lý gọi là chi thiền: Tầm, Sát, Phỉ, Lạc, và Trụ. Tầm được dùng để chế ngự hôn trầm đã dưng. Sát được dùng để chế ngự hoài nghi. Phỉ hay hỷ lạc được dùng để chế ngự sân hận. An lạc được dùng để chế ngự phóng dật và lo âu. Trụ được dùng để chế ngự tham dục. Bên cạnh đó, theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có năm thứ Kết hoặc (ngũ hạ phần kết) của Dục giới trong tam giới cũng góp phần gây khổ đau phiền não, đó là: tham kết, sân kết, thân kiến kết, giới thủ kết, và nghi kết. Năm kết theo Vi Diệu Pháp gồm tham kết, sân nhuế kết, mạn kết, tật kết và xan kết. Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh và Câu Xá Luận, có năm phần kết sinh khởi trong các cảnh giới cao hơn của sắc giới và vô sắc giới hay ngũ thượng phần kết vì chúng trói buộc hữu tình vào ngũ uẩn để sanh vào các cõi cao. Sắc ái kết (tham sắc), phiền não của sự tham trước ngũ dục ở cõi sắc giới; vô sắc ái kết (tham vô sắc), phiền não của sự tham trước cảnh giới thiền định của cõi vô sắc; trạo kết (trạo cử), phiền não vì tâm dao động mà bỏ mất thiền định; mạn kết, phiền não gây ra do bởi cậy mình hay mà lấn lướt người khác; vô minh kết, phiền não gây ra bởi ngu muội. Bên cạnh đó, tam độc tham, sân, si cũng góp phần đáng kể vào tất cả những khổ đau trên thế gian này.

**Chân đế thứ ba trong Tứ Diệu Đế là Diệt Khổ Đế:** Diệt đế là 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 diệt khổ, đế thứ ba trong Tứ Diệu Đế. 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). Trong diệt đế, đức Phật dạy chúng ta làm cách nào để thấy được chân lý chấm dứt luân hồi sanh tử, như các bậc Thanh Văn và Sơ Địa Bồ Tát (bậc đã thấy được chân lý). Phật tử nên tu đạo sở đoạn hoặc hay Tam Đạo. Đây là ba con đường mà mọi người chúng ta đều phải đi

qua: phiền não đạo, nghiệp đạo và khổ đạo. 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. 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. Kiến Đạo là thấy được chân lý chấm dứt luân hồi sanh tử, như các bậc Thanh Văn và Sơ Địa Bồ Tát. Trong Tứ Diệu Đế, Đạo để với Bát Chánh Đạo mà Đức Phật dạy hàng Thánh giả phải tu tập (chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh mạng, chánh định). Tu Đạo là giai đoạn thứ hai của con đường này là con đường tu tập hay Tu Đạo theo Thất Giác Chi (trạch pháp, tinh tấn, hỷ, khinh an, niệm, định, và xả). Vô Học Đạo là đã hoàn toàn thấu triệt chân lý mà không phải học nữa. Hành giả đi đến giai đoạn sau cùng, tức là con đường không còn gì để học nữa, Vô Học Đạo. Khi đó kết quả mà hành giả hưởng đến khi tu tập tứ diệu đế sẽ tự đến. Khi hành giả đạt đến giai đoạn cuối cùng này thì trở thành một vị A La Hán. Theo Tiểu Thừa, đó là quả vị giác ngộ cao nhất. Nhưng theo Đại Thừa, A La Hán chỉ mới giác ngộ được một phần mà thôi. Lý tưởng của đạo Phật là hoàn tất đức tính của con người, hay là đưa con người đến Phật quả bằng căn bản trí tuệ giới hạnh, đó là nhân cách cao nhất. Đó là những đặc điểm của đạo Phật.

***Chân đế thứ tư trong Tứ Diệu Đế là Đạo Đế:*** Chân lý về con đường diệt khổ, ấy là thực hành Bát Chánh 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.” Chân lý thứ tư trong Tứ Diệu Đế, là chân lý diệt khổ, là Bát Chánh Đạo. Chân lý về con đường diệt khổ, ấy là thực hành Bát Chánh 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.” Theo Phật giáo Tây Tạng, tu tập thiền định về vô ngã là viên gạch lót đường đi

đến giải thoát; tu tập thiền định về vô ngã là con đường thích hợp nhất đi đến giải thoát vì nó chính là chất thuốc giải độc diệt trừ vô minh; tu tập thiền định về vô ngã là con đường thích hợp nhất đi đến giải thoát vì qua nó người ta có thể có cảm giác trực tiếp về bản chất của tâm mình; và trực tiếp chứng nghiệm về vô ngã dẫn đến giải thoát cuối cùng khỏi vòng luân hồi sanh tử, và người ta vượt thoát khỏi những khổ đau phiền não.

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. Bạc 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 thảy 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.

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 lỡ 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, dùng 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,” 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,” 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*

*An Overview of the Four Noble Truths:* A fundamental doctrine of Buddhism which clarifies 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.” Four Noble Truths are four of the most fundamental Buddhist theories. 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. 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. Buddhist practitioners should always remember that the Four Noble Truths are seen at any time when mindfulness and wisdom are present. The Four Noble Truths comprise of the truth of suffering, the truth of accumulation, the truth of dissolution, and the truth of the right way.

*The first of the four dogmas is the Truth of the Suffering:* The Buddha teaches that suffering is everywhere, suffering is already enclosed in the cause, suffering from the effect, suffering throughout time, suffering pervades space, and suffering governs both philistine (normal people) and saint. Suffering is already enclosed in the cause. It is said that the Bodhisattva fears the cause while the philistine (normal people) fears the effect. In fact, human beings do not care about the cause when doing what they want. They only fear when they have to suffer from their wrong-doings. It is said that suffering is already enclosed in the effect. We always reap what we have sown. This is a natural law, but some people do not know it; instead they blame God or

deities for their misfortune. Suffering throughout time. Humankind has suffered from time immemorial till now, because suffering never ceases; it is part of the law of causality. Suffering throughout space. Suffering goes together with ignorance. Since ignorance is everywhere, in this world as well as in the innumerable other worlds, suffering also follows it. Suffering governs both philistine and saint. Those people who are damned in Hell, in the realm of the starved ghosts, the animals, and Asura undergo all kinds of suffering. Human beings driven by greed, anger, and ignorance are condemned to suffer. Deities, when their bliss is over, suffer from their decay body. All saints of Hinayana school, except the Arhats, including the Stream Enterer, the Once-Returner, the Non-Returner who are still infatuated with their so-called attainment, are subject to the suffering from the cycle of birth and death. Only the Bodhisattvas are exempt from suffering since they voluntarily engage themselves in the cycle in order to save people with their six Noble Paramita Saving Devices. 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 second of the four dogmas is the Truth of the Cause of Suffering:* The truth of the cause of suffering or the truth of accumulation that the cause of suffering lies in passions and their resultant karma. 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. 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. 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. Factors that help forming the Cause of Suffering include hindrances such as greed, anger and ignorance... Five hindrances to spiritual progress that hinder the mind, obstruct insight, and prevent cultivators from attaining complete concentration and from knowing the truth (Five factors (hindrances) which blind our vision from the truth). In Buddhism, hindrances mean the passions or any delusions which hinder enlightenment. Hindrances that any Buddhist must overcome before achieving enlightenment. According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are five hindrances which, in the sense of obstructing and hindering and concealing reality from consciousness. Sensual desires (Kamacchanda (p) mean attachment to pleasurable sense-objects such as form, sound, odour, taste and contact. They are regarded as fetters that binds sentient beings to the Samsara. The hindrance of sensuality (sensual desire). Sensual desire is lust for sense objects. Sensual thoughts definitely retarded mental development. They disturb the mind and hinder concentration. Sensuality is due to non-restraint of the six senses, which when unguarded give rises to thoughts of lust so that the mind-flux is defiled. Hence the need for any Buddhist is to be on his guard against this hindrance which closes the door to deliverance. Six conditions tend to the eradication of sense-desires include perceiving the loathsome of the object, constant meditation on loathsome, sense-restraint, moderation in food, good friendship, and profitable talk. Second, Ill-will (Vyapada (p), a desirable object leads beings to attachment, whereas an undesirable one leads to aversion. These are two great fires that burn the whole world. They also produce all kinds

of sufferings for sentient beings. The hindrance of ill-will. As in the case of sense-desire, it is unwise and unsystematic attention that brings about ill-will. When not under control, ill-will propagates itself, saps the mind and clouds the vision. It distorts the entire mind and thus hinders awakening to ignorance, not only hamper mental growth, but also destroy the whole forest of merits which we had accumulated in so many lives. Six conditions tend to eradication of ill-will include perceiving the object with thoughts of goodwill, constant meditation on loving-kindness, thinking that karma is one's own, adherence to that view, good friendship, and profitable talk. Third, Sloth and torpor (Thina-middha (p) or stiffness and torpor. Sloth is a morbid of the mind or mental states (bodily fatigue is not considered as sloth or torpor). The hindrance of sloth and torpor. This is a morbid state of mind and mental properties. It is not the state of sluggishness of the body (for even the arhats, who are free from this ill, also experience bodily fatigue). This sloth and torpor lessens the yogi's enthusiasm and earnestness for meditation so that the meditator becomes mentally sick and lazy. Laxity leads to greater slackness until finally there arises a state of callous indifference. Six conditions tend to eradicate of sloth and torpor include reflection on the object of moderation in food, changing of bodily postures, contemplation of the object of light, living in the open, good friendship, and profitable talk. Fourth, Agitation and worry or restlessness and worry (Uddhacca-kukkucca (p). Mental restlessness or excitement or worry is a mental state of the mind which is associated with all types of immoral consciousness. The hindrance of worry and flurry, also called restlessness and remorse. This is another disadvantage that makes progress more difficult. When the mind becomes restless like flustered bees in a shaken hive, it cannot concentrate. This mental agitation prevents calmness and blocks the upward path. Worry is just as harmful. When a man worries over one thing and another, over things done or left undone, and over misfortunes, he can never have peace of mind. All this bother and worry, this fidgeting and unsteadiness of mind, prevent concentration. Six conditions tend to eradication of restlessness include erudition or learning, questioning or discussion, understanding the nature of Vinaya discipline, association with senior virtuous monks, good friendship, and profitable talk. Fifth, Hindrance of Doubt (Vicikiccha (p). Doubt or

indecision which is devoid of the remedy of wisdom. The hindrance of sceptical doubt or uncertainty. The hindrance of doubt is the inability to decide anything definitely. It includes doubt with regard to the possibility of attaining the jhana, and uncertain on what we are doing. Unless we shed our doubts, we will continue to suffer from it. As long as we continue to take skeptical view of things, sitting on the fence, this will most detrimental to mental development. Six conditions tend to eradication of doubt include knowledge of the Dharma and Vinaya, discussion or questioning, understanding of the nature of the Vinaya discipline, excessive confidence, good friendship, and profitable talk. According to the point of view of Mahayana Buddhism, greed, hatred, ignorance, restlessness and worry, and doubt also contribute to the causes of sufferings. According to the point of view of Theravada Buddhism, greed, hatred, sloth and torpor, restlessness and worry, and doubt are causes of sufferings. Besides, there are five hindrances which the Buddha mentioned in the Lotus Sutra which also contribute causes of sufferings, they are: Deception is a bar to faith; sloth or laziness is a bar to zeal of cultivation; anger is a bar to remembrance; hatred is a bar to meditation; and the discontent is a bar to wisdom. According to the Vairocana Sutra, there are five hindrances: the hindrances of passion-nature (original sin), the hindrances of karma caused in previous lives, the hindrances of the affairs of life, the hindrances of no friendly or competent preceptor, and the hindrances of partial knowledge. A Buddhist must always practice the right efforts to overcome these five hindrances: First, to prevent the arising of evil unwholesome thoughts that have not yet arisen in the mind. Second, to discard such evil thoughts already arisen. Third, to produce wholesome thoughts not yet arisen. Fourth, to promote and maintain the good thoughts already present. According to Bhikkhu Piyadassi Mahathera in *The Spectrum of Buddhism*, to overcome these five hindrances, one has to develop five psychic factors known as five factors of jhana: Applied thought (Vitakka (p)), Sustained thought (Vicara (p)), Joy (Piti (p)), Happiness (Sukha (p)), and One-pointedness (Ekaggata (p)). Applied thought is used to subdue sloth and torpor. Sustained thought is used to subdue doubt. Joy is used to subdue ill-will. Happiness is used to subdue restlessness and worry. One pointedness or unification of the mind which is used to subdue sense desire. Beside, according to the

Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are five bonds in the lower desire-realms or the lower fetters which hold the individual in the realms of desire, they are: desire, ill-will, personality-belief (egoism), attachment to rite and ritual, and doubt. Five bonds according to Abhidharma include desire, dislike, pride, envy, and stinginess. According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha and Kosa Sastra, there are five higher bonds of desire still exist in the upper realms of form and formlessness, for they fetter beings to aggregates, etc., produced in the higher forms of becoming. Lust or desire for form, greed for the fine-material or love in the realm of form or craving for the world of form; lust or desire for formlessness, greed for the immaterial or love in the realm of formlessness or craving for the formless world; restlessness; pride or conceit; and ignorance. Beside, three Poisons greed, hatred, and ignorance also contribute considerable causes to all sufferings on this earth.

***The third of the four dogmas is the Truth of the End to Suffering:*** 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. The Truth of the end of suffering (the extinction of suffering), the third of the four axioms (dogmas). There is an end to suffering, and this state of no suffering is called Nirvana. In the truth of ending sufferings, the Buddha taught us on how to see the way or stage of beholding the truth, i.e. that of the Sravakas and the first stage of Bodhisattva (one who has seen the Truth). Buddhist practitioners should cultivate the three paths all have to tread: The path of misery, illusion, mortality; the path of works, action or doing, productive of karma; and the resultant path of suffering. 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. 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. The Path of Life-View, the way or stage of beholding the truth of no reincarnation, i.e. that of the Sravakas and the first stage of the Bodhisattvas. In the Fourfold Noble Truth, the Path to Enlightenment with the Eightfold Noble Path which the Buddha taught to be pursued by the Ariya (right view, right thought, right speech, right action, right mindfulness, right endeavor, right livelihood, right concentration). The Path of Life-Culture (Cultivating the truth), the next stage of the path is the Path of Practice and is described as the Seven Branches of Enlightenment (thorough investigation of the Principle, brave effort, joyous thought, peaceful thought, mindfulness, concentration, and equanimity). The Path of No-More-Learning, completely comprehending the truth without further study. Practitioners proceed to the last stage, i.e., the Path of No-More-Learning. Then the firm conviction that they have realized the Fourfold Truth will present itself. When the Ariya reaches this stage, he becomes an arhat. According to the Hinayanistic view this is the perfect state of enlightenment, but according to the Mahayanistic view an arhat is thought to be only partially enlightened. The purpose of Buddhism is to perfect a man's character, or to let him attain Buddhahood on the basis of wisdom and right cultivation, i.e., the highest personality. Such are the characteristics of Buddhism.

*The fourth of the four dogmas is the Truth of the Path of the Extinction of Suffering:* 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. 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. According to Tibetan Buddhism, taking meditation on selflessness as the cornerstone of the path to liberation; taking meditation on selflessness is the most suitable path to liberation because it serves as an antidote to ignorance; taking meditation on selflessness is the most appropriate path to liberation because through it one can correctly intuit the nature of mind; and direct realization of selflessness leads to final liberation from cyclic existence, and one transcends all sufferings and afflictions.

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.

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, 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 “duhkha”: supreme and final liberation is the “blowing out” of the fires of greed, hatred and delusion that occurs when the cause of “duhkha” 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 “duhkha” 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, the Truth of the Eightfold Noble Path, identifies the factors leading to the cessation of “duhkha”. 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 “duhkha.” 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 “duhkha,” 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.



***Luận Thứ Bảy***  
***The Seventh Essay***

***Tam Pháp Ấn***

***I. Tổng Quan Về Tam Pháp Ấn:***

Tam Pháp Ấn là ba đặc tánh 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 tánh 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 tánh 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.

***II. Vô Thường:***

*Pháp ấn thứ nhất là Vô Thường:* Thuật ngữ Bắc Phạn “Anitya” có nghĩa là “Vô thường” hay không thường hằng, không mãi mãi ở yên trong một trạng thái nhất định mà luôn thay hình đổi dạng. Đi từ trạng thái hình thành, cao to, thấp nhỏ, tan rã, vân vân, đạo Phật gọi đây là những giai đoạn thay đổi đó là thành trụ hoại không. Tất cả sự vật trong vũ trụ, từ nhỏ như hạt cát, thân con người, đến lớn như trái đất, mặt trăng, mặt trời đều nằm trong định luật vô thường. Vô Thường

nghĩa là không thường, không mãi mãi ở yên trong một trạng thái nhất định mà luôn thay hình đổi dạng. Đi từ trạng thái hình thành, cao to, thấp nhỏ, tan rã, vân vân, đạo Phật gọi đây là những giai đoạn thay đổi đó là thành trụ hoại không. Tất cả sự vật trong vũ trụ, từ nhỏ như hạt cát, thân con người, đến lớn như trái đất, mặt trăng, mặt trời đều nằm trong định luật vô thường. Vô thường là nét căn bản trong giáo lý nhà Phật: Sống, thay đổi và chết (thay đổi liên tục trong từng phút giây). Ngay từ buổi ban sơ, Phật giáo đã có một sự quan sát trực tiếp và không thiên vị từ kinh nghiệm trực tiếp của con người về vô thường. Ngay trong sự quan sát thường tình chúng ta có thể thấy được sự thay đổi của mùa màng, sự sanh tử của cây cỏ, thú vật và ngay cả con người. Nếu chúng ta làm một cuộc quan sát kỹ hơn chúng ta sẽ thấy trong những con người, về cả vật chất lẫn tinh thần, cũng như tất cả mọi thứ khác, chỉ là tiến trình thay đổi từng lúc một. Hãy nhìn vào bản thân của chính chúng ta, chúng ta sẽ thấy rằng thân của chúng ta vô thường. Thân của chúng ta thay đổi không ngừng. Tâm chúng ta cũng bị vô thường chi phối, và mọi vật xung quanh chúng ta đều vô thường. Vô Thường là một trong ba đặc trưng của sự tồn tại: Vô thường, khổ và vô ngã. Vô thường là yếu tố căn bản của đời sống, không có nó sự hiện hữu sẽ không có. Vô thường là một trong ba đặc tính của chư pháp mà Đức Phật đã giảng dạy về các pháp hữu vi, hai đặc tính kia là vô ngã và khổ đau hay bất toại. Theo giáo thuyết nhà Phật, tất cả các hiện tượng hữu vi đều vì nhân duyên mà có, chúng luôn thay đổi. Điều này cũng quan hệ với hai đặc tính còn lại, là vì bản chất vô thường của vạn hữu dẫn tới sự khổ đau không tránh khỏi, vì chúng sanh không thể nào tách rời với những vật mà mình ham muốn. Cũng vì các hiện tượng luôn thay đổi nên không thể nào có một cái ngã thường hằng không thay đổi được. Mọi vật trên đời này đều phải thay đổi và hoại diệt; không vật gì thường hằng dù chỉ trong phút giây, hay sát na ngắn ngủi. Mọi vật, mọi hiện tượng đều phải qua giai đoạn sanh, trụ, dị, diệt. Kinh Kim Cang dạy: “Nhứt thiết hữu vi pháp, như mộng, huyễn, bào, ảnh, như lộ diệt như điện, ứng tác như thị quán.” Nghĩa là hãy xem các pháp hữu vi, nào khác chi bóng bọt, điểm sương, quán xem tất cả vô thường, sanh sanh diệt diệt như tuồng chớp chạng.” Quán chiếu được sự vô thường của vạn hữu sẽ giúp chúng ta không bị trói buộc bởi sự vật của thế gian.

Tất cả mọi sự vật không mãi mãi ở yên trong một trạng thái nhất định mà luôn thay hình đổi dạng. Đi từ trạng thái hình thành, cao to, thấp nhỏ, tan rã, vân vân, đạo Phật gọi đây là những giai đoạn thay đổi đó là thành trụ hoại không. Khi ngồi dưới cội Bồ Đề, Đức Phật thấy rằng các pháp đang liên tục biến đổi và băng hoại. Tất cả sự vật trong vũ trụ, từ nhỏ như hạt cát, thân con người, đến lớn như trái đất, mặt trăng, mặt trời và núi sông đều nằm trong định luật vô thường. Mọi sự mọi vật biến đổi trong từng giây từng phút, đó gọi là sát na vô thường. Các đồi núi đang thay đổi liên tục nhưng chúng ta không thấy được sự thay đổi đó, bởi vì nó diễn ra quá chậm. Nếu ngược lại chúng ta nhìn một cành hoa buổi sáng và lại quan sát nó vào buổi tối thì dễ thấy là nó đã thay đổi rất nhiều chỉ trong vòng mười hai tiếng đồng hồ đó. Mọi vật trên thế gian, kể cả nhân mạng, và chế độ chính trị, vân vân, đều phải trải qua những giai đoạn sinh, trụ, dị, diệt. Sự tiêu diệt này được gọi là “Nhất kỳ vô thường.” Phải quán sát để thường xuyên nhìn thấy tính cách vô thường của mọi sự vật, từ đó tránh khỏi cái ảo tưởng về sự miên viễn của sự vật và không bị sự vật lôi kéo ràng buộc. Vạn vật đều vô thường, sanh, trụ, dị, diệt không lúc nào ngừng nghỉ. Luật vô thường được nhìn thấy ở khắp mọi nơi và mọi thứ từ tiền bạc, địa vị đến lạc thú và thân thể của chúng ta. Ngay chính thế giới này cũng đang thay đổi và cuối cùng cũng phải băng hoại. Chính vì vậy mà trong các tự viện thường tụng bài kệ vô thường mỗi khi xong các khóa lễ.

Một ngày đã qua.  
 Mạng ta giảm dần  
 Như cá cạn nước.  
 Có gì đâu mà vui sướng?  
 Nên chúng ta phải cần tu  
 Như lửa đốt dầu.  
 Chỉ tỉnh thức về vô thường.  
 Chớ nên giải đãi.

Phật tử chân thuần phải luôn nghĩ rằng cơn vô thường mau chóng, mới sáng sớm đó đã lại đến xế chiều. Đâu nên không siêng năng, lo dự bị trước hay sao? Kỳ thật, quan niệm vô thường không những chỉ do tư tưởng Phật giáo thừa nhận, mà triết học các nơi khác cũng thừa nhận. Chính các nhà giáo dục Trung Hoa thời cổ cũng thừa nhận bản chất thay đổi và tạm bợ của mọi sự vật. Tuy nhiên, Phật giáo lại xem

đây là một trong ba pháp ấn quan trọng nhất trong triết lý nhà Phật: vô thường, khổ và vô ngã. Các kinh điển Phật giáo thường nói đến tam giới vô thường như mây mùa thu, sanh tử bập bềnh, và mạng sống con người như ánh chớp.

Phật tử chơn thuần nên luôn thức tỉnh rằng: “Muôn vật ở đời vốn không bền vững.” Chung quy cũng nằm trong bốn lẽ “Thành, Trụ, Hoại, Không” mà thôi. Hễ có sanh ra, tức nhiên là có trụ nơi đời một thời gian nào đó, kể đến bị hư hoại đi vào kết cuộc quy về nơi cát bụi. Do tỉnh ngộ như vậy, chúng ta mới thấy thuyết “vô thường” mà Đức Phật đã từng tuyên dạy trong kinh điển là đúng. Bao nhiêu công danh, phú quý, thành đạt trong quá khứ, rốt rồi những thứ này có khác nào một giấc mơ hoa. Phật tử chơn thuần phải biết quyền biến, tùy duyên, an nhẫn thì rất có thể các nghịch cảnh, khổ não được chuyển biến thành thuận cảnh. Mọi vật trên đời này nếu đã có mang cái tướng hữu vi, ắt có ngày hoại diệt. Đời người cũng thế, hễ có sanh là có tử, tuy nói trăm năm, nhưng so với vũ trụ thì có khác nào ánh điện chớp, hay thoáng tựa sương tan, như hoa hiện trong gương, như trăng lồng đáy nước, như hơi thở mong manh, chứ nào có bền lâu? Tấm thân yêu quý nhứt này của chúng ta mà chúng ta còn không thể giữ cho trẻ trung, mạnh khỏe mãi được, mà phải bị đến cái thời chịu các mối khổ sanh, già, bệnh, chết. Thế mới biết tất cả sự vật trên đời này đều là vô thường, giả tạm, như mộng, như huyễn, như bọt nước mà thôi. Hết nắng lại mưa, hết mưa trời tạnh, hết mạnh rồi đau, hết vui rồi buồn, hết hợp rồi tan, hết vinh rồi nhục, hết lên xe rồi xuống ngựa, sông dài lúc phẳng lặng, lúc lên thác xuống ghềnh. Phật tử chơn thuần nên luôn biết lẽ vô thường, phải luôn cố gắng tu tập, phải cố gắng biến các nghịch cảnh rủi ro cũng như các điều trở ngại cho mình và cho người thành những hoàn cảnh thuận lợi; phải luôn thức tỉnh, bỏ mê theo ngộ mà lập tâm thêm vững mạnh trên bước đường tu.

Trong Kinh Pháp Cú, đức Phật dạy về “Vô Thường” như sau: Sống trăm tuổi mà không thấy pháp vô thường sinh diệt, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà được thấy pháp sinh diệt vô thường (Pháp Cú 113). Như vậy, theo Đức Phật, hiểu luật vô thường không những quan trọng cho chúng ta trong việc thực hành giáo pháp mà còn rất quan trọng cho đời sống hằng ngày của chúng ta. Ngoài việc đem lại lợi ích tức thời, hiểu luật vô thường còn là một phương tiện thiện xảo hữu hiệu giúp chúng ta trong việc thực hành giáo pháp. Vô thường là liều thuốc giải

trừ tham sân. Và cuối cùng vô thường là cái chìa khóa giúp chúng ta hiểu được bản chất chủ yếu của vạn hữu. Trong Kinh Trung Bộ, Đức Phật đưa ra năm hình ảnh cụ thể để chỉ dạy về bản chất vô thường của ngũ uẩn thủ. Ngài ví hình thể vật chất hay sắc như một khối bọt, cảm giác hay thọ như bong bóng nước, tri giác hay tưởng như ảo cảnh, những hoạt động có tác ý của tâm hay hành như một loại cây mềm rỗng ruột, và thức như ảo tưởng. Vì vậy Ngài bảo chư Tăng: “Này chư Tỳ Kheo, có thể nào chẳng một bản thể vững bền nằm trong một khối bọt, trong bong bóng nước, trong ảo cảnh, trong loại cây mềm rỗng ruột, hay trong ảo tưởng? Bất cứ hình thể vật chất nào, dầu trong quá khứ, vị lai hay hiện tại, ở trong hay ở ngoài, thô thiển hay vi tế, thấp hay cao, xa hay gần... mà hành giả nhìn thấy, hành giả nên quán sát hình thể vật chất ấy với sự chú tâm khôn ngoan hay sự chú tâm chân chánh. Một khi hành giả nhìn thấy, suy niệm, và quán sát hình thể vật chất với sự chú tâm chân chánh thì hành giả sẽ thấy rằng nó rỗng không, nó không có thực chất và không có bản thể. Này chư Tỳ Kheo có chẳng một bản thể trong hình thể vật chất?” Và cùng thế ấy Đức Phật tiếp tục giảng giải về bốn uẩn còn lại: “Này chư Tỳ Kheo, có thể nào thọ, tưởng, hành, thức lại có thể nằm trong một khối bọt, trong bong bóng nước, trong ảo cảnh, trong loại cây mềm rỗng ruột, hay trong ảo tưởng?” Theo Kinh Tạp A Hàm, quyển III, biến đổi hay vô thường là đặc tánh chính yếu của sự hiện hữu của các hiện tượng. Chúng ta không thể nói đến bất cứ vật gì, dù là vô tri vô giác hay hữu giác hữu tri, rằng ‘cái này tồn tại’ bởi vì ngay lúc mà chúng ta đang nói thì cái đó đang thay đổi. Ngũ uẩn cũng là thứ được kết hợp lại và do điều kiện, và như vậy ngũ uẩn đó luôn bị định luật nhân quả chi phối. Thức hay tâm và các yếu tố thành phần của nó hay tâm sở cũng không ngừng biến đổi, mặc dầu ở một mức độ thấp hơn, cái thể xác vật chất cũng thay đổi trong từng khoảnh khắc. Người nào thấy rõ ràng rằng ngũ uẩn là vô thường, người đó có chánh kiến.

### **III. Khổ:**

*Pháp ấn thứ nhì là Khổ:* Trạng thái khổ não bức bách thân tâm (tâm duyên vào đối tượng vừa ý thì cảm thấy vui, duyên vào đối tượng không vừa ý thì cảm thấy khổ). Từ Bắc Phạn “Dukkha” có nghĩa là Khổ, nhưng chúng ta 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. Cả hai từ Duhkha (skt) và Dukkha (p) là những từ Bắc Phạn và Nam Phạn có nghĩa là “Khổ” hay “Bất toại.” Đây là đế thứ nhất trong Tứ Diệu Đế của Phật giáo, cho rằng vòng luân hồi sanh tử được đặt tính hóa bởi những bất toại và đau khổ. Điều này liên hệ tới ý tưởng cho rằng vạn hữu vô thường, chúng sanh không thể nào tránh được phân ly với cái mà họ mong mỏi và bắt buộc phải chịu đựng những thứ không vui. Mục đích chính được kể ra trong Phật giáo là khắc phục “khổ đau.” Có ba loại khổ đau: 1) khổ khổ, bao gồm những nỗi khổ về thể chất và tinh thần; 2) hoại khổ, bao gồm những cảm thọ không đúng đắn về hạnh phúc. Gọi là hoại khổ vì vạn hữu đều hư hoại theo thời gian và điều này đưa đến khổ đau không hạnh phúc; 3) Hành khổ, nỗi khổ đau trong vòng sanh tử, trong đó chúng sanh phải hứng chịu những bất toại vì ảnh hưởng của những hành động và phiền não ứ nhiễm.

Đức Phật dạy khổ nằm trong nhân, khổ nằm trong quả, khổ bao trùm cả thời gian, khổ bao trùm cả không gian, và khổ chi phối cả phạm vi Thánh, nghĩa là khổ ở khắp nơi nơi. Khổ nằm trong nhân, nên Bồ Tát sợ nhân trong khi chúng sanh chỉ sợ quả, nghĩa là chúng sanh vì mê mờ nên chỉ khi nào quả khổ tới mới lo sợ, khi đang gây nhân khổ thì lại không nhận thấy, mà vẫn cứ thản nhiên như không, nhiều khi lại cho là vui sướng. Khổ nằm trong quả. Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng gây nhân nào gặt quả nấy, đó là định luật tự nhiên, thế nhưng trên đời có ít người công nhận như vậy, ngược lại còn than trời trách đất cho những bất hạnh của họ. Khổ bao trùm cả thời gian nên từ vô thủy đến nay, cái khổ của chúng sanh chưa bao giờ dứt, đây là một phần của định luật nhân quả luân hồi (cứ nhân tạo quả, rồi trong quả có nhân, cứ thế mãi không bao giờ ngừng nghỉ). Khổ bao trùm cả không gian, ở đâu có vô minh thì ở đó có khổ. Vô minh không những

chỉ bao trùm trong thế giới này mà nó còn trùm khắp vô lượng thế giới. Khổ chi phối cả phàm lẫn Thánh. Chúng sanh ở địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, A tu la phải khổ sở vô cùng. Loài người bị tham sân si chi phối cũng bị lặn ngụp trong biển khổ. Chư Thiên cũng không tránh được khổ vì ngũ suy tướng hiện. Cho đến các hàng Thánh Tu Đà Hoàn, Tư Đà Hàm, A Na Hàm, Thanh Văn, Duyên Giác, vân vân, vì còn mê pháp, nên không tránh khỏi nỗi khổ biến dịch sinh tử. Xem thế nỗi khổ lớn lao vô cùng. Riêng chỉ các vị Bồ Tát nhờ lòng đại bi, thường ra vào sinh tử, lấy pháp lục độ để cứu độ chúng sanh, mà vẫn ở trong Niết Bàn tự tại.

#### **IV. Vô Ngã:**

*Pháp ấn thứ ba là Vô Ngã:* Từ ngữ Bắc Phạn “Anatman” có nghĩa là “vô ngã.” Một trong ba đặc tính mà Đức Phật đã dạy áp dụng cho tất cả pháp hữu vi, hai đặc tính khác là vô thường và khổ đau hay bất toại. Giáo pháp này trái ngược với giáo pháp của Bà La Môn vào thời Đức Phật còn tại thế. Truyền thống Bà La Môn dạy rằng cốt lõi của mọi người là cái “thường ngã” hay cái ngã vĩnh hằng không thay đổi. Ngược lại, Đức Phật lại tuyên bố rằng cái được gọi là “ngã” ấy chỉ là một khái niệm được dựng lên, kỳ thật mỗi cá nhân đều là sự kết hợp của các uẩn luôn thay đổi. Khi Đức Phật đưa ra khái niệm về “Vô ngã,” Ngài đã làm đảo lộn không biết bao nhiêu quan niệm về vũ trụ và nhân sinh. Đức Phật đã giáng một đòn lớn trên ý niệm phổ biến và kiên cố nhất của loài người thời đó: ý niệm về sự tồn tại của cái “ngã” thường còn. Những ai thấu hiểu được vô ngã đều biết rằng nó được đưa ra để đánh đổ ý niệm về “ngã” chứ không phải là một đồ án mới của thực tại. Khái niệm “Vô ngã” là phương tiện, chứ không phải là cứu cánh. Nếu nó trở thành một ý niệm thì nó cũng cần được phá vỡ như bao nhiêu ý niệm khác. Thuyết Vô Ngã có hai đặc tính chính là pháp vô ngã và nhân vô ngã. Đôi khi giáo lý “vô ngã” gây ra bối rối và hiểu lầm. Bất cứ lúc nào chúng ta nói “Tôi đang nói”, hay “Tôi đang đi”, vân vân. Như vậy làm sao chúng ta có thể chối bỏ thực tế của cái “Ta”? Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng Đức Phật không bảo chúng ta chối bỏ việc xưng hô “Ta” hay “Tôi”. Chính Đức Phật còn phải dùng một từ nào đó để xưng hô, như từ “Như Lai” chẳng hạn, không cần biết từ này có nghĩa gì, nó vẫn là một từ hay một danh xưng. Khi Đức Phật dạy về “Vô ngã”, Ngài nhấn mạnh đến sự từ bỏ

một ý niệm cho rằng “Tôi” là một thực thể thường hằng và không thay đổi. Ngài nói năm uẩn (sắc, thọ, tưởng, hành và thức) không phải là cái “Ta”, và không có cái “Ta” nào được tìm thấy trong năm uẩn này cả. Sự phủ nhận của Đức Phật có nghĩa là sự phủ nhận một niềm tin có một thực thể có thật, độc lập và thường còn được người ta gọi là “Ta” vì một thực thể như vậy phải độc lập, phải thường còn, không biến đổi, không hoán chuyển, nhưng một thực thể như vậy hay một cái “Ta” như thế không thể tìm thấy ở đâu được.

Vô ngã hay tính vô ngã là một trong những học thuyết trọng tâm của đạo Phật. Nó phủ định cái ngã bên trong một cá nhân theo nghĩa bất tử, bất diệt, duy nhất và độc lập. Không có sự hiện hữu của cái tự ngã trường tồn. Thân này chỉ là sự kết hợp của ngũ uẩn. Ngũ uẩn chỉ hiện hữu khi có đầy đủ như duyên mà thôi. Giáo thuyết “Anatta” hay “Antma” được Đức Phật thuyết giảng mà hầu hết Phật tử, kể cả thiền gia đều cho rằng đây là ý tưởng “vô ngã” của chơn tánh con người. Phật tử không nên lầm “vô ngã” của Phật giáo với thuyết “vô ngã” của Ấn giáo với nghĩa là chơn tánh mà tâm con người không thể nhận biết được. Làm thế nào người ta có thể nói là vô ngã nếu không có ngã? Chúng ta phải hiểu Đức Phật muốn nói gì với từ “Vô ngã” này. Đức Phật không hề có một ý gì đối lập với “Ngã” cả. Ngài không đặt hai từ này ở vị trí kế nhau và nói: “Đây là cái vô ngã của tôi đối lập với cái ngã này.” Từ Anatta, vì tiếp đầu ngữ “An” chỉ một sự không hiện hữu, abhava, chứ không phải đối lập. Anatta có nghĩa là không có “Atta,” đó chỉ đơn thuần là sự phủ nhận của một “Atta”, sự không hiện hữu của một “Atta” mà thôi. Những người tin có một “Atta” cố gắng để giữ cái “Atta” của họ, còn Đức Phật chỉ phủ nhận nó bằng cách thêm tiếp đầu ngữ “An” vào. Vì cái quan niệm có một “Atta”, tự ngã hay linh hồn này đã ăn sâu trong rất nhiều người mà Đức Phật từng gặp, nên Ngài đã phải thuyết những bài pháp dài về vấn đề Bản ngã này cho những nhà trí thức, những nhà biện chứng và những người giỏi tranh luận.

Thuyết Vô Ngã có hai đặc tánh chính là pháp vô ngã và nhân vô ngã. Người Phật tử thuần thành không có kẻ thù bên ngoài, chỉ có bạn hiểu ta và bạn chưa hiểu ta mà thôi. Tuy nhiên, kẻ thù bên trong chính của mình chính là cái “Ta”. Cái “Ta” là kẻ thù lớn của Chân lý. Những ai yêu quý cái “Ta” không còn quan tâm giúp đỡ gì đến đồng loại mà chỉ muốn vơ vét hết mọi thứ cho riêng mình. Họ trở nên tàn bạo, tham



lam, không chân thật, không lương thiện, và nhiễm trược. Chính cái Ngã ái đã gây ra mọi phiền não trên đời. Người nào yêu quý Chân lý, người ấy không thể nào tàn bạo hay tham lam; họ yêu thương, hòa nhã với tất cả mọi người; họ sẵn sàng ra tay giúp đỡ những ai lâm cảnh khốn cùng và trải rộng niềm hạnh phúc đến bất cứ nơi nào mà họ tới. Kẻ thù “Tự Ngã” rất khó chinh phục, nhưng Phật tử thuần thành không bao giờ chán nản. Nên nhớ, Đức Phật mà còn phải mất rất nhiều năm mới chinh phục được kẻ thù này trước khi Ngài giác ngộ. Chúng ta không có cách nào khác hơn là cũng phải chiến đấu y như Đức Phật. Thuyết tất định chỉ cho lý thuyết có sự quyết định của ‘định mệnh,’ hay Thiên mệnh, hay thượng đế. Phật giáo chủ trương sự vắng mặt của một bản ngã thường hằng bất biến. Theo Kinh Duy Ma Cật, vô ngã có nghĩa là 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. Theo giáo lý Tiểu Thừa thì “Vô Ngã” chỉ áp dụng cho loài người, nhưng trong Phật giáo Đại Thừa thì vạn hữu đều vô ngã. Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật giáo, Đức Phật xem thế giới này là thế giới của khổ đau, và Ngài đã dạy những phương pháp đối trị nó. Vậy cái gì đã làm thế giới này trở thành khổ đau? Lý do đầu tiên như Đức Phật đã dạy, là các pháp đều vô ngã, nghĩa là vạn vật, hữu tình hay vô tình, tất cả đều không có cái mà chúng ta có thể gọi là bản ngã hay thực thể. Chúng ta thử khảo sát con người. Một người không thể xem tinh thần hay hồn của y là một thực thể. Y hiện hữu nhưng không thể nào nắm được cái thực thể của y, không thể tìm thấy được tinh thần của y, bởi vì sự hiện hữu của con người không gì ngoài cái ‘hiện hữu tùy thuộc vào một chuỗi nhân duyên.’ Mọi vật hiện hữu đều là vì nhân duyên, và nó sẽ tan biến khi những tác dụng của chuỗi nhân duyên ấy chấm dứt. Những làn sóng trên mặt nước quả là hiện hữu, nhưng có thể gọi mỗi làn sóng đều có tự ngã hay không? Sóng chỉ hiện hữu khi có gió lay động. Mỗi làn sóng đều có riêng đặc tính tùy theo sự phối hợp của những nhân duyên, cường độ của gió và những chuyển động, phương hướng của gió, vân vân. Nhưng khi những tác dụng của những nhân duyên đó

chấm dứt, sóng sẽ không còn nữa. Cũng vậy, không thể nào có cái ngã biệt lập với nhân duyên được. Khi con người còn là một hiện hữu tùy thuộc một chuỗi nhân duyên thì, nếu y cố gắng trì giữ lấy chính mình và nhìn mọi vật quanh mình từ quan điểm độc tôn ngã là một điều thật vô lý. Mọi người phải từ bỏ cái ngã của mình, cố gắng giúp đỡ kẻ khác và phải nhận thức cái hiện hữu cộng đồng, vì không thể nào con người hoàn toàn hiện hữu độc lập được. Nếu mọi vật đều hiện hữu tùy thuộc vào một chuỗi những nhân duyên thì cái hiện hữu đó cũng chỉ là tùy thuộc điều kiện mà thôi; không có một vật chất nào trong vũ trụ này có thể trường tồn hay tự tại. Do đó Đức Phật dạy rằng vô ngã là yếu tính của vạn vật, và từ đó, đưa đến một lý thuyết nữa là vạn vật đều vô thường, là điều không thể tránh. Hầu hết mọi người đều dốc hết năng lực vào việc gìn giữ sự hiện hữu của mình và những tư hữu của họ. Nhưng thực ra, không thể nào tìm được trung tâm hiện hữu của nó, cũng không thể nào giữ nó đời đời được. Không vật nào là không biến chuyển, ngay cả trong một sát na. Không những nó bất ổn trong tương quan với không gian, mà nó cũng bất ổn trong tương quan với thời gian nữa. Nếu ta có thể tìm được một thế giới không có không gian và thời gian, thế giới đó mới thật là thế giới tự do chân thật, tức là Niết Bàn. Nếu như những nhà vật lý hiện đại xác nhận, không gian là một trong những số lượng biến đổi và thời gian là tương đối thì thế giới của không gian thời gian này là cái ngục tù mà chúng ta không thể nào thoát ra được, tức là chúng ta đã bị trói buộc trong vòng nhân quả rồi vậy. Khi nào con người chưa tìm được cái thế giới không bị hạn cuộc bởi thời gian và không gian, con người vẫn phải là một tạo vật khổ đau. Xác nhận rằng con người có thể đạt được cảnh giới đó, cảnh giới không bị hạn cuộc bởi thời gian và không gian là sứ mệnh của Phật Giáo. Lẽ dĩ nhiên không có gì có thể được xem như là không gian vô hạn và thời gian vô cùng. Ngay cả vật lý học ngày nay cũng nhìn nhận cái vô tận của thời gian và không gian. Tuy nhiên, Đức Phật đã xướng thuyết về lý tưởng Niết Bàn hay tịch diệt, theo nguyên tắc vô thường và vô ngã. Niết Bàn có nghĩa là hủy diệt sinh tử, hủy diệt thế giới dục vọng, hủy diệt những điều kiện thời gian và không gian. Sau hết, Niết Bàn có nghĩa là cảnh giới của giải thoát viên mãn. Vô ngã hay không có sự bất biến, vô thường hay không có sự trường tồn là trạng huống thật sự của sự hiện hữu của chúng ta. Niết Bàn theo nghĩa tiêu cực là

hủy diệt, nhưng theo nghĩa tích cực là tròn đầy, là lý tưởng của chúng ta, ấy là sự giải thoát trọn vẹn.

### ***Three Dharma Seals***

#### ***I. An Overview of the Three Dharma Seals:***

The 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.

#### ***II. Impermanence:***

*The first Dharma Seal is Impermanence:* “Anitya” is a Sanskrit term for “Impermanence.” Impermanence is the ever changing nature of all phenomena from arising, dwelling and passing away. Anitya is the state of not being permanent, of lasting or existing only for a short time, of changing continually. Physical changes operating from the state of formation, to that of development, decay and disintegration are exact manifestations of the law of transformation. All things in the universe,

from the small grain of sand, the human body, to the big one such as the earth, moon and sun are governed by the above law, and as such, must come through these four periods. This process of changes characterizes impermanence. Anitya is one of the three fundamental of everything existing: Impermanence (Anitya), Suffering (Duhkha) and Non-ego (Anatman). Impermanence is the basis of life, without which existence would not be possible. "Impermanence" is one of the "three characteristics" (trilaksana) that Sakyamuni Buddha said distinguish all conditioned (samskṛta) phenomena, the others being selflessness and unsatisfactoriness or suffering. According to this doctrine, all conditioned phenomena, i.e., phenomena that come into being due to causes and conditions, are constantly changing, and so there is no possibility of holding onto anything. This is connected with the other two characteristics, since the transitory nature of phenomena leads to inevitably suffering, because beings are inevitably separated from things that they desire. Also, because phenomena are constantly changing, there is no possibility of a permanent and unchanging "self" or soul (atman). Everything in this world is subject to change and perish; nothing remains constant for even a single kṣaṇa or short moment. Everything, every phenomenon passes through a period of birth, maturity, transformation, and destruction. The Diamond Sutra taught: "Just examine the various conditioned dharma, it is no different than a bubble or dewdrop; observe and realize everything is impermanent, births and deaths are like lightning flashes." Contemplation on the impermanence of things will help us prevent from being imprisoned by the things of the world. Sincere Buddhists should always be awakened and realize: "Nothing in this world lasts forever." In the end, everything is a part of the cycle of "Formation, Existence, Decadence, and Emptiness." If there is birth, naturally, there will be existence for a certain amount of time, then decay will come, and, in the end, return to dirt and sand. Because we are awakened to these conditions of life, we begin realizing the theory of "Impermanence" the Buddha taught in the sutras is accurate. No matter how much glory, wealth, or success was achieved in the past, in the end, these accomplishments are not any different than a beautiful dream. Anitya is the state of not being permanent, of lasting or existing only for a short time, of changing continually. Physical changes

operating from the state of formation, to that of development, decay and disintegration are exact manifestations of the law of transformation. All things in the universe, from the small grain of sand, the human body, to the big one such as the earth, moon and sun are governed by the above law, and as such, must come through these four periods. This process of changes characterizes impermanence. From its beginning, Buddhism has held that a direct, unbiased observation of human experience on impermanence. Even on the level of ordinary observation we can see the change of seasons, the birth and death of plants, animals, and human beings. If we make a little more intensive observation we will see that human being, both physical and mental, as well as all other things, are only changing process, in flux at every moment. Let's take a look at our own personality, we will find that our bodies are impermanent. They are subject to constant change. Our minds are also characterized by impermanence, and everything we see around us is impermanent. Anitya is one of the three fundamental of everything existing: Impermanence (Anitya), Suffering (Duhkha) and Non-ego (Anatman). Impermanence is the basis of life, without which existence would not be possible. "Impermanence" is one of the "three characteristics" (trilaksana) that Sakyamuni Buddha said distinguish all conditioned (samskṛta) phenomena, the others being selflessness and unsatisfactoriness or suffering. According to this doctrine, all conditioned phenomena, i.e., phenomena that come into being due to causes and conditions, are constantly changing, and so there is no possibility of holding onto anything. This is connected with the other two characteristics, since the transitory nature of phenomena leads to inevitably suffering, because beings are inevitably separated from things that they desire. Also, because phenomena are constantly changing, there is no possibility of a permanent and unchanging "self" or soul (atman). Everything in this world is subject to change and perish; nothing remains constant for even a single kṣatna or short moment. Everything, every phenomenon passes through a period of birth, maturity, transformation, and destruction. The Diamond Sutra taught: "Just examine the various conditioned dharma, it is no different than a bubble or dewdrop; observe and realize everything is impermanent, births and deaths are like lightning flashes."

Contemplation on the impermanence of things will help us prevent from being imprisoned by the things of the world.

The law of changing and passing away is to be found everywhere and in everything from money, position, to pleasure, our bodies and even the world itself is changing, and must in the end pass away. In most monasteries, at the end of ceremonies, monks and nuns often chant the verse of impermanence.

This day is already done.  
 Our lives are that much less.  
 We're like fish in a shrinking pond;  
 What joy is there in this?  
 We should be diligent and vigorous,  
 As if our own head were at stake.  
 Only be mindful of impermanence,  
 And be careful not to be lax.

It is necessary for sincere Buddhists to think that the impermanence of life is sudden, time truly flies, the morning had just come but night has arrived. Why not be diligent and prepare in anticipation. In fact, the fact of impermanence has been recognized not only in Buddhist thought, but also elsewhere in the history of philosophy. It was the ancient Chinese educators who also recognized the ever-changing and transient nature of things. However, Buddhism considers impermanence is one of the three most important dharma seals: impermanence, suffering, and no-self. Buddhist scriptures always say that the three worlds are impermanent like autumn clouds; that birth and death are like a human dance; and that human life is like a flash of lightning.

Sincere Buddhists should always be awakened and realize: "Nothing in this world lasts forever." In the end, everything is a part of the cycle of "Formation, Existence, Decadence, and Emptiness." If there is birth, naturally, there will be existence for a certain amount of time, then decay will come, and, in the end, return to dirt and sand. Because we are awakened to these conditions of life, we begin realizing the theory of "Impermanence" the Buddha taught in the sutras is accurate. No matter how much glory, wealth, or success was achieved in the past, in the end, these accomplishments are not any different than a beautiful dream. Sincere Buddhists should know how to

adapt and make best of their situations, able cleverly to tolerate and endure various conditions and circumstances of life, then they may be able to transform misfortunes, failures, and sufferings into blessings and happiness. Everything in life, if it has form characteristics, then, inevitably, one day it will be destroyed. A human life is the same way, if there is life, there must be death. Even though we say a hundred years, it passes by in a flash, like lightning streaking across the sky, like a flower's blossom, like the image of the moon at the bottom of lake, like a short breath, what is really eternal? Even our dear bodies, we are unable to maintain its youth, health, and vitality forever because it must endure inevitable sufferings, deterioration, old age, sickness, and death. Everything in life is impermanent, artificial, dream-like, and transient like a bubble in water. After the sunshine, there is rain; after rain there is cessation; after health there is sickness; after happiness there is sadness; after being together there is being apart; after success there is failure; after rise there is fall. Along the long river some stretch are straight, others curve; sometimes it is quite peaceful, other times turbulent and chaotic. Sincere Buddhists should always remember the impermanence of all things, should always try to cultivate, should always turn your misfortunes and setbacks as well as obstacles into advantageous situations; should always awaken, abandon ignorance to see the light of enlightenment, and become more determined to solidify your mind to make firm progress on your cultivated path.

The Buddha's Teachings on "Impermanence" in the Dharmapada Sutra as follows: To live a hundred years without comprehending how all things rise and pass away, is no better than a single-day life of seeing beginning and end of all things (Dharmapada Sutra 113). Thus, according to the Buddha, understanding impermanence is important not only for our practice of the Dharma, but also in our daily life. Besides these immediate benefits, understanding impermanence is also an effective skillful means that assists us in practicing the Dharma. The understanding of impermanence is an antidote to desire and ill-will. And finally, it is a key that helps us understand the ultimate nature of things, the way things really are. In the Mijjhamaka Sutra, the Buddha gives five striking similes to illustrate the impermanent nature of the five aggregates of clinging. He compares material form or body to a

lump of foam, feeling to a bubble of water, perception to a mirage, mental formations or volitional activities to a plantain trunk without heartwood, and consciousness to an illusion. So He asked the monks: “What essence, monks, could there be in a lump of foam, in a bubble, in a mirage, in a plantain trunk, in an illusion? Whatever material form there be whether past, future or present; internal or external; gross or subtle; low or lofty; far or near; that material form the meditator sees, meditates upon, examines with systematic and wise attention, he thus seeing, meditating upon, and examining with systematic and wise attention, would find it empty, unsubstantial and without essence. Whatever essence, monks, could there be in material form?” And the Buddha speaks in the same manner of the remaining aggregates and asks: “What essence, monks, could there be in feeling, in perception, in mental formation and in consciousness?” According to the Samyutta Nikaya, volume III, the Buddha taught: Change or impermanence is the essential characteristic of phenomenal existence. We cannot say of anything, animate or inanimate, ‘this is lasting’ for even while we say, it is undergoing change. The aggregates are compounded and conditioned, and, therefore, ever subject to cause and effect. Unceasingly does consciousness or mind and its factors change, and just as unceasingly, though at a lower rate, the physical body also changes from moment to moment. He who sees clearly that the impermanent aggregates are impermanent, has right understanding.

### ***III. Suffering:***

*The second Dharma Seal is Suffering or Unsatisfaction:* 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. Both Duhkha (skt) or Dukkha (p) are Sanskrit and Pali terms for “suffering” or “unsatisfactoriness.” This is the first of the four noble truths of Buddhism, which holds that cyclic existence is characterized



by unsatisfactoriness or suffering. This is related to the idea that since the things of the world are transitory, beings are inevitably separated from what they desire and forced to endure what is unpleasant. The main stated goal of Buddhism from its inception is overcoming “duhkha.” There are three main types of duhkha: 1) the suffering of misery (duhkha-dukhata), which includes physical and mental sufferings; 2) the suffering of change (viparinama-dukhata), which includes all contaminated feelings of happiness. These are called sufferings because they are subject to change at any time, which leads to unhappiness; and 3) compositional suffering (samskara-dukhata), the suffering endemic to cyclic existence, in which sentient beings are prone to the dissatisfaction due to being under the influence of contaminated actions and afflictions.

The Buddha teaches that suffering is everywhere, suffering is already enclosed in the cause, suffering from the effect, suffering throughout time, suffering pervades space, and suffering governs both philistine and saint. Suffering is already enclosed in the cause that is why the Bodhisattva fears the cause while the philistine fears the effect. In fact, human beings do not care about the cause when doing what they want. They only fear when they have to suffer from their wrong-doings. Suffering from the effect. Devout Buddhists should always remember that we always reap what we have sown. This is a natural law, but some people do not know it; instead they blame God or deities for their misfortune. Suffering throughout time so humankind has suffered from time immemorial till now, because suffering never ceases; it is part of the law of causality. Suffering throughout space, suffering goes together with ignorance. Since ignorance is everywhere, in this world as well as in the innumerable other worlds, suffering also follows it. Suffering governs both philistine and saint. Those people who are damned in Hell, in the realm of the starved ghosts, the animals, and Asura undergo all kinds of suffering. Human beings driven by greed, anger, and ignorance are condemned to suffer. Deities, when their bliss is over, suffer from their decay body. All saints of Hinayana school, except the Arhats, including the Stream Enterer, the Once-Returner, the Non-Returner who are still infatuated with their so-called attainment, are subject to the suffering from the cycle of birth and death. Only the Bodhisattvas are exempt from

suffering since they voluntarily engage themselves in the cycle in order to save people with their six Noble Paramita Saving Devices.

#### ***IV. No-Self:***

*The third Dharma Seal is Egolessness:* No-self, not self, non-ego, or the emptiness of a self. “Anatman” is a Sanskrit term for “No-self.” One of the “three characteristics” (tri-laksana) that the Buddha said apply to all conditioned (samskrita) phenomena, the others being impermanence and unsatisfactoriness or suffering. The doctrine holds that, contrary to the assertions of the brahmanical orthodoxy of the Buddha’s time, there is no permanent, partless, substantial “self” or soul. The brahmanical tradition taught that the essence of every individual is an eternal, unchanging essence (called the atman). The Buddha declared that such an essence is merely a conceptual construct and that every individual is in fact composed of a constantly changing collection of “aggregates” (skandha). Non-existence of a permanent self. The body consists of the five elements and there is no self. Elements exist only by means of union of conditions. There is no eternal and unchangeable substance in them. When Sakyamuni Buddha put forth the notion of “no-self,” he upsets many concepts about life in the universe. He blasted our most firm and widespread conviction, that of a permanent self. Those who understand “not self” know that its function is to overthrow “self,” not to replace it with a new concept of reality. The notion of “not self” is a method, not a goal. If it becomes a concept, it must be destroyed along with all other concepts. The doctrine of no-self has two main characteristics: selflessness of things (dharma-nairatmya) and selflessness of person (pudgalanairatmya). Sometimes, the teaching of “not-self” causes confusion and misunderstanding. Any time we speak, we do say “I am speaking” or “I am talking”, etc. How can we deny the reality of that “I”? Sincere Buddhists should always remember that the Buddha never asked us to reject the use of the name or term “I”. The Buddha himself still use a word “Tatathata” to refer to himself, no matter what is the meaning of the word, it is still a word or a name. When the Buddha taught about “not-self”, he stressed on the rejection of the idea that this name or term “I” stands for a substantial, permanent and changeless reality. The Buddha said that the five aggregates (form, feeling, perception, volition

and consciousness) were not the self and that the self was not to be found in them. The Buddha's rejection of the self is a rejection of the belief in a real, independent, permanent entity that is represented by the name or term "I", for such a permanent entity would have to be independent, permanent, immutable and impervious to change, but such a permanent entity and/or such a self is nowhere to be found.

The doctrine of "Anatman" is one of the central teachings of Buddhism; it says that no self exists in the sense of a permanent, eternal, integral and independent substance within an individual existent. The anatta or anatma doctrine taught by the Buddha, to which most Buddhists, including Zen practitioners, subscribe, is briefly the "not self" idea of man's true nature. This is not to be confused with the "not self" expression used in Hindu philosophies. It means that the true nature of man is not conceivable by the human mind. How can one speak of "Anatta" if there is no "Atta"? We must understand what the Buddha meant by "Anatta". He never meant anything in contradiction to "Atta". He did not place two terms in juxtaposition and say: "This is my 'Anatta' in opposition to 'Atta'." The term "Anatta", since the prefix "an" indicates non-existence, and not opposition. So "Anatta" literally means no atta that is the mere denial of an "atta", the non-existence of "atta". The believers in an "atta" tried to keep their "atta". The Buddha simply denied it, by adding the prefix "an". As this concept of an Atta, Self, or Soul, was deep rooted in many whom the Buddha met, He had to discourse at length on this pivotal question of Self to learned men, dialecticians and hair-splitting disputants.

The doctrine of no-self has two main characteristics: selflessness of things (dharma-nairatmya) and selflessness of person (pudgalanairatmya). Devout Buddhists have no external enemies. We only have friends, including those who understand us and those who have not yet understood us. However, our main inner enemy is the "Self". The "Self" is the great enemy of Truth. Those who love "Self" do not care to help their fellow beings, but desire everything for themselves alone. They become cruel, greedy, untruthful, dishonest and impure. It is love of the Self that makes all the trouble in the world. People who love Truth cannot be unkind and greedy; they are loving and gentle to all they meet; they are willing to lend a helping hand to anyone in trouble, and spread happiness wherever they go. The enemy

of “Self” is very difficult to conquer, but devout Buddhists are never discouraged. Remember, it took the Buddha a long time to do it. He had to fight with himself for many years to overcome this enemy and to become enlightened. We do not have any other method but doing the same thing as the Buddha did. Determinism means the theory of being determined by fate, nature, or god. Buddhism believes in the absence of a permanent, unchanging self or soul (Non-existence of a permanent self). According to the Vimalakirti Sutra, the body 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. In Theravada, no-self is only applied to the person; in the Mahayana, all things are regarded as without essence. According to Prof. Junjiro Takakusu in *The Essentials of Buddhist Philosophy*, the Buddha regarded this world as a world of hardship, and taught the ways to cope with it. Then what are the reasons which make it a world of hardship? The first reason, as given by the Buddha is that all things are selfless or egoless, which means that no things, men, animals and inanimate objects, both living and not living, have what we may call their original self or real being. Let us consider man. A man does not have a core or a soul which he can consider to be his true self. A man exists, but he cannot grasp his real being, he cannot discover his own core, because the existence of a man is nothing but an “existence depending on a series of causations.” Everything that exists is there because of causations; it will disappear when the effects of the causation cease. The waves on the water’s surface certainly exist, but can it be said that a wave has its own self? Waves exist only while there is wind or current. Each wave has its own characteristics according to the combination of causations, the intensity of the winds and currents and their directions, etc. But when the effects of the causations cease, the waves are no more. Similarly, there cannot be a self which stands independent of causations. As long as a man is an existent depending

on a series of causations, it is unreasonable for him to try to hold on to himself and to regard all things around him from the self-centered point of view. All men ought to deny their own selves and endeavor to help each other and to look for co-existence, because no man can ever be truly independent. If all things owe their existence to a series of causations, their existence is a conditional one; there is no one thing in the universe that is permanent or independent. Therefore, the Buddha's theory that selflessness is the nature of all things inevitably leads to the next theory that all things are impermanent (anitya). Men in general seem to be giving all of their energy to preserving their own existence and their possessions. But in truth it is impossible to discover the core of their own existence, nor is it possible to preserve it forever. Even for one moment nothing can stay unchanged. Not only is it insecure in relation to space but it is also insecure in relation to time. If it were possible to discover a world which is spaceless and timeless, that would be a world of true freedom, i.e., Nirvana. If, as the modern physicists assert, space is curved and time is relative, this world of space and time is our enclosed abode from which there is no escape; we are tied down in the cycles of cause and effect. As long as men cannot discover a world which is not limited by time and space, men must be creatures of suffering. To assert that such a state, unlimited in time and space, is attainable by man is the message of Buddhism. Of course, there is no such thing as a limitless time. Even modern physical science does not recognize infinity in time and space. However, the Buddha brought forward his ideal, Nirvana (extinction), following his theories of selflessness and impermanence. Nirvana means extinction of life and death, extinction of worldly desire, and extinction of space and time conditions. This, in the last analysis, means unfolding a world of perfect freedom. Selflessness (no substance) and impermanence (no duration) are the real state of our existence; Nirvana (negatively extinction; positively perfection) is our ideal, that is, perfect freedom, quiescence.



***Luận Thứ Tám***  
***The Eighth Essay***

***Khổ Đau Theo Quan Điểm Phật Giáo***

***I. Đời Là Biển Khổ:***

Sau khi đạt được đại giác, lời tuyên bố đầu tiên của Đức Phật tại vườn Nai là: “Đời chỉ là khổ đau” và “Năm thủ uẩn là khổ đau”. Một lần khác tại thành Xá Vệ, Đức Phật đã lập lại: “Này các Tỳ Kheo, Như Lai sẽ giảng cho các người về khổ và gốc của khổ. Hãy lắng nghe, này các Tỳ Kheo, thế nào là khổ? Này các Tỳ Kheo, Sắc là khổ, Thọ là khổ, Tưởng là khổ, Hành là khổ, Thức là khổ. Này các Tỳ Kheo, đó là ý nghĩa của khổ. Và này các Tỳ Kheo, thế nào là gốc của khổ? Chính Ái này dẫn đến tái sanh, đi cùng với lạc thú và tham luyến, tìm cầu lạc thú chỗ này chỗ kia: đó là dục ái, hữu ái và vô hữu ái.” Nói cách khác, khổ đau của con người vốn là kết quả của sự sinh khởi của duyên khởi, cũng là kết quả của sự sinh khởi của ngũ uẩn. Và như vậy không phải ngũ uẩn, hay con người và cuộc đời gây nên đau khổ, mà là sự chấp thủ năm uẩn của con người gây nên đau khổ. Có khi chúng ta khổ vì đau đớn có nghĩa là khi chúng ta bị cảm giác đau đớn thể xác hay khổ sở về tinh thần. Có khi chúng ta đau đớn về thể xác bao gồm nhức đầu, đau lưng, nhức nhối do bệnh ung thư hay đau thắt tim, vãn vãn. Có khi chúng ta khổ sở tinh thần khi không đạt được điều mà chúng ta mong muốn, khi mất sự vật mà chúng ta ưa thích hoặc khi chúng ta gặp những bất hạnh trong đời. Chúng ta buồn khi nghề nghiệp không thành đạt, chúng ta suy sụp tinh thần khi phải xa lìa những người thân yêu, chúng ta cảm thấy lo âu khi trông chờ tin tức thơ từ của con cái, vãn vãn. Có khi chúng ta khổ do sự biến chuyển hay đổi thay có nghĩa là những sự việc mà chúng ta thường xem là hạnh phúc không bao giờ giữ nguyên trạng như thế mãi, chắc chắn chúng phải biến chuyển theo cách này hay cách khác và trở thành nỗi thống khổ cho chúng ta. Khi chúng ta mua một cái áo mới, chúng ta thích nó vì nó trông lộng lẫy; tuy nhiên, ba năm sau chúng ta sẽ cảm thấy khổ sở hay khó chịu khi mặc lại chiếc áo ấy vì nó đã cũ kỹ rách sần. Không cần biết là chúng ta thích một người như thế nào và chúng ta cảm thấy sung sướng khi ở cạnh người ấy; tuy nhiên, nếu chúng ta ở bên người ấy lâu ngày chầy tháng thì chúng ta sẽ cảm thấy khó chịu. Như vậy sự

sung sướng không phải là bản chất có sẵn trong cái người mà chúng ta cảm thấy ưa thích, mà nó chỉ là kết quả của sự tương tác trong mối quan hệ giữa chúng ta và người ấy. Cái khổ vì duyên khởi nói tới hoàn cảnh thân tâm của chúng ta có khuynh hướng khổ đau. Chúng ta cảm thấy khổ sở vì môi trường bên ngoài thay đổi. Thời tiết thay đổi làm cho chúng ta cảm thấy lạnh; bạn bè thay đổi cách cư xử làm cho chúng ta cảm thấy buồn khổ. Thân thể mà chúng ta đang có là cơ sở để cho chúng ta có những cảm nhận về sức khỏe tồi tệ. Nếu chúng ta không có một cơ thể nhận biết đau đớn và nhức nhối thì chúng ta sẽ không bao giờ bị bệnh tật cho dù chúng ta có tiếp cận với biết bao nhiêu vi khuẩn hay vi trùng đi nữa. Tâm thức mà chúng ta đang có chính là cơ sở để chúng ta cảm nhận những cảm giác đau buồn khổ não. Nếu chúng ta có một tâm thức mà sân hận không nhiễm vào được thì chúng ta sẽ không bao giờ phải chịu cảm giác tức giận khi đối nghịch và xúc chạm với người khác. Nói một cách tổng quát, theo Phật giáo có tám thứ khổ chính: sanh khổ, già khổ, bệnh khổ, tử khổ, ái biệt ly khổ, oán tắng hội khổ, cầu bất đắc khổ, và ngũ ấm thành suy khổ.

## **II. Thân Khổ, Tâm Khổ, Cảnh Khổ:**

*1. Thân Khổ:* Đức Phật diễn tả những đặc điểm chính của cái Khổ trong cuộc sống hằng ngày của chúng ta. Khổ vì đau đớn có nghĩa là khi chúng ta bị cảm giác đau đớn thể xác hay khổ sở về tinh thần. Đau đớn về thể xác bao gồm nhức đầu, đau lưng, nhức nhối do bệnh ung thư hay đau thắt tim, vãn vãn. Theo Phật giáo, thân khổ là thân nầy đã nhờ nhớp, lại bị sự sanh già bệnh chết, nóng lạnh, đói khát, vất vả cực nhọc chi phối, làm cho khổ sở không được tự tại an vui. Tóm lại, thân khổ là nỗi khổ về thể chất từ bên trong như bệnh hoạn sâu đau. Khổ về thể chất gồm có sanh, lão, bệnh, tử. Vông, thật vậy, sanh ra đời là khổ vì cái đau đớn của bà mẹ và của đứa trẻ lúc mới sanh ra là không thể tránh được. Vì sanh ra mà những hình thức khác của khổ như già, bệnh, chết..., theo sau không thể tránh khỏi. Sự khổ đau về thể xác có nhiều hình thức. Trong đời ít nhất một vài lần con người đã nhìn thấy cảnh người thân già nua của mình đau đớn về thể xác. Phần lớn các khớp xương của họ đau đớn khiến họ đi lại khó khăn. Càng lớn tuổi, cuộc sống của người già càng thêm khó khăn vì họ không còn thấy rõ, không nghe rõ và ăn uống khó khăn hơn. Còn nỗi đau đớn vì bệnh hoạn thì cả già lẫn trẻ đều không chịu nổi. Đau đớn vì cái chết và ngay



cả lúc sanh ra, cả mẹ lẫn con đều đau đớn. Sự thật là nỗi khổ đau về sanh, lão, bệnh, tử là không thể tránh được. Có người may mắn có cuộc sống hạnh phúc, nhưng đó chỉ là vấn đề thời gian trước khi họ phải kinh qua đau khổ mà thôi. Điều tệ hại nhất là không ai có thể chia xẻ nỗi đau khổ với người đang bị khổ đau. Tỷ như, một người đang lo lắng cho tuổi già của mẹ mình. Tuy nhiên, người ấy không thể nào thế chỗ và chịu đựng khổ đau thế cho mẹ mình được. Cũng như vậy, nếu một đứa trẻ lâm bệnh, bà mẹ không thể nào kinh qua được những khó chịu của bệnh hoạn của đứa nhỏ. Cuối cùng là cả mẹ lẫn con, không ai có thể giúp được ai trong giờ phút lâm chung cả.

2. *Tâm Khổ*: Bên cạnh khổ đau về thể xác, còn có nhiều hình thức khổ đau về tinh thần. Khổ về tinh thần như buồn phiền, ghen ghét, đấng cay, bất toại, không hạnh phúc, vân vân. Khổ về tinh thần như buồn phiền, ghen ghét, đấng cay, bất toại, không hạnh phúc, vân vân. Theo Đức Phật, bên cạnh cái khổ về thể chất, còn có những cái khổ về tinh thần như khổ vì thương yêu mà bị xa lìa, khổ vì bị khinh miệt, khổ vì cầu bất đắc (ham muốn mà không được toại nguyện), oán tắng hội khổ (khổ vì không ưa mà cứ mãi gặp), vân vân. Người ta thấy buồn, thấy đơn độc, thấy sầu thảm khi mất đi người thân yêu. Cảm thấy khó chịu khi bị bắt buộc phải đi với người mình không thích. Người ta cũng cảm thấy khổ đau khi không thể thỏa mãn những gì mình muốn, vân vân. Như vậy tâm khổ là khi tâm ta khởi phiền não, tất bị lửa phiền não thiêu đốt, giãy phiền não trói buộc, roi phiền não đánh đuổi sai khiến, khói bụi phiền não làm tăm tối nhiễm ô. Cho nên người nào khởi phiền não tất kẻ đó thiếu trí huệ, vì tự làm khổ mình trước nhất. Khổ sở tinh thần là khi không đạt được điều mà chúng ta mong muốn, khi mất sự vật mà chúng ta ưa thích hoặc khi chúng ta gặp những bất hạnh trong đời. Chúng ta buồn khi nghề nghiệp không thành đạt, chúng ta suy sụp tinh thần khi phải xa lìa những người thân yêu, chúng ta cảm thấy lo âu khi trông chờ tin tức thơ từ của con cái, vân vân. Tóm lại, tâm Khổ là nỗi khổ về tinh thần như buồn phiền, ghen ghét, đấng cay, bất toại, không hạnh phúc, vân vân. Theo Đức Phật, bên cạnh cái khổ về thể chất, còn có những cái khổ về tinh thần như khổ vì thương yêu mà bị xa lìa, khổ vì bị khinh miệt, khổ vì cầu bất đắc (ham muốn mà không được toại nguyện), oán tắng hội khổ (khổ vì không ưa mà cứ mãi gặp), vân vân.

3. *Cảnh Khổ*: Cảnh khổ là cảnh nầy nắng lửa mưa dầu, chúng sanh vất vả trong cuộc mưu sinh, mỗi ngày ta thấy trước mắt diễn đầy những hiện trạng nhọc nhằn bi thảm. Khổ vì sự đổi thay hay khổ do sự biến chuyển hay đổi thay có nghĩa là những sự việc mà chúng ta thường xem là hạnh phúc không bao giờ giữ nguyên trạng như thế mãi, chắc chắn chúng phải biến chuyển theo cách này hay cách khác và trở thành nỗi thống khổ cho chúng ta. Khi chúng ta mua một cái áo mới, chúng ta thích nó vì nó trông lộng lẫy; tuy nhiên, ba năm sau chúng ta sẽ cảm thấy khổ sở hay khó chịu khi mặc lại chiếc áo ấy vì nó đã cũ kỹ rách sờn. Không cần biết là chúng ta thích một người như thế nào và chúng ta cảm thấy sung sướng khi ở cạnh người ấy; tuy nhiên, nếu chúng ta ở bên người ấy lâu ngày chầy tháng thì chúng ta sẽ cảm thấy khó chịu. Như vậy sự sung sướng không phải là bản chất có sẵn trong cái người mà chúng ta cảm thấy ưa thích, mà nó chỉ là kết quả của sự tương tác trong mối quan hệ giữa chúng ta và người ấy. Khổ vì duyên khởi, nói tới hoàn cảnh thân tâm của chúng ta có khuynh hướng khổ đau. Chúng ta cảm thấy khổ sở vì môi trường bên ngoài thay đổi. Thời tiết thay đổi làm cho chúng ta cảm thấy lạnh; bạn bè thay đổi cách cư xử làm cho chúng ta cảm thấy buồn khổ. Thân thể mà chúng ta đang có là cơ sở để cho chúng ta có những cảm nhận về sức khỏe tồi tệ. Nếu chúng ta không có một cơ thể nhận biết đau đớn và nhức nhối thì chúng ta sẽ không bao giờ bị bệnh tật cho dù chúng ta có tiếp cận với biết bao nhiêu vi khuẩn hay vi trùng đi nữa. Tâm thức mà chúng ta đang có chính là cơ sở để chúng ta cảm nhận những cảm giác đau buồn khổ não. Nếu chúng ta có một tâm thức mà sân hận không nhiễm vào được thì chúng ta sẽ không bao giờ phải chịu cảm giác tức giận khi đối nghịch và xúc chạm với người khác.

Đức Phật dạy rằng trạng thái khổ não bức bách thân tâm (tâm duyên vào đối tượng vừa ý thì cảm thấy vui, duyên vào đối tượng không vừa ý thì cảm thấy khổ). Đức Phật dạy khổ nằm trong nhân, khổ nằm trong quả, khổ bao trùm cả thời gian, khổ bao trùm cả không gian, và khổ chi phối cả phàm lẫn Thánh, nghĩa là khổ ở khắp nơi. Đức Phật nói rằng bất cứ thứ gì vô thường là khổ đau vì vô thường dù không phải là nguyên nhân của khổ đau, nhưng nó tạo cơ hội cho khổ đau. Vì không hiểu vô thường nên chúng ta tham đắm và bám víu vào những đối tượng với hy vọng là chúng sẽ thường còn, hoặc chúng sẽ mang lại hạnh phúc vĩnh viễn. Vì không chịu hiểu rằng tuổi xuân, sức

khỏe và đời sống tự nó cũng vô thường nên chúng ta tham đắm và bám víu vào chúng. Chúng ta bám víu một cách tuyệt vọng vào tuổi xuân và cố gắng kéo dài đời sống, nhưng chắc chắn một ngày nào đó chúng ta sẽ già, sẽ bệnh. Khi việc này xảy đến, vô thường chính là nhân tố tạo cơ hội cho khổ đau phiền não vậy. Trên hết giáo Pháp của Đức Phật đưa ra một giải pháp đối với vấn đề căn bản về thân phận con người. Theo Phật giáo, kiếp sống con người được nhận ra bởi sự kiện là không có điều gì trường tồn vĩnh viễn: không có hạnh phúc nào sẽ vững bền mãi mãi dù có bất cứ điều gì khác đi nữa, cũng sẽ luôn luôn đau khổ và chia lìa. Bước đầu tiên trên con đường của Phật giáo để đi đến giác ngộ là phải nhận chân ra điều này như là vấn đề quan trọng nhất của kiếp người, để thấy rằng tất cả đều là khổ. Tuy nhiên, đây không phải là một sự kiện bi quan, bởi vì trong khi nhận biết sự hiện diện khắp nơi của ‘khổ’, Phật giáo đưa ra một giải pháp trong hình thức Con Đường Dẫn Đến Sự Diệt Khổ. Chính Đức Phật mô tả đặc điểm giáo pháp của Ngài bằng cách nói “Như Lai chỉ dạy về ‘Khổ’ và sự ‘Diệt Khổ’.” Người ta có thể cảm nhận ‘khổ’ theo ba hình thức. Thứ nhất là sự đau khổ bình thường, nó tác động đến con người khi cơ thể bị đau đớn. Sự đau khổ bình thường cũng là sự đau đớn tinh thần: đó là sự đau khổ khi không đạt được điều mà người ta ham muốn, hoặc buồn bã do sự xa cách những người thân yêu hay những điều thú vị. Nó cũng là những nỗi khổ đau khi người ta phải đối mặt với sanh, lão, bệnh, tử. Theo căn bản, dù bất cứ loại hạnh phúc nào chúng ta cũng nên có sự hiểu biết rằng bất cứ khi nào có niềm vui thú hoặc thỏa thích, thì sẽ không có sự lâu dài. Không sớm thì muộn những thăng trầm của cuộc sống sẽ đưa lại sự thay đổi. Có một câu tục ngữ Phật giáo nói rằng ngay cả tiếng cười cũng có sự khổ đau trong đó, bởi vì tất cả tiếng cười đều vô thường. Tính không bền vững nằm ở sự khổ thứ nhì, nó là sự bất mãn phát sanh từ tính thay đổi. Người ta dường như cho rằng chỉ có cái chết mới có thể mang lại sự diệt khổ, nhưng thực tế thì cái chết cũng là một hình thức của đau khổ. Theo triết lý nhà Phật, vũ trụ vượt xa hơn thế giới vật chất gần gũi có thể nhận thức bằng cảm giác, và sự chết chỉ là một phần của chu kỳ sinh tử luân hồi bất tận. Bản thân của sự chết là không còn trở bởi vì những hành động có những kết quả trong đời sống tương lai, vượt xa hơn sự chết, giống như những hành động từ kiếp quá khứ đã ảnh hưởng đến hiện tại. Loại khổ thứ ba là mối liên kết cố hữu của những việc làm và những hành động vượt quá

cảm nhận và sức tưởng tượng của con người. Trong ý nghĩa này ‘khổ’ áp dụng cho toàn thể vạn vật và những chúng sanh không tưởng, con người, chư thiên, thú vật hoặc ma quỷ đều không thể tránh khỏi ‘khổ’. Như vậy ‘khổ’ không chỉ đề cập đến cái khổ hàng ngày mà có thể cho toàn thể thế giới vô tận và dường như những hình thức của sự khổ bất tận. Không có một sự giải thích đơn giản nào có thể diễn tả tầm quan trọng của nó. Mục tiêu của Phật giáo là sự đoạn diệt toàn bộ và kết thúc mọi hình thức của ‘khổ’ và từ đó đạt được Niết Bàn, diệt tận gốc tham, sân, si là những mấu chốt trói buộc vòng sanh tử luân hồi. Theo Phật giáo, Đức Phật và những ai đạt được giác ngộ đều không còn phải chịu ‘khổ’ nữa, bởi vì nói một cách chính xác họ không còn là ‘người’ hoặc cũng không còn ‘bị cuốn’ trong vòng luân hồi sanh tử nữa: họ sẽ không bao giờ tái sanh. ‘Khổ’ biểu thị vũ trụ như là một khối tròn vẹn, những phần nổi trội của nó biến đổi trong “những cõi sống.” Trong cõi sắc giới, ở đó những vị đại phạm thiên cư trú, ở đó ít có sự khổ hơn ở cõi dục giới của loài người, các vị trời và các chúng sanh khác ít sinh sống hơn. Giống như Đức Phật khi Ngài đi trên trái đất, Ngài có thể đi vào cõi Dục Giới, như vậy con người cũng có thể đi vào cõi Sắc Giới. Thông thường sự kiện này được đạt tới trong thiền định, qua nhiều giai đoạn an chỉ định khác nhau. Hình thức đặc trưng của khổ trong tình huống này là vô thường, được tạo nên bởi sự việc hành giả không có khả năng để duy trì trạng thái nhập định vĩnh viễn. Để đạt được trạng thái hạnh phúc vĩnh cửu hơn, một người phải nỗ lực hơn để hiểu được tiến trình chi phối sự chuyển động trong vũ trụ là một khối tròn vẹn, đó là tái sinh và nghiệp và bằng cách nào đó chúng có thể bị tác động.

### **III. Bát Khổ:**

1. *Sanh Khổ*: Nếu con người không có thân thể thì không có cảm giác đau khổ gì cả, nhưng khi có thân thể thì có đủ thứ cảm giác thống khổ. Ngay khi còn trong bụng mẹ, con người đã có ý thức và cảm thọ. Thai nhi cũng cảm thấy sung sướng và đau khổ. Khi mẹ ăn đồ lạnh thì thai nhi cảm như đang bị đóng băng. Khi mẹ ăn đồ nóng, thai nhi cảm như đang bị thiêu đốt, vân vân. Thai nhi sống trong chỗ chật hẹp tối tăm nhớ nhớp hơn lao tù trong chín tháng hay lâu hơn. Lúc mẹ đói thì con phờ phạc, khi mẹ no thì con bị dồn ép khó bề cựa quậy. Vừa lọt lòng đã kêu khóc oa oa. Rồi từ đó khi lạnh, nóng, đói, khát, côn trùng cắn đốt, chỉ biết kêu khóc mà thôi. Đến ngày chào đời, cả mẹ lẫn con

đều khổ. Khi có thai, người mẹ biếng ăn mất ngủ, thường hay nôn mửa và rất ư là mệt mỏi. Vào lúc lâm bồn, người mẹ phải chịu khổ vì hao mòn tinh huyết, và trong vài trường hợp có thể nguy hiểm đến tánh mạng. Tiếng khóc chỉ là một dấu hiệu báo trước một chuỗi dài khổ đau phiền não. Huệ nhãn của Phật thấy rõ những chi tiết ấy, nên ngài xác nhận sanh đã là khổ. Chính vì thế cổ đức có nói:

“Vừa khỏi bào thai lại nhập thai,  
Thánh nhân trông thấy động bi ai!  
Huyền thân xét rõ toàn nhơ nhớp.  
Thoát phá mau về tánh bản lai.”

(Niệm Phật Thập Yếu—Hòa Thượng  
Thích Thiện Tâm).

2. *Già Khổ*: Chúng ta khổ đau khi chúng ta đến tuổi già, đó là điều tự nhiên. Khi đến tuổi già, cảm quan con người thường hết nhạy bén; mắt không còn trông rõ nữa, tai không còn thính nữa, lưng đau, chân run, ăn không ngon, trí nhớ không còn linh mẫn, da mồi, tóc bạc, răng long, Chúng ta không còn kiểm soát được thân thể của chính mình nữa. Lắm kẻ tuổi già lú lẫn, khi ăn mặc, lúc đại tiểu tiện đều nhơ nhớp, con cháu dù thân, cũng sanh nhàm chán. Kiếp người dường như kiếp hoa, luật vô thường chuyển biến khi đã đem đến cho hương sắc, nó cũng đem đến cho vẻ phai tàn. Xét ra cái già thật không vui chút nào, thân người thật không đáng luyến tiếc chút nào! Vì thế nên Đức Phật bảo già là khổ và Ngài khuyên Phật tử nên tu tập để có khả năng bình thản chịu đựng cái đau khổ của tuổi già.

3. *Bệnh Khổ*: Thân thể con người do đất, nước, lửa, gió kết hợp tạm bợ lại mà thành. Một khi tứ đại không hòa hợp, không quân bình là thân bệnh, mà hễ có bệnh là có đau đớn khổ sở. Có thân là có bệnh vì thân này mở cửa cho mọi thứ bịnh tật. Vì vậy bịnh khổ là không tránh khỏi. Có những bệnh nhẹ thuộc ngoại cảm, đến các chứng bệnh nặng của nội thương. Có người vướng phải bệnh nan y như lao, cùi, ung thư, bại liệt. Trong cảnh ấy, tự thân đã đau đớn, lại tốn kém, hoặc không có tiền thuốc thang, chính mình bị khổ lụy, lại gây thêm khổ lụy cho quyến thuộc. Cái khổ về bệnh tật này nó đau đớn hơn cái đau khổ do tuổi già gây ra rất nhiều. Hãy suy gẫm, chỉ cần đau răng hay nhức đầu nhẹ thôi mà đôi khi cũng không chịu đựng nổi. Tuy nhiên, dù muốn hay không muốn, chúng ta cũng phải chịu đựng cái bệnh khổ này. Thậm chí Đức Phật là một bậc toàn hảo, người đã loại bỏ được tất cả

mọi ô trước, mà Ngài vẫn phải chịu đựng khổ đau vật chất gây ra bởi bệnh tật. Đức Phật luôn bị đau đầu. Còn căn bệnh cuối cùng làm cho Ngài đau đớn nhiều về thể xác. Do kết quả của việc Đề Bà Đạt Đa lăn đá mong giết Ngài. Chân Ngài bị thương bởi một mảnh vụn cần phải mổ. Đôi khi các đệ tử không tuân lời giáo huấn của Ngài, Ngài đã rút vào rừng ba tháng, chịu nhịn đói, chỉ lấy lá làm nệm trên nền đất cứng, đối đầu với gió rét lạnh buốt. Thế mà Ngài vẫn bình thản. Giữa cái đau đớn và hạnh phúc, Đức Phật sống với một cái tâm quân bình.

4. *Tử Khổ*: Có sanh thì phải có chết. Lúc chết thì thân tứ đại phân tán, bị gió nghiệp thổi đi. Cái khổ vì chết quả thật khó mà diễn tả được. Tử khổ là sự khổ trong lúc chết. Tất cả nhân loại đều muốn sanh an nhiên chết tự tại; tuy nhiên, rất ít người đạt được thỏa nguyện. Khi chết phần nhiều sắc thân lại bị bệnh khổ hành hạ đau đớn. Thân đã như thế, tâm thì hãi hùng lo sợ, tham tiếc ruộng vườn của cải, buồn rầu phải lìa bỏ thân quyến, muôn mối dập dồn, quả thật là khổ. Đa phần chúng sanh sanh ra trong tiếng khóc khổ đau và chết đi trong khổ đau gấp bội. Cái chết chẳng ai mời mà nó vẫn đến, và không ai biết nó sẽ đến vào lúc nào. Như trái rơi từ trên cây, có trái non, trái chín hay trái già; cũng vậy, chúng ta chết non, chết lúc tuổi thanh xuân hay chết lúc già. Như mặt trời mọc ở phía Đông và chỉ lặn về phía Tây. Như hoa nở buổi sáng để rồi tàn vào buổi chiều. Đức Phật dạy: “Cái chết không thể tránh được, nó đến với tất cả mọi người chứ không chừa một ai. Chỉ còn cách tu tập để có thể đương đầu với nó bằng sự bình thản hoàn toàn.

5. *Ái Biệt Ly Khổ*: Thương yêu mà phải xa lìa là khổ. Không ai muốn xa lìa người thân thương; tuy nhiên, đây là điều không tránh được. Người thân chúng ta vẫn phải chết và chúng ta phải xa họ trong khổ đau tuyệt vọng. Cảnh sanh ly tử biệt với người thân yêu quả là khổ. Nếu chúng ta chịu lắng nghe lời Phật dạy “Cảnh đời có hợp có tan” thì đây là dịp tốt cho chúng ta thực tập hạnh “bình thản”.

6. *Oán Tắng Hội Khổ*: Cứ mãi gặp người mình không ưa là khổ. Thường thì không có việc gì xảy ra nếu chúng ta làm việc với người tâm đầu ý hợp. Nhưng rất nhiều khi mới gặp mặt người không có nhân duyên mình đã cảm thấy không ưa, nên tìm cách lánh mặt đi chỗ khác. Ngờ đâu tới chỗ khác lại cũng gặp người ấy. Mình càng ghét người ta bao nhiêu thì càng phải đối mặt với họ bấy nhiêu. Đây là một hình thức khổ sở về tâm lý. Phải chịu đựng người mà mình không ưa, người

mình ghét, người thường hay chế nhạo phỉ báng và xem thường mình quả là khó; tuy nhiên, chúng ta phải luôn chịu cảnh này trong cuộc sống hằng ngày. Lại có nhiều gia đình bà con họ hàng thường không đồng ý kiến, nên thường có sự tranh cãi giận ghét buồn phiền lẫn nhau. Đó khác nào sự gặp gỡ trong oan gia, thật là khổ! Chính vì thế mà Đức Phật khuyên chúng ta nên cố gắng chịu đựng, và suy nghĩ rằng có lẽ chúng ta đang gặt hái hậu quả của nghiệp riêng của mình ở quá khứ hay hiện tại. Chúng ta nên cố gắng thích nghi với hoàn cảnh mới hoặc cố gắng vượt qua các trở ngại bằng một số phương tiện khác.

7. *Câu Bất Đắc Khổ*: Mong cầu phát sanh bởi lòng tham, tham mà không được thỏa mãn thì sanh lòng phiền não, đó là khổ đau về mặt tâm lý. Cầu danh, cầu lợi, cầu tiền, cầu sắc, vân vân, mà không được thì khổ. Lòng tham của chúng ta như thùng không đáy. Chúng ta có quá nhiều ham muốn và hy vọng trong đời sống hằng ngày. Khi chúng ta muốn một cái gì đó và có thể đạt được, nhưng nó cũng không mang lại hạnh phúc, vì chẳng bao lâu sau đó chúng ta cảm thấy chán với thứ mình đang có và bắt đầu mong muốn thứ khác. Nói tóm lại, chúng ta chẳng bao giờ thỏa mãn với cái mình đang có. Người nghèo thì mong được giàu; người giàu mong được giàu hơn; kẻ xấu mong đẹp; người đẹp mong đẹp hơn; người không con mong được có con. Những ước mong này là vô kể, chúng ta không thể nào mãn nguyện đâu. Cho dù chúng ta có đạt được những gì mình mong muốn đi nữa, chúng ta cũng không thấy hạnh phúc. Trước khi có được thì chỉ mong sao có được. Khi đã có được rồi lại lo sợ bị mất nó. Tâm chúng ta không lúc nào an ổn hay hạnh phúc. Chúng ta luôn cảm thấy bất an. Thế nên câu đố hay bất đắc đều là khổ. Khi chúng ta mong muốn điều gì đó mà không được toại nguyện thì chúng ta cảm thấy thất vọng buồn thảm. Khi chúng ta mong muốn ai đó sống hay làm việc đúng theo sự mong đợi của mình mà không được thì chúng ta cảm thấy thất vọng. Khi mong mọi người thích mình mà họ không thích mình cảm thấy bị tổn thương.

8. *Ngũ Ấm Thanh Suy Khổ*: Ngũ ấm tức là sắc, thọ, tưởng, hành và thức. Chúng là những thứ rất khó hàng phục. Nếu không dụng công thiền định, thật khó lòng cho chúng ta thấy được bản chất giả tạm của ngũ uẩn. Có thân là có bệnh đau hằng ngày. Năm ấm là sắc, thọ, tưởng, hành, thức. Sắc ấm thuộc về thân, còn bốn ấm kia thuộc về tâm. Nói một cách đơn giản đây là sự khổ về thân tâm hay sự khổ về sự thanh suy của thân tâm. Ngũ ấm thanh suy khổ này bao quát bảy điều khổ

kể trên: thân chịu sanh, già, bệnh, chết, đói, khát, nóng, lạnh, vất vả nhọc nhằn. Tâm thì buồn, giận, lo, thương, trăm điều phiền lụy. Ngày trước Thái Tử Tất Đạt Đa đã dạo chơi bốn cửa thành, thấy cảnh già, bệnh, chết. Ngài là bậc trí tuệ thâm sâu, cảm thương đến nỗi khổ của kiếp người, nên đã lìa bỏ hoàng cung tìm phương giải thoát.

### *Sufferings in Buddhist Point of View*

#### *I. Life Is A Sea of Sufferings:*

After the Great Enlightenment, the Buddha declared His first Discourse at the Deer Park: “Life is nothing but suffering” and “The five aggregates are suffering”. At other time in the Sravasti, the Buddha repeated the same discourse: “I will teach you, Bhiksus, pain and the root of pain. Do you listen to it. And what, Bhiksus, is pain? Body, Bhiksus, is pain, feeling is pain, perception is pain, the activities are pain, and consciousness is pain. That, Bhiksus, is the meaning of pain. And what, Bhiksus, is the root of pain? It is this craving that leads downward to rebirth, along with the lure of lust that lingers longingly now here and there: namely, the craving for sense, the craving for rebirth, the craving to have done with rebirth.” In other words, human beings’ suffering is really the result of the arising of Dependent Origination, also the arising of the Five Aggregates. And thus, it is not the five aggregates, or human beings and the world that cause suffering, but a person’s craving for the five aggregates that causes suffering. Sometimes we have the suffering of pain occurs whenever we are mentally or physically miserable. Sometimes we have physical suffering which includes headaches and scraped knees as well as torment of cancer and heart attacks. Sometimes we have mental suffering occurs whenever we fail to get what we want, when we lose something we are attached to, or when misfortune comes our way. We are sad when our career goal cannot be achieved, we’re depressed when we part from loved ones, we are anxious when we are waiting to obtain a letter form our children, etc... Sometimes we have the suffering of change which indicates that activities we generally regard as pleasurable in fact inevitably change and become painful. When we first buy a new shirt, we like it because it look gorgeous; however, three years later, we may be suffering or feeling uncomfortable when



we wear it because it is old and becomes worn out. No matter how much we like a person and we feel happy when we are with that person; however, when we spend too much time with that person, it makes us uncomfortable. Thus, happiness was never inherent in the person we like, but was a product of the interaction between us and that person. The pervasive compounded suffering refers to our situation of having bodies and minds prone to pain. We can become miserable simply by the changing of external conditions. The weather changes and our bodies suffer from the cold; how a friend treats us changes and we become depressed. Our present bodies and minds compound our misery in the sense that they are the basis for our present problems. Our present bodies are the basis upon which we experience bad health. If we did not have a body that was receptive to pain, we would not fall ill no matter how many viruses and germs we were exposed to. Our present minds are the basis upon which we experience the pain and hurt feelings. If we had minds that were not contaminated by anger, then we would not suffer from the mental anguish of conflict with others. In general, according to Buddhism, there are eight major kinds of suffering: Suffering of Birth, Suffering of old age, Suffering of Disease, Suffering of Death, Suffering due to separation from loved ones, Suffering due to meeting with the uncongenial (meeting with what we hate), Suffering due to unfulfilled wishes, and Suffering due to the raging aggregates.

## ***II. Bodily Suffering, Mental Suffering, and the Suffering of the Environment:***

*1. Bodily Suffering:* The Buddha described main characteristics of Dukkha which we face in our daily lives. The suffering of pain occurs whenever we are mentally or physically miserable. Physical suffering includes headaches and scraped knees as well as torment of cancer and heart attacks. According to Buddhism, the suffering of the body means that our body is not only impure, it is subject to birth, old age, disease and death, as well as to heat and cold, hunger and thirst, and other hardships that cause us to suffer, preventing us from being free and happy. In short, physical sufferings include the suffering of birth, old age, sickness and death. Yes, indeed, birth is inevitably suffering for both the mother and the infant, and because it is from birth, other forms

of suffering, such as old age, sickness and death inevitably follow. Physical suffering takes many forms. People must have observed at one time or another, how their aged relatives suffer. Most of them suffer aches and pains in their joints and many find it hard to move about by themselves. With advancing age, the elderly find life difficult because they cannot see, hear or eat properly. The pain of disease, which strikes young and old alike, can be unbearable. The pain of death brings much suffering. Even the moment of birth gives pain, both to the mother and the child who is born. The truth is that the suffering of birth, old age, sickness and death are unavoidable. Some fortunate people may now be enjoying happy and carefree lives, but it is only a matter of time before they too will experience suffering. What is worse, nobody else can share this suffering with the one that suffers. For example, a man may be very concerned that his mother is growing old. Yet he cannot take her place and suffer the pain of aging on her behalf. Also, if a boy falls very ill, his mother cannot experience the discomfort of his illness for him. Finally, neither mother nor son can help each other when the moment of death comes.

2. *Mental Suffering:* Besides physical suffering, there are also various forms of mental suffering. Mental suffering such as sadness, distress, jealousy, bitterness, dissatisfaction, unhappiness, etc. Mental suffering such as sadness, distress, jealousy, bitterness, dissatisfaction, unhappiness, etc. According to the Buddha, in addition to the physical sufferings, there are mental sufferings such as the suffering of separation from what is dear to us, the suffering of contact with what we despise, and the suffering of not getting what we desire, etc. People feel sad, lonely or depressed when they lose someone they love through separation or death. They become irritated or uncomfortable when they are forced to be in the company of those whom they dislike or those who are unpleasant. People also suffer when they are unable to satisfy their needs and wants, etc. Thus, the suffering of the mind means that when the mind is afflicted, it is necessarily consumed by the fire of afflictions, bound by the ropes of afflictions, struck, pursued and ordered about by the whip of afflictions, defiled and obscured by the smoke and dust of afflictions. Thus, whoever develops afflictions is lacking in wisdom, because the first person he has caused to suffer is himself. Mental suffering occurs whenever we fail to get what we

want, when we lose something we are attached to, or when misfortune comes our way. We are sad when our career goal cannot be achieved, we're depressed when we part from loved ones, we are anxious when we are waiting to obtain a letter from our children, etc... In short, mental suffering such as sadness, distress, jealousy, bitterness, dissatisfaction, unhappiness, etc. According to the Buddha, in addition to the physical sufferings, there are mental sufferings such as the suffering of separation from what is dear to us, the suffering of contact with what we despise, and the suffering of not getting what we desire, etc.

3. *Suffering of the Environment:* The suffering of the environment means that this earth is subject to the vagaries of the weather, scorching heat, frigid cold and pouring rain, while sentient beings must toil and suffer day in and day out to earn a living. Tragedies occur every day, before our very eyes. The suffering of change indicates that activities we generally regard as pleasurable in fact inevitably change and become painful. When we first buy a new shirt, we like it because it looks gorgeous; however, three years later, we may be suffering or feeling uncomfortable when we wear it because it is old and becomes worn out. No matter how much we like a person and we feel happy when we are with that person; however, when we spend too much time with that person, it makes us uncomfortable. Thus, happiness was never inherent in the person we like, but was a product of the interaction between us and that person. The pervasive compounded suffering refers to our situation of having bodies and minds prone to pain. We can become miserable simply by the changing of external conditions. The weather changes and our bodies suffer from the cold; how a friend treats us changes and we become depressed. Our present bodies and minds compound our misery in the sense that they are the basis for our present problems. Our present bodies are the basis upon which we experience bad health. If we did not have a body that was receptive to pain, we would not fall ill no matter how many viruses and germs we were exposed to. Our present minds are the basis upon which we experience the pain and hurt feelings. If we had minds that were not contaminated by anger, then we would not suffer from the mental anguish of conflict with others.

The Buddha teaches that suffering is everywhere, suffering is already enclosed in the cause, suffering from the effect, suffering throughout time, suffering pervades space, and suffering governs both normal people and saint. The Buddha said that whatever is impermanent is suffering because although impermanence is not a cause for suffering, it creates occasions for suffering. For not understanding of impermanence, we crave and cling to objects in the hope that they may be permanent, that they may yeild permanent happiness. Failing to understand that youth, health, and life itself are impermanent, we crave them and cling to them. We desperately hold onto our youth and try to prolong our life, yet because they are impermanent by nature, they keep changing rapidly and we will surely one day become old and sick. When this occurs, impermanence is the main agent which creates occasions for sufferin. The Buddha's teaching on suffering, above all, offers a solution to the fundamental problem of the human condition. According to Buddhism, human existence is distinguished by the fact that nothing is permanent: no happiness will last forever, and whatever else there is, there will always be suffering and death. The first step in the Buddhist path to awakening is to recognize this as the foremost problem of human existence, to see that all is dukkha. However, this is not a pessimistic observation, because while acknowledging the ubiquity of dukkha, Buddhism offers a solution in the form of the Path Leading to the Cessation of Dukkha. The Buddha himself characterized his teaching by saying: "I teach only Dukkha and the cessation of dukkha." Dukkha can be experienced in three ways. The first is simply the ordinary suffering that affects people when the body is in pain. Ordinary suffering is also mental pain: it is the grief of not getting what one wants or the distress caused by separation from loved ones or from pleasant conditions. It is also the many other painful situations that one inevitably encounters by virtue of being born, ageing and dying. Underlying any happiness is the knowledge that whenever there is pleasure or delight, it will not be permanent. Sooner or later the vicissitudes of life will bring about a change. There is a Buddhist saying that even in laughter there is "dukkha," because all laughter is impermanent. This instability underlies the second kind of dukkha, which is dissatisfaction arising from change. It might seem that only

death can bring about the cessation of suffering, but in fact death is also a form of suffering. In Buddhism the cosmos extends far beyond the immediate physical world perceptible by the senses, and death is merely part of the endless cycle of rebirth. Death in itself offers no respite because actions have consequences in future lives far beyond death, just as deeds from previous lives have affected the present. The third kind of suffering is the inherent interconnectedness of actions and deeds, which exceeds human vision and experience. In this sense, suffering applies to the universe in its totality, and no imaginable beings, humans, gods, demons, animals or hell beings, are exempt from it. Suffering thus refers not only to everyday suffering but also to the whole infinite world of possible and seemingly endless forms of suffering. No simple translation can capture its full significance. The goal of Buddhism is the complete and final cessation of every form of dukkha, and thereby the attainment of nirvana, the eradication of greed, hatred and delusion, which ties beings to the cycle of rebirth. Accordingly, Buddhas and those who reach enlightenment do not experience dukkha, because strictly speaking they are not “beings”, nor do they “roll” in the samsara: they will never again be reborn. Dukkha characterizes the cosmos as a whole, but its predominance varies among the different “spheres of existence.” In the world of Pure Form, where the great gods dwell, there is less suffering than in the world of Sense-Desire, inhabited by lesser gods, humans and other beings. Just the Buddha when he walked the earth could enter the World of the Sense-Desire, so too can humans enter the World of Pure Form. This is ordinarily accomplished in meditation, through different kinds of absorptions (dhyana). The characteristic form of suffering in this situation is impermanence, caused by the meditator’s inability to remain eternally in trance. To attain more abiding happiness, an individual must strive to understand the processes that govern movement in the cosmos as a whole, namely, rebirth and karma, and how they can be affected.

### ***III. Eight Kinds of Suffering:***

#### ***1. Birth Is Suffering:***

If we did not have bodies, we would not feel pain and suffering. We experience all sorts of physical suffering through our bodies. While

still in the womb, human beings already have feelings and consciousness. They also experience pleasure and pain. When the mother eats cold food, the embryo feels as though it were packed in ice. When hot food is ingested, it feels as though it were burning, and so on. During pregnancy, the embryo, living as it is in a small, dark and dirty place; the mother loses her appetite and sleep, she often vomits and feels very weary. At birth, she suffers from hemorrhage or her life may be in danger in some difficult cases. From then on, all it can do is cry when it feels cold, hot, hungry, thirsty, or suffers insect bites. At the moment of birth, both mother and baby suffer. The mother may suffer from hemorrhage or her life may be in danger in some difficult cases. Sakyamuni Buddha in his wisdom saw all this clearly and in detail and therefore, described birth as suffering. The ancient sages had a saying in this regard:

“As soon as sentient beings escape one  
Womb, they enter another,  
Seeing this, sages and saints are deeply  
Moved to such compassion!  
The illusory body is really full of filth,  
Swiftly escaping from it,  
We return to our Original Nature.”

(The Pure Land Buddhism in Theory and  
Practice—Most Ven. Thích Thiên Tâm).

## **2. *Old Age Is Suffering:***

We suffer when we are subjected to old age, which is natural. As we reach old age, human beings have diminished their faculties; our eyes cannot see clearly anymore, our ears have lost their acuity, our backs ache easily, our legs tremble, our eating is not easy and pleasurable as before, our memories fail, our skin dries out and wrinkles, hair becomes gray and white, their teeth ache, decay and fall out. We no longer have much control over our body. In old age, many persons become confused and mixed up when eating or dressing or they become uncontrollable of themselves. Their children and other family members, however close to them, soon grow tired and fed up. The human condition is like that of a flower, ruled by the law of impermanence, which, if it can bring beauty and fragrance, also carries

death and decay in its wake. In truth, old age is nothing but suffering and the human body has nothing worth cherishing. For this reason, Sakyamuni Buddha said: old age is suffering! Thus, he advised Buddhists to strive to cultivate so they can bear the sufferings of old age with equanimity.

### ***3. Sickness Is Suffering:***

The human body is only a temporary combination of the four elements: earth, water, fire, and wind. Once the four elements are not in balance, we become sick. Sicknesses cause both physical and mental pains and/or sufferings. To have a body is to have disease for the body is open to all kinds of diseases. So the suffering of disease is inevitable. Those with small ailments which have an external source to those dreadful diseases coming from inside. Some people are afflicted with incurable diseases such as cancers or debilitating ailments, such as osteoporosis, etc. In such condition, they not only experience physical pain, they also have to spend large sums of money for treatment. Should they lack the required funds, not only do they suffer, they create additional suffering for their families. The sufferings caused by diseases is more painful than the sufferings due to old age. Let imagine, even the slightest toothache or headache is sometimes unbearable. However, like or dislike, we have no choice but bearing the suffering of sickness. Even the Buddha, a perfect being, who had destroyed all defilements, had to endure physical suffering caused by disease. The Buddha was constantly subjected to headaches. His last illness caused him much physical suffering was a wound in his foot. As a result of Devadatta's hurling a rock to kill him, his foot was wounded by splinter which necessitated an operation. When his disciples disobeyed his teachings, he was compelled to retire to a forest for three months. In a forest on a couch of leaves on a rough ground, facing fiercing cold winds, he maintained perfect equanimity. In pain and happiness, He lived with a balanced mind.

### ***4. Suffering of Death:***

Birth leads inevitably to death. When a person dies, the four elements disperse and his psirit is dragged off by the karmic wind. Death entails undscribable suffering. All human beings desire an easy

birth and a peaceful death; however, very few of us can fulfill these conditions. At the time of death, when the physical body is generally stricken by disease and in great pain. With the body in this state, the mind is panic-stricken, bemoaning the loss of wealth and property, and saddened by the impending separation from loved ones as well as a multitude of similar thoughts. This is indeed suffering. Sentient beings are born with a cry of pain and die with even more pain. The death is unwanted, but it still comes, and nobody knows when it comes. As fruits fall from a tree, ripe or old even so we die in our infancy, prime of mankind, or old age. As the sun rises in the East only to set in the West. As Flowers bloom in the morning to fade in the evening. The Buddha taught: “Death is inevitable. It comes to all without exception; we have to cultivate so that we are able to face it with perfect equanimity.”

**5. *Suffering Due to Parting With What We Love:***

Parting with what we love is suffering. No one wants to be separated from the loved ones; however, this is inevitable. We still lose our loved ones to the demon of death, leaving them helpless and forsaken. Separation from loved ones, whether in life or through death, is indeed suffering. If we listen to the Buddha’s teaching “All association in life must end with separation.” Here is a good opportunity for us to practice “equanimity.”

**6. *Suffering Due to Meeting With What We Hate:***

Meeting with what we hate is suffering. People who get along well can work together without any conflict. But sometimes we may detest a person and want to get away from him. Yet, no matter where we go, we keep meeting up with him. The more we hate him, the more we run into him. This is also a form of psychological suffering. To endure those to whom we are opposed, whom we hate, who always shadow and slander us and look for a way to harm us is very hard to tolerate; however, we must confront this almost daily in our life. There are many families in which relatives are not of the same mind, and which are constantly beset with disputes, anger and acrimony. This is no different from encountering enemies. This is indeed suffering! Thus,



the Buddha advised us to try to bear them, and think this way “perhaps we are reaping the effects of our karma, past or present.” We should try to accommodate ourselves to the new situation or try to overcome the obstacles by some other means.

**7. *Suffering Due to Unattained Aims:***

The suffering of not obtaining what we want. If we seek something, we are greedy for it. If we cannot obtain what we want, we will experience all afflictions and sufferings. That is a kind of psychological suffering. Whether we desire fame, profit, wealth, or sex, if we cannot obtain it, we suffer. Unabling to obtain what we wish is suffering: Our greed is like a container without the bottom. We have so many desires and hopes in our lives. When we want something and are able to get it, this does not often leads to happiness either because it is not long before we feel bored with that thing, lose interest in it and begin to want something else. In short, we never feel satisfied with what we have at the very moment. The poor hope to be rich; the rich hope to be richer; the ugly desire for beauty; the beauty desire for beautier; the childless pray for a son or daughter. Such wishes and hopes are innumerable that no way we can fulfill them. Even if we do obtain what we want, we will not feel happy. Before obtaining it, we are anxious to get it. Once we have got it, we constantly worry about losing it. Our mind is never peaceful or happy. We always feel uneasy. Thus, either obtaining what we wish or not obtaining what we wish is a source of suffering. When we want something but are unable to get it, we feel frustrated. When we expect someone to live or to work up to our expectation and they do not, we feel disappointed. When we want others like us and they don't, we feel hurt.

**8. *Suffering Due to All the Ills of the Five Skandhas:***

The five skandhas are forms, feeling, thinking, formations, and consciousness. It is very difficult for us to overcome them. If we lack in meditation practices, it is extremely difficult for us to see their temporary nature. All the illnesses of the five skandhas is suffering. To have a body means to experience pain and diseases on a daily basis. Pain and disease also means suffering. The five skandas or aggregates are form, feeling, perception, volition and consciousness. The skandas

of form relates to the physical body, while the remaining four concern the mind. Simply speaking, this is the suffering of the body and the mind. The suffering of the skandas encompasses the seven kinds of suffering mentioned above. Our physical bodies are subject to birth, old age, disease, death, hunger, thirst, heat, cold and weariness. Our mind, on the other hand, are afflicted by sadness, anger, worry, love, hate and hundreds of other vexations. It once happened that Prince Siddhartha having strolled through the four gates of the city, witnessed the misfortunes of old age, disease and death. Endowed with profound wisdom, he was touched by the suffering of human condition and left the royal palace to find the way of liberation.

***Luận Thử Chín***  
***Essay Ninth***

***Bát Thánh Đạo***

***I. Tổng Quan Về Bát Thánh Đạo:***

Bát Thánh Đạo chính là điều để thứ tư trong tứ diệu đế có thể giúp cho chúng ta ngăn ngừa những trở ngại trong cuộc sống hằng ngày. Đây là con đường đưa đến chấm dứt khổ đau phiền não. Nếu chúng ta đi theo Bát Thánh Đạo thì cuộc sống của chúng ta sẽ ít khổ đau và nhiều hạnh phúc hơn. Tám con đường đúng đắn dẫn tới sự chấm dứt đau khổ, mục đích của điều để 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. 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 cần 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 xử đúng đắn, không lười biếng hay đi lệnh 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.

### ***I. Sơ Lược Nội Dung Bát Thánh Đạo:***

*1. Chánh Kiến:* Người tu tập tỉnh thức nên cố gắng thấy được những luật thiên nhiên đang chi phối đời sống của mình. Chánh kiến là nhận thấy một cách khách quan ngay thẳng; thấy thế nào thì ghi đúng thế ấy, không bị thành kiến hoặc tình cảm ảnh hưởng mà làm cho sự nhận xét bị sai lệch; biết phân biệt cái thật cái giả; nhận thức đạo lý chân chánh để tiến tới tu hành giải thoát. Chánh kiến có nghĩa là thấy được những luật thiên nhiên đang chi phối đời sống của mình. Một trong những luật quan trọng là luật ‘Nhơn Quả’, mỗi hành động đều sẽ mang đến một kết quả nào đó, không có bất cứ ngoại lệ nào. Không có chuyện ‘không thiện không ác’ trong Phật giáo. Như vậy, thiện 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 nhơn 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. Qua chánh kiến và chánh tư duy chúng ta đoạn trừ tham, sân, si. Cái tâm được sự hỗ trợ của trí tuệ sẽ mang lại chánh kiến giúp cho chúng ta hoàn toàn thoát khỏi tham dục, tà kiến và si mê. Chánh kiến cũng có nghĩa là nhìn thấy được bản tánh của Pháp Thân Phật. Chánh kiến nói đến thái độ của chính mình về sự vật, cái nhìn của mình bằng tinh thần và ý kiến của chính mình, chứ không phải là thứ mà mình nhìn thấy bằng mắt thường. Chánh kiến là phần quan trọng nhất trong Bát Thánh Đạo, vì bảy yếu tố còn lại đều do chánh kiến dẫn dắt. Chánh kiến đoan chắc việc duy trì được chánh tư duy và sắp xếp các ý tưởng; khi những tư duy và ý tưởng trở nên trong sáng và thiện lành thì lời nói và hành động của chúng ta cũng sẽ chân chánh. Chính nhờ có chánh kiến mà người ta bỏ được những cố gắng làm tổn hại và không có lợi, đồng thời giúp tu tập chánh tinh tấn để 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 nhân tố chính trong Bát Thánh Đạo, nó thúc đẩy các yếu tố khác vận hành nhằm giúp đưa đến mối tương quan hoàn chỉnh. 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 hiểu được bốn sự thật cao quý. Sự hiểu biết này là trí tuệ cao cả nhất nhìn thấy sự thật tối hậu, nghĩa là thấy sự vật đúng là như thế. Đây là giai đoạn đầu tiên trong Bát Thánh đạo. Chánh kiến chỉ việc chấp nhận những khái niệm chính yếu trong Phật giáo như tứ diệu đế, mười hai nhân duyên, nghiệp, vãn vãn., đồng thời loại trừ tất cả những tà kiến. Chánh kiến là không bị ảo giác, là hiểu biết đúng về tứ diệu đế về khổ, vì sao có khổ, làm cách nào diệt khổ và con đường dẫn tới diệt khổ. Hiểu rõ về tính vô ngã của sự tồn tại. Chánh kiến có nghĩa là chúng ta có sự hiểu biết đúng đắn về bản ngã và thế giới bên ngoài. Mặc dù chúng ta có sự hiểu biết của chính mình về thế giới, thường thường sự hiểu biết của mình lại không đúng. Nếu chúng ta hiểu sự vật đúng như thật, có thể cuộc sống của chúng ta sẽ hạnh phúc và có ý nghĩa hơn. Thí dụ các sinh viên hiểu được cái lợi của việc học đối với họ thì họ sẽ cố gắng học tập tốt hơn. Khi họ học tập tốt thì mọi người kể cả cha mẹ và thầy giáo sẽ thấy sung sướng. Chánh kiến cũng có nghĩa là hiểu biết tường tận và đúng đắn về tứ diệu đế và tuệ giác thâm sâu vào chơn lý. Chánh kiến hợp thể nghĩa là sự hiểu biết của hàng phàm nhân về nghiệp và quả của nghiệp. Vì thế, chánh kiến hợp thể có nghĩa là sự hiểu biết hợp với Tứ Thánh Đế. Gọi là chánh kiến hợp thể vì sự hiểu biết này chưa thoát khỏi các lậu hoặc (cấu uế). Chánh kiến hợp thể có thể gọi là “tuỳ giác trí.” Theo Tiến Sĩ K. Sri. Dhammananda trong Những Hạt Ngọc Trí Tuệ Phật Giáo, có hai loại Chánh Kiến: Phàm kiến và Thánh kiến. Phàm Kiến hay kiến thức về một sự tích lũy của trí nhớ. Thánh Kiến hay sự hiểu biết thật và sâu xa, hay thâm nhập, nghĩa là nhìn sự vật đúng bản chất của nó, chứ không theo tên hay nhãn hiệu bề ngoài. Sự thâm nhập này chỉ xảy ra khi tâm ta đã gột rửa hết những bất tịnh và đã hoàn toàn phát triển qua thiền định. 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 tính 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 đần độn 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.

2. *Chánh Tư Duy*: Người tu tập tỉnh thức không bị chi phối bởi những cảm giác tham lam, sân hận và tà độc. Chánh tư duy là những tư tưởng không bị chi phối bởi những cảm giác tham lam, sân hận và tà 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 thiên 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 thiên 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 có nghĩa là suy nghĩ đúng. Những ai chất chứa những tư tưởng tham sân sẽ dễ dàng bị trở ngại. Nhưng nếu chúng ta suy nghĩ đúng, chúng ta sẽ làm đúng. Tỷ như nếu các em học sinh chất chứa những tư tưởng đúng, các em sẽ biết rằng cây lười sẽ đưa đến thi rớt. Như vậy các em sẽ phải ngồi lại

một năm khác để học lại những gì mình đã học. Biết được như vậy các em sẽ cố gắng học tập nhiều hơn để thi đậu trong các kỳ thi. Chỉ có những tư tưởng vị tha mà thôi. Như vậy, chánh tư duy có nghĩa là không có những chấp trước về tư tưởng, từ bỏ những tư tưởng sân hận và tổn hại. Chánh tư duy cũng có nghĩa là sự thanh tịnh tâm giúp cho con người không còn tư tưởng nhiễm trước nữa. Chánh tư duy là tư duy liên hệ đến tu tập đúng, nghĩa là tâm thái luôn hướng về con đường của người Phật tử để đi đến giác ngộ Bồ Đề. 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.

3. *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. Chánh ngữ là không nói lời dối trá, hủy báng hay ác ngữ, và cũng không nhàn đàm hý luận. Ngược lại luôn nói lời chân thật, vui vẻ và không nói lời tranh chấp. Chánh ngữ là tránh nói dối, tránh ngổ lê đôi mách, tránh nói sau lưng người khác, tránh tán gẫu, và tránh nói lời thô lỗ. Lời nói thô lỗ có gây tổn hại còn hơn là khí giới, trong khi nói lời ái ngữ có thể làm thay đổi trái tim của kẻ phạm tội. Điều này chứng tỏ lời nói của chúng ta có ảnh hưởng tới người khác. Đức Phật dạy: “Lời nói vui vẻ như mật; lời chân thật như hoa; và tà ngữ bất thiện như mùi tanh hôi.” Chính vì vậy mà chúng ta nên nói lời chân thật, có ý nghĩa và với thiện ý. Chánh ngữ hay nói đúng còn có nghĩa là không nói xấu phỉ báng vu khống và nói năng có thể mang lại sân hận, thù oán, chia rẽ và bất hòa giữa cá nhân và các đoàn thể. Chánh ngữ bao gồm những điều sau đây: không nói dối, không lạm dụng nhàn đàm hý luận, không nói lời cộc cằn thô lỗ, thiếu lễ độ, hiểm độc và những lời sỉ nhục, không nói lời bừa bãi. Ngược lại, người có chánh ngữ sẽ nói những lời sau đây: nói điều chân thật, nói bằng lời dịu dàng thân hữu và nhân đức, dùng lời vui vẻ lịch sự, có ý nghĩa và có lợi ích, nói đúng lúc đúng chỗ. Nếu không cần nói, hay không nói được điều lợi ích, thì Đức Phật khuyên chúng ta nên giữ im lặng, vì đây là sự im lặng cao thượng. 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

tự 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.

4. *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 đứt 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. Với người tại gia, 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 nghiệp là hành động đúng theo giới luật được đặt ra trong giới luật của Phật, tức là cố gắng giữ gìn ngũ giới. Người Phật tử thuần thành không nên làm (nên tránh) sát sanh, trộm cắp, và tà dâm. Ngược lại, người Phật tử nên trau dồi từ bi, chỉ lấy khi được cho, sống thanh tịnh và trong sạch.

5. *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 mạng còn có nghĩa là sinh sống chân chính và lương thiện; không làm giàu trên mồ hôi nước mắt của người khác; không đối xử tệ bạc với người khác; không sống bám vào người khác; không mê tín dị đoan; không sống bằng miệng lưỡi mỗi lái để kiếm lợi. Chánh mạng còn có nghĩa là mưu sinh đúng là tránh những nghề gây phương hại cho những chúng sanh khác. Mưu sinh đúng còn có nghĩa là chối bỏ mọi lối sống tà vạy. 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. Phật tử chân chánh không mưu tìm hạnh phúc trên sự khổ đau của kẻ khác. Với hàng tu sĩ xuất gia, chánh mạng của cuộc sống đúng đắn là khát thực; làm việc hay làm thương mại là tà mệnh. Theo Kinh Hoa Nghiêm, chánh mạng là khí giới của Bồ Tát, vì xa rời tất cả tà mạng. Thiền 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. Nói tóm lại, chánh mạng có nghĩa là mưu sinh ở mức không vi phạm những giá trị đạo đức căn bản. 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. Chánh mạng là khí giới của Bồ Tát, vì xa rời tất cả tà mạng. 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.

6. *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, vâng vâng; ngược lại phải chú tâm làm những việc lành, tạo phước nghiệp. Chánh tinh 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 nẩy nở những điều thiện lành chưa nẩy 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 quấy ác ô nhiễm mà mình đã làm trước đây trở nên thanh tịnh, đồng thời ngăn ngừa những hành động này phát sinh trong tương lai. Lại nữa, tinh cần rất cần thiết

để duy trì đức hạnh mà chúng ta đã tu tập, cũng như xây dựng những đức hạnh mới trong tương lai. Nhiệm vụ của chánh tín 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. Khi chánh tín tấn có mặt, hành giả sẽ có khả năng ngăn chặn các tư tưởng tội lỗi và bất thiện chưa sanh; trấn áp tất cả những trạng thái xấu xa; loại bỏ khi chúng vừa chớm khởi dậy; làm cho phát sanh và phát triển những tư tưởng thiện chưa sanh; và nuôi dưỡng và làm tăng trưởng những trạng thái tốt.

7. *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 lia 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 ức 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 tinh 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 e 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 quan 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 xông xáo 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 tĩnh thức bằng cách thực tập tập trung vào hơi thở; nơi cảm thọ tĩnh 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 tĩnh 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. Theo Phật giáo Nguyên Thủy, niệm được xem như là một sợi dây mạnh mẽ vì nó giữ một vai trò quan trọng trong cả hai loại thiền định là tịnh trú và biệt quán. Niệm là một cơ năng nào đó của tâm và vì vậy, nó là một yếu tố của tâm hay một tâm sở. Không có niệm, một tâm sở tối quan trọng, chúng ta không có khả năng nhận ra bất cứ thứ gì, không thể hay biết đầy đủ các tác phong của chính mình. Được gọi là chánh niệm, vì nó vừa tránh chú tâm sai lạc, mà cũng vừa tránh cho tâm để ý vào những điều bất thiện, và đàng khác nó hướng dẫn tâm của hành giả trên con đường chân chánh, trong sạch và giải thoát mọi phiền trước. Chánh niệm làm bén nhạy khả năng quan sát của hành giả, và hỗ trợ chánh tư duy và chánh kiến. Hiểu biết và suy tư được có trật tự

cũng nhờ chánh niệm. Trong hai kinh Niệm Xứ và Nhập Tức Xuất Tức Niệm, Đức Phật dạy rõ ràng làm cách nào một hành giả có thể hay biết luồng tư tưởng của mình, tỉnh giác theo dõi, ghi nhận và quan sát từng ý nghĩ của chính mình, từ tốt cũng như xấu. Cả hai bài kinh đều cảnh giác chúng ta không nên xao lãng và mơ mộng, cũng như thúc hối chúng ta nên luôn canh chừng và luôn giữ tâm chánh niệm. Kỳ thật, một hành giả chuyên cần tu niệm sẽ ghi nhận rằng chính nhờ sự kiên đọc lại kinh điển sẽ làm cho chúng ta tỉnh giác hơn, quyết tâm hơn, và thận trọng chú niệm nhiều hơn. Khỏi nói ai trong chúng ta cũng biết rằng chánh niệm là một đức độ mà không ai có thể xem thường được. Như vậy việc tu tập chánh niệm thật là thiết yếu trong thời buổi hỗn tạp mà chúng ta đang sống đây trong khi rất nhiều người phải gánh chịu khổ đau vì tâm trí mất thăng bằng. Chánh niệm là một phương tiện mang lại tịnh trụ, làm thăng tiến chánh kiến và chánh mạng. Chánh niệm là một yếu tố tối cần thiết cho những hành động của chúng ta trong đời sống hằng ngày cũng như cho tâm linh.

8. *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).

Trong kinh Pháp Cú, đức Phật dạy: Bát Chánh Đạo là đạo thù thắng hơn các đạo. Tứ đế là lý thù thắng hơn các lý. Ly dục là pháp thù thắng hơn các pháp. Cụ nhân là bậc thù thắng hơn các bậc Thánh hiền (273). Chỉ có con đường này, chẳng còn con đường nào khác có thể làm cho tri kiến các người thanh tịnh. Các người thuận làm theo, thì bọn ma bị rối loạn (274). Các người thuận tu theo Chánh đạo trên này, thì khổ não sẽ dứt hết, và biết rằng Đạo ta nói có sức trừ diệt chông gay (275). Thận trọng lời nói, kềm chế ý nghĩ, thân không làm ác, ba nghiệp thanh tịnh, là được Đạo Thánh Nhơn.

### ***The Noble Eightfold Path***

#### ***I. An Overview of 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 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.

## ***II. A Summary of the Noble Eightfold Path:***

*1. 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. Buddhist 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: Through right view and right thinking we can 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). Right view also can refer to insight into the nature of the Dharma Body of the Buddha. Right view refers to your manner of regarding something, your mental outlook and your opinions, not to what you view with your eyes. Right understanding is of the highest importance of 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-ordinates ideas; when as a result thoughts and ideas become clear and wholesome, man's speech and action are also brought into proper relation. 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 the Eightfold Noble Path, causes other factors of the co-ordinate system to move in proper relation. 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, right views, or knowledge of the four noble truth. This understanding is the highest wisdom which sees the Ultimate Reality. That is to say to see things as they are. Understanding the four noble truths, the first of the eightfold noble path. Correct views refer to accepting certain key Buddhist concepts such as the four noble truths (arya-satya), dependent arising (pratiya-samutpada), karma, etc., as well as to eliminating wrong views. Correct or Right View or Perfect View, freedom from the common delusion. Understanding correctly of the four noble truths of suffering, of the origin of suffering, of the

extinction of suffering, and of the path leading to the extinction of suffering. Understand correctly on the non-ego of existence (nonindividuality of existence). Right understanding means to have a correct understanding of oneself and the world. Although we may have our own view of the world, it may not always be right. If we understand things as they really are, we would be able to live a happier and more meaningful life. For example, students who understand that it is to their own benefit to learn would work hard to learn more and do better. When they do well, everyone will be happy, including their parents and teachers. Right Understanding also means understanding thoroughly and correctly the four noble truths and having penetrative insight into reality. Mundane right understanding means an ordinary worldling's knowledge of the efficacy of moral causation or of actions and their results. Therefore, mundane right understanding means the knowledge that accords with the Four Noble Truths. This is called mundane because the understanding is not yet free from taints. This may be called "knowing accordingly." According to Dr. K. Sri. Dhammananda in the Gems of Buddhism Wisdom, there are two sorts of right understanding: An accumulated memory and a real deep understanding. An accumulated of memory, an intellectual grasping of a subject according to certain given data. Real deep understanding, a penetration or an intellectual seeing a thing in its true nature, without name and external label. This penetration is possible only when the mind is free from all impurities and is fully developed through meditation. 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 that is 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.

2. *Right Thought:* Buddhist 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 means to think in the right way. Those who harbor thoughts of greed and anger will easily get into trouble. But if we think correctly, we would end up doing the right things. For example, if students harbor the right thoughts, they will know that being lazy may make them fail in exams. This would mean spending another year doing the same things. So they would decide to work hard rather to pass all exams. Having only thoughts which are unselfish. Thus, right thought means freedom from mental attachments, to have renounced thoughts of hatred and harm. Right thought also means the purification of the mind so that one no longer has any polluted thinking. Correct intention or right thinking involves cultivating a proper orientation, that is, a mental attitude that aims at following the Buddhist path to awakening (Bodhi). 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 senses 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.

3. *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. Right speech means abstention from lying, slander, harsh or abusive language, and idle chatter. Right speech means always speak truthfully, pleasantly, and non-belligerently. Right speech means to avoid lying, tale telling, gossiping, backbiting, idle talk and harsh words. Harsh words can wound more deeply than weapons, while gentle words can change the heart of a hardened criminal. This shows the effect on others in the way we speak. The Buddha said: "Pleasant speech is as sweet as honey; truthful speech like a flower; and wrong speech is unwholesome like filth." Therefore, we should speak words that are truthful, meaningful and with good will. Right speech also means abstaining from backbiting slander and talk that may bring about hatred, enmity, disunity and disharmony among individuals or groups of people. Right speech include the followings: abstaining from lying, abstaining from abuse and idle talk, abstaining from harsh, rude, impolite, malicious language, and abstaining from careless words. On the contrary, a person who has right speech does speak the followings: to speak the truth; to utilize words that are soft, friendly and benevolent; to utilize words that are pleasant, gentle, meaningful and useful; to speak at the right time and place. If not necessary, or if one cannot say something useful, the Buddha advised people to keep silent. This is a noble silence. 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.

*4. 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.

5. *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 livelihood also means to lead a decent and honest life. We must keep from exploiting or mistreating others or sponging on them. Do not be superstitious; do not act as a go-between to take profit. 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. 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. Devout Buddhists do not seek happiness by making others unhappy. For a monk or nun, the right livelihood is to beg for food; to work for a living or to do worldly business is an improper life. 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. In short, 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. Right livelihood is a weapon of enlightening beings, leading away from all wrong livelihood. Enlightening Beings who abide by these can annihilate the afflictions, bondage, and compulsion accumulated by all sentient beings in the long night of ignorance. For lay people, right conduct means getting rid of all improper action; right action also means to abstain from injuring living beings, to dwell in purity, to abstain from stealing and from unlawful sexual intercourse. Right conduct also means avoidance of actions that conflict with moral discipline. “Correct actions” entails adhering to the rules outlined in the Pratimoksa that is trying to adhere to the five or ten lay precepts. Devout Buddhists should not to do or should avoid taking life, taking what is not given, involving in carnal indulgence or illicit sexual indulgence. On the contrary, Buddhists should cultivate compassion, take only things that are given, live pure and chaste.

6. *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. When right effort is present, practitioners will be able to prevent the arising of evil and unwholesome thoughts that have not yet arisen; to suppress the rising of evil states; to eradicate (discard) those which have arisen; to produce and develop wholesome thoughts not yet arisen; and to stimulate good states, and to perfect those which

have come into being (to promote and maintain the good thoughts already present).

7. *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. According to Theravada Buddhism, mindfulness is considered as the strongest strand for it plays an important role in the acquisition of both calm and insight. Mindfulness is a certain function of the mind, and therefore, a mental factor. Without this all important factor of mindfulness one cannot cognize sense-objects, one cannot be fully aware of one's behavior. It is call right mindfulness because it avoids misdirected attention, and prevents the mind from paying attention to things unwholesome, and guides its possessor on the right path to purity and freedom. Right mindfulness sharpens the power of observation, and assists right thinking and right understanding. Orderly thinking and reflection is conditioned by man's right mindfulness. In the Satipatthana and Anapanasati sutras, the Buddha states clearly how a meditator becomes aware of his thoughts, mindfully watching and observing each and every one of them, be they good or evil, salutary or otherwise. The

sutras warn us against negligence and day-dreaming and urges us to be mentally alert and watchful. As a matter of fact, the earnest student will note that the very reading of the discourse, at times, makes him watchful, earnest and serious-minded. It goes without saying that right mindfulness is a quality that no sensible man would treat with contempt. Thus, it is truly essential to cultivate mindfulness in this confused age when so many people suffer from mental imbalance. Right mindfulness is an instrumental not only in bringing concentration calm, but in promoting right understanding and right living. It is an essential factor in all our actions both worldly and spiritual.

8. *Right Concentration:* Right Concentration or Correct Concentration means 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).

In the Dharmapada Sutra, the Buddha taught: The best of paths is the Eightfold Path. The best of truths are the Four Noble Truths. Non-attachment is the best of states. The best of men is he who has eyes to see (Dharmapada 273). This is the only way. There is no other way that leads to the purity of vision. You follow this way, Mara is helpless before it (Dharmapada 274). Entering upon that path, you will end your suffering. The way was taught by me when I understood the removal of thorns (arrows of grief) (Dharmapada 275). Be watchful of speech, control the mind, do not let the body do any evil. Let purify these three ways of action and achieve the path realized by the sages (Dharmapada 281).

***Luận Thứ Mười***  
***The Tenth Essay***

***Mười Hai Nhân Duyên***

***I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Mười Hai Nhân Duyên:***

Luật Duyên Khởi là một trong những giáo pháp quan trọng nhất của Đức Phật. Luật này nhấn mạnh đến một nguyên lý quan trọng về vạn pháp trong vũ trụ là tương đối, hữu vi và không độc lập với những duyên phụ khác (cái này sanh thì cái kia sanh; cái này diệt thì cái kia diệt). Như vậy, mọi vật trong thế giới hiện hữu đều do sự phối hợp của nhiều nhân duyên khác nhau (12 nhân duyên). Theo đạo Phật, 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 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 mắt 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. Hai mươi lăm thế kỷ về trước Đức Phật đã nói rằng: “Chúng sanh và thế giới là do nhân duyên kết hợp mà thành.” Câu nói ấy đã phủ nhận cái gọi là “Đấng Tạo Hóa” hay “Thượng Đế” sáng tạo ra muôn vật. Câu nói ấy đặt ra một cái nhìn khoa học và khách quan về thế giới thực tại hay “Duyên Khởi Luận.” Duyên khởi nghĩa là sự

nướng tựa hồ tương lẫn nhau mà sinh thành và tồn tại. Không có cái gì có thể tự mình sinh ra mình và tự tồn tại độc lập với những sự vật khác. Tất cả mọi sự mọi vật trên thế giới này đều phải tuân theo định luật “Duyên Khởi” mà Thành, Trụ, Hoại và Không. Con người là một tiểu vũ trụ cũng không phải tự nhiên mà có, mà là do nghiệp lực kết hợp các duyên mà thành, và cũng nằm trong định luật “Thành Trụ Hoại Không.” Mười hai nhân duyên này nghĩa lý rất thâm diệu. Đây là những cửa ngõ quan trọng để cho chúng sanh bước vào Thánh quả, thoát khỏi sanh tử, trói buộc, và khổ não trong ba cõi sáu đường, để chứng thành quả vị Duyên Giác Thừa.

Những nhân ảnh hưởng đến việc tái sanh trở lại cõi người. Đức Phật dạy: “Do sự nối kết của các chuỗi nhân duyên mà có sự sinh, có sự diệt. Đạo Phật chủ trương rằng không có cái được tạo độc nhất và riêng rẽ. Vạn hữu trong vũ trụ, tâm và vật, khởi lên đồng thời; vạn hữu trong vũ trụ nướng tựa lẫn nhau, ảnh hưởng lẫn nhau, và do đó tạo ra một bản đại hòa tấu vũ trụ của toàn thể diệu. Nếu thiếu một, vũ trụ sẽ không toàn vẹn; nếu không có tất cả, cái một cũng không. Khi toàn thể vũ trụ tiến tới một bản hòa âm toàn hảo, nó được gọi là nhất chân pháp giới, vũ trụ của cái “Một” hay cái “Thực,” hay “Liên Hoa Tạng.” Trong vũ trụ lý tưởng đó, vạn hữu sẽ tồn tại trong hòa điệu toàn diện, mỗi hữu không chướng ngại hiện hữu và hoạt động của các hữu khác. Thập nhị nhân duyên dạy rằng tất cả các hiện tượng trong đời này luôn luôn biến đổi, xuất hiện và biến mất, và dạy rằng mọi biến đổi đều căn cứ trên một nguyên tắc đã được thiết lập. Dù tất cả mọi sự vật biến đổi, nguyên tắc này vẫn cố định. Nó được gọi là 12 nhân duyên vì nó được chia làm 12 giai đoạn. Tuy nhiên, bằng cách chỉ hạn chế luật này vào con người thì chúng ta sẽ dễ hiểu hơn là cùng một lúc áp dụng nó vào tất cả các hiện tượng. Đức Phật giảng luật 12 nhân duyên một cách chi tiết cho ngài A Nan trong kinh Trường A Hàm. Luật này quy định sự phát triển về thân thể của con người cũng như những biến đổi trong tâm con người. Sự phát triển về thân được gọi là những “nguyên nhân bên ngoài” hay ngoại duyên, những biến đổi về tâm được gọi là “nhân duyên bên trong” hay nội duyên. Luật giải thích quá trình sanh ra, lớn lên, già, chết của một người dưới ánh sáng của ba giai đoạn hiện hữu quá khứ, hiện tại và vị lai. Và liên hệ với việc này, luật 12 nhân duyên chỉ ra phương pháp căn bản để thanh tịnh tâm và gỡ bỏ những ảo tưởng ra khỏi tâm.



Theo Kinh Trung Bộ, Đức Phật dạy: “Tùy thuộc vào dầu và tìm 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.

## ***II. Tóm Lược Nội Dung Của Mười Hai Nhân Duyên:***

Phật giáo không coi trọng ý niệm về nguyên lý căn nhân hay nguyên nhân đầu tiên như ta thường thấy trong các hệ thống triết học khác; và cũng không bàn đến ý niệm về vũ trụ luận. Tất nhiên, triết học về Thần học không thể nào phát triển trong Phật giáo. Đừng ai mong có cuộc thảo luận về Thần học nơi một triết gia Phật giáo. Đối với vấn đề sáng thế, đạo Phật có thể chấp nhận bất cứ học thuyết nào

mà khoa học có thể tiến hành, vì đạo Phật không thừa nhận có một xung đột nào giữa tôn giáo và khoa học. Theo đạo Phật, nhân loại và các loài hữu tình đều tự tạo, hoặc chủ động hoặc thụ động. Vũ trụ không phải là quy tâm độc nhất; nó là môi trường cộng sinh của vạn hữu. Phật giáo không tin rằng vạn hữu đến từ một nguyên nhân độc nhất, nhưng cho rằng mọi vật nhất định phải được tạo thành ít nhất là hai nguyên nhân. Những sáng hóa hay biến thành của các nguyên nhân đi trước nối tiếp trong liên tục thời gian, quá khứ, hiện tại và vị lai, như một chuỗi dây xích. Chuỗi xích này được chia thành 12 bộ phận, gọi là 12 khoen nhân duyên vì mỗi bộ phận liên quan nhau với công thức như sau “Cái này có nên cái kia có; cái này sinh nên cái kia sinh. Cái này không nên cái kia không; cái này diệt nên cái kia diệt.” Nói tóm lại, mọi hiện tượng hữu vi đều hiện hữu nhờ vào nhân duyên, tồn tại nhờ vào nhân duyên, và cũng vì nhân duyên mà hoại diệt. Mười hai mắc xích nhân duyên này được đề cập dưới đây:

*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. Vô minh là sự ngu dốt lầm nhận những hiện tượng huyễn hóa trên đời này mà cho rằng chúng là có thật. 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. Vô Minh là giai đoạn đầu tiên của Mười Hai 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 làm cái dường như với cái thật là, hay hiện tượng ảo tưởng mà cho là thực tại. Vô minh chính là nguyên nhân của, sanh, lão, lo âu, sầu muộn, khổ sở, bệnh hoạn, và chết chóc. Vô minh là một trong ba ngọn lửa cần phải dập tắt trước khi bước chân vào Niết bàn. Đây là trạng thái sai lầm của tâm làm khởi dậy sự tin tưởng về bản ngã. Trong nhà Thiên, vô minh là nhìn mọi sự mọi vật không đúng như thật. Không hiểu sự thật về cuộc đời. Chừng nào mà chúng ta không phát triển tâm mình để đạt được trí tuệ chừng đó chúng ta vẫn vô minh về bản chất đúng của sự vật. Theo Phật giáo, vô minh có nghĩa là coi cái ngã hay cái ta là thật. Vì si mê mà người ta không thấy được cái nhìn như thị, không thể phân biệt đúng sai. Ngu si làm cho người ta mù quáng về chấp ngã, chấp pháp là những thứ vô thường, luôn thay đổi và hoại diệt. Khi giận dữ đã khởi lên thì con người sẽ không còn gì ngoài “si mê.” Để triệt tiêu si mê bạn nên thiền quán “nhân duyên.” Tất cả những vấn đề khó khăn của chúng ta đều bắt nguồn từ vô minh và mê hoặc. Vô minh là bợn nhơ đứng hàng đầu. Tham lam, sân hận, ngã mạn và rất nhiều bợn nhơ khác cùng phát sanh chung với vô minh. Giải pháp phải nằm trong những vấn đề ấy, và do đó, chúng ta không nên tách rời, chạy đi tìm ở đâu ngoài vấn đề. Phân tách và nghiên cứu cho tận tường chúng ta sẽ thấy rằng tất cả những vấn đề ấy đều là những vấn đề của kiếp nhân sinh, của con người, vậy thì chúng ta không nên đổ trách nhiệm cho ai khác hơn là con người. Những vấn đề thật sự chủ chúng ta phải được

và chỉ được giải quyết bằng cách dứt bỏ những ảo kiến và những khái niệm sai lầm, và thu xếp nếp sống của chúng ta vào khuôn khổ điều hòa đồng nhịp với thực tại. Và điều này chỉ có thể thực hiện được qua thiền hành mà thôi. Vô minh còn là những tư tưởng và tác ý nào ngăn trở không cho chúng ta giải thoát. Nếu chúng ta muốn giải thoát khỏi những phiền trước này, trước tiên chúng ta phải thấy được mặt mũi của chúng qua Thiền định. Tương tự như những lời Phật dạy trong kinh điển mỗi khi gặp ma vương, Ngài liền bảo: “Ma Vương! Ra đã thấy mặt mũi của ngươi rồi”. Người tu tập thiền quán nên nhớ rằng mục tiêu của sự tu tập thiền quán theo đúng phương pháp là để loại trừ vô minh, khai mở chân tâm và duy trì chánh niệm. Qua thiền tập, chúng ta chú trọng vào sự việc với một ý thức không xao lãng. Chúng ta cũng không suy nghĩ về việc gì, không phân tách, cũng không trôi lạt theo chư pháp, mà lúc nào cũng nhìn thấy được tự tánh của bất cứ việc gì đang xảy ra trong tâm mình. Nhờ đó mà tâm của chúng ta dần dần được soi sáng, có nghĩa là vô minh bị loại dần ra khỏi tâm ý của người tu tập thiền quán. Nếu bạn nghĩ rằng tâm của bạn có thể được khai mở bởi một vị thầy nào đó ngoài kia, tức là bạn chẳng bao giờ tu tập theo giáo lý nhà Phật cả. Nếu bạn nghĩ ai đó có thể phá vỡ vô minh cho bạn, bạn cũng chẳng phải là người Phật tử thuần thành.

*Thứ Nhì là Hành:* Từ vô minh sanh ra 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.

*Thứ Ba là Thức:* Từ hành sanh ra 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.

*Thứ Tư là Danh Sắc:* Từ ý thức ấy sanh ra một cái tên hay 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.

*Thứ Sáu là Xúc:* 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. 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. Những cảm giác vui, buồn, sướng khổ. Qua cảm giác đưa tới sự ham muốn.

*Thứ Bảy là Thọ:* 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 trói buộc. Khi có cảm thọ thì yêu thích và chấp trước khởi sanh. Tại sao chúng ta có cảm giác bất an? Vì chúng ta có ái. Có ái có yêu thì có ghét bỏ hay không thích. Đối với thuận cảnh thì sanh lòng yêu thích; với nghịch cảnh thì ghét bỏ. Tại sao mình vui? Vì sao mình không vui, vân vân, tất cả đều do ái ố mà ra. Ố nghĩa là không yêu thích hay ghét bỏ. Chính vì có ái ố mà sự việc ngày càng thêm rắc rối.

*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. Khi đã chiếm hữu rồi, dục vọng liền được thỏa mãn.

*Thứ Mười là Hữu:* 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. Vì có cái hữu, nghĩa là “Có” hay “sự hiện hữu,” nên cứ muốn vật gì đó thuộc về mình.

*Thứ Mười Một là Sanh:* Khi đã thuộc về mình, thì liền có “Sanh”. Như vậy, thủ và hữu làm thành những nguyên nhân hiện tiền đưa đến “Sanh”. Nói cách khác, kết quả cuối cùng của nghiệp, chấp thủ và hữu là những nhân đưa đến tái sanh. Tái sanh là điều kiện của khổ đau và chết chóc.

*Thứ Mười Hai là Lão Tử:* Mà qua sanh là dị diệt, khổ đau và chết chóc. 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. Đạo Phật cho rằng vì vô minh mà tâm nảy vọng động. Vọng động là mắc xích thứ hai. Nếu tâm vọng động, mọi thứ vọng động từ từ sinh khởi là Hành. Do Hành mà có Tâm Thức, mắc xích thứ ba. Do Thức mà có Cảnh, là mắc xích thứ tư. Do cảnh mà khởi lên mắc xích thứ năm là Danh Sắc. Danh sắc hợp nhau lại để thành lập mọi thứ khác và dĩ nhiên trong thân chúng sanh khởi lên sáu căn. Khi sáu căn này tiếp xúc với nội và ngoại trần thì mắc xích thứ sáu là Xúc khởi dậy. Sau Xúc là mắc xích thứ bảy Cảm Thọ. Khi những vui, buồn, thương, giận, ganh ghét, vân vân đã được cảm thọ thì mắc xích thứ tám là Ái sẽ khởi sinh. Khi luyến ái chúng ta có khuynh hướng giữ hay Thủ những thứ mình có, mắc xích thứ chín đang trôi dậy. Chúng ta luôn luôn nắm giữ sở hữu chứ không chịu buông bỏ, mắc xích thứ mười đang cột chặt chúng ta vào luân hồi sanh tử. Do Hữu mà có Sanh (mắc xích thứ mười một), Lão, Bệnh, Tử (là mắc xích thứ mười hai).

### **III. Lời Phật Dạy Về Tiến Trình Của Mười Hai Nhân Duyên:**

*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, vân vân. *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, vân vân. *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, vân vân. *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, vân vân. *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.

#### ***IV. Đức Phật Dạy Rằng Tận Diệt Vô Minh Cũng Có Nghĩa Là Chấm Dứt Mười Hai Mắc Xích Nhân Duyên:***

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. ***Lời kết luận của Đức Phật về Vô Minh:*** 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, vâng vâng. *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 Twelve Links of Dependent Origination***

#### ***I. An Overview and Meanings of the Twelve Links of Dependent Origination:***

The Law of Dependent Origination is one of the most important teachings of the Buddha. This Law emphasizes an important principle that all phenomena in the universe are relative, conditioned states and do not arise independently of supportive conditions. Therefore, 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. In the Buddhist view, 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 conditions give 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 or 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. Twenty-five centuries ago, the Buddha said: “Humanity and the world are the cause and conditions to be linked and to become.” His words have denied the presence of a Creator or God. They give us a scientific and objective outlook of the present world, related to the law of Conditioning. It means that everything is dependent upon conditions to come into being or survive. In other words, there is nothing that can be self-creating and self-existing, independent from others. All sentient beings, objects, elements, etc., in this world are determined by the law of conditioning, under the form of formation, stabilization, deterioration, and annihilation. Man is a small cosmos. He comes into being not by himself but by the activation of the law of transformation. The meaning of the Twelve Conditions of Cause-and-Effect are extremely deep and profound. They are important doors for cultivators to step into the realm of enlightenment, liberation from the cycle of birth, death, bondage, sufferings, and afflictions from the three worlds and six paths, and to attain Pratyeka-Buddhahood.

The causative influences for being reborn as a human beings. The Buddha taught: “Because of a concatenation of causal chains there is birth, there is disappearance.” Buddhism holds that nothing was created singly or individually. All things in the universe, matter and mind, arose simultaneously, all things in it depending upon one another, the influence of each mutually permeating and thereby making a universal symphony of harmonious totality. If one item were lacking, the universe would not be complete; without the rest, one item cannot be. When the whole cosmos arrives at a harmony of perfection, it is called the ‘Universe One and True,’ or the ‘Lotus Store.’ In this ideal

universe all beings will be in perfect harmony, each finding no obstruction in the existence and activity of another. The twelve causes or twelve links of dependent origination teaches that all phenomena in this world constantly change, appearing and disappearing, and that all changes are based on an established rule. Though all things change, this rule is immutable. It is known as the Law of the Twelve Causes because the rule is divided into twelve stages. However, it is easier for us to understand this law by limiting it to man than by trying to apply it at once to all phenomena. The Buddha preached the Law of the Twelve Causes in detail to Ananda in the Dirghagama Sutra. This law rules the growth of the human body as well as the changes in man's mind. The former is called the "outer causation" and the latter the "inner causation." It explains the process through which a human being is born, grows, ages, and dies in the light of the three temporal states of existence, the past, present, and future. And in connection with this, it shows how man's mind changes and the fundamental method of purifying it and of removing illusion from it.

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 "sunyata?" 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.

***II. A Brief Content of the Twelve Links of Dependent Origination:***

Buddhism does not give importance to the idea of the Root-Principle or the First Cause as other systems of philosophy often do; nor does it discuss the idea of cosmology . Naturally such a branch of philosophy as theology did not have grounds to develop in Buddhism. One should not expect any discussion of theology from a Buddhist philosopher. As for the problem of creation, Buddhism is ready to accept any theory that science may advance, for Buddhism does not recognize any conflict between religion and science. According to Buddhism, human beings and all living things are self-created or self-creating. The universe is not homocentric; it is a co-creation of all beings. Buddhism does not believe that all things came from one cause, but holds that everything is inevitably created out of more than two causes. The creations or becomings of the antecedent causes continue in time-series, past, present and future, like a chain. This chain is divided into twelve divisions and is called the Twelve Divisioned Cycle of Causation and Becomings. Since these divisions are interdependent, the process is called Dependent Production or Chain of causation. The formula of this theory is as follows: From the existence of this, that becomes; from the happening of this, that happens. From the non-existence of this, that does not become; from the non-happening of this, that does not happen.” In short, every conditioned phenomenon is a dependent arising because it comes into being in dependence upon cause and conditions, abides because of causes and conditions, and disintegrates because of causes and conditions. These twelve links of Dependent Origination are mentioned below:

*The First Chain is Ignorance:* Ignorance means stupidity, or unenlightenment. Ignorance also means misunderstanding, being dull-witted ignorant, not conforming to the truth, not bright, dubious, blind, dark. Ignorance 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. Ignorance which mistakes the illusory phenomena of this world for realities. 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. 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.

*The Second Chain is Volitional Actions:* Through ignorance are conditioned 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.

*The Third Chain is Consciousness:* Through volitional actions is conditioned 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.

*The Fourth Chain is Form:* Through consciousness are conditioned 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.

*The Sixth Chain is Contact:* 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. Contact develops after the six senses-organs are made.

*The Seventh Chain is Conditioned Feeling:* 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. 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 Love and Hate:* 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 Clinging:* 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. Once we obtain something, we have satisfied our desire.

*The Tenth Chain is Becoming:* 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. Because of becoming, we want to possess things.

*The Eleventh Chain is Birth:* 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. In other words, 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:* Through birth are conditioned decay, sorrow and death. In his new life, he will become

old and die as every being does. Buddhism believes that because of ignorance, the mind is moved. This Moving is the second link. If the mind is moved, it will move everything. So everything else comes into being due to that initial Moving. Subsequent to this Moving, the third link of Consciousness arises. Owing to the consciousness wrong views arise, that's the fourth link. Because of the wrong views, arising the fifth link of Form and Name. Form (visible), Name (invisible) combine themselves together to form everything else and of course there arises the Six Roots or Six Senses. When the six senses come into contact with the internal and external, the sixth link of Contact arises. After the arising of Contact, Perception or Feeling is brought forth. When happiness, unhappiness, anger, love, jealousy, etc are all perceived, the eighth link of attachment arises. When we attached to our perceptions, we have a tendency to grasp on whatever we have. It's very difficult to detach ourselves from them, the ninth link of Grasping arises. We always grasp our feelings very strongly and never let go what we grasp in hands, the tenth link of Owning or Possessing arises to bind us tightly with the samsara. Subsequent to Owning, there will arise Birth (the eleventh link), Old Age, Illness and Death.

### ***III. The Buddha's Teachings on the Process of the Twelve Links of Dependent Origination:***

*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 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*: In other words, 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.

#### ***IV. The Buddha Taught That the Eradication of Ignorance Also Meant to Stop the Twelve Links of Dependent Origination:***

In order 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 conclusion about Nidana:*** 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.

***Luận Thứ Mười Một***  
***The Eleventh Essay***

***Ba Mươi Bảy Phẩm Trợ Đạo***

***I. Tổng Quan Về Ba Mươi Bảy Phẩm Trợ Đạo:***

Ba mươi bảy phẩm trợ đạo là ba mươi bảy phẩm dẫn tới giác ngộ và quả vị Phật. Theo Thiên sư Đạo Nguyên trong bộ "Chánh Pháp Nhân Tạng", ba mươi bảy phẩm trợ đạo là mắt, tai, mũi, da, thịt, xương, tủy, tay, chân, mặt mà chư Phật chư Tổ đã khai ngộ. Khai ngộ tức là thể chứng 1.369 phẩm. Tọa thiền liên tục, thân tâm giải thoát. Điều này ý nói rằng mỗi tình huống đều bao hàm mọi tình huống khác. Nó cũng biểu thị rằng có vô số các loại tình huống. Đời sống của chúng ta cũng vậy. Mỗi thời mỗi khắc đều như vậy. Vì vô thường cho nên vô ngã, đời sống mới có thể diễn ra như vậy, mỗi phút mỗi giây đều tiếp tục như thế, một ngày biến đổi sáu tỉ năm trăm triệu lần, đây mới là tình huống thực tế. Thiên sư Đạo nguyên nói: "Thể chứng điều này thì bạn lập tức giải thoát. Bạn sẽ thể chứng được Đạo vô thượng, sinh mệnh Phật, trí huệ chân thật." Giáo pháp này từ lâu đã thể hiện trong đời sống tinh tấn dũng mãnh của chư Phật chư Tổ, hiện tại nó cũng đang thể chứng trên thân thể của mỗi chúng ta.

***II. Sơ Lược Về Nội Dung Ba Mươi Bảy Phẩm Trợ Đạo:***

***A. Thất Bồ Đề Phần:***

Đức Phật luôn nhắc nhở chúng đệ tử của Ngài như vậy: "Thất Bồ Đề Phần là bảy yếu tố giác ngộ hay thất giác chi đều đem lại lợi ích kỳ diệu. Một khi các yếu tố này được phát triển đầy đủ sẽ có năng lực chấm dứt khổ đau phiền não." 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.

Hành giả không thể nào nhìn trời nhìn đất mà đạt được giác ngộ. Hành giả cũng không thể nào chỉ đọc sách hay nghiên cứu kinh điển mà đắc đạo, cũng không phải do suy tư hay mong ước mà thành Phật. Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có bảy giác chi hay thất bồ đề phần. Đây là những điều kiện cần thiết để đưa đến giác ngộ. 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. Chữ “Bojjhanga” xuất phát từ hai chữ “Bodhi” và “anga.” Chữ “Bodhi” có nghĩa là giác ngộ hay người giác ngộ, và chữ “anga” có nghĩa là nguyên nhân đưa đến sự giác ngộ. Một nghĩa khác của chữ “Bojjhanga” căn cứ trên một trong hai nghĩa gốc của từ Pali trên. Như vậy nghĩa khác của “Bojjhanga” là sự hiểu biết hay thấy được bốn chân lý và Bát Chánh Đạo. Thỉnh thoảng, bảy yếu tố giác ngộ còn được gọi là ‘sambojjhanga’. Tiếp đầu ngữ ‘sam’ có nghĩa là tròn đầy hay hoàn hảo; tuy nhiên, tiếp đầu ngữ này không làm khác nghĩa của bảy yếu tố giác ngộ. Tất cả hành giả đều hiểu Tứ Diệu Đế ở một mức độ nào đó, nhưng theo Phật giáo, hiểu biết chân chính về bốn chân lý ấy đòi hỏi một thời điểm chuyển biến đặc biệt của tâm thức, gọi là đạo tâm. Đó là một trong những tuệ cao nhất mà hành giả đạt được trong tu tập tập thiền quán vì nó bao gồm luôn cả kinh nghiệm về Niết Bàn. Một khi hành giả đã chứng nghiệm được điều này, tức là người ấy đã hiểu biết sâu xa về Tứ Diệu Đế, và như thế có nghĩa là hành giả đã có được các “Bồ Đề phần” bên trong mình. Một người như vậy được gọi là một bậc cao thượng. Như vậy “Bồ Đề Phần” hay những yếu tố của sự giác ngộ cũng là những phẩm chất của một bậc cao quý. Bảy yếu tố giác ngộ gồm: Trạch Pháp Giác Chi, Tinh Tấn Giác Chi, Hỷ Giác Chi (hỷ lạc), Khinh An Giác Chi, Niệm Giác Chi, Định Giác Chi, và Xả Giác Chi. Người tu thiền theo Phật giáo có thể tìm thấy trong tất cả những yếu tố này trong tiến trình tu tập thiền định

của mình. Người tu tập Thiền định nên luôn nhớ lời Phật dạy: “Nếu Thiền Tứ Niệm Xứ được thực hành với nỗ lực, tinh tấn và chuyên cần thì bảy yếu tố giác ngộ sẽ tự động phát triển trọn vẹn.” Như vậy, chính Đức Phật đã nhấn mạnh rất rõ ràng về sự liên hệ giữa Thiền và Thất Bồ Đề Phần. 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.

*Thứ nhất là Trạch Pháp Giác Chi:* Trạch pháp hay nhiệt thành khảo sát giáo pháp hay hiện tượng. Trạch pháp là kiến thức sâu sắc và có tính cách phân tách đến chi tiết để thấu đạt trọn vẹn thực chất của tất cả các pháp hữu vi, vô tri vô giác hay hữu giác hữu tri, người hay chư Thiên. Đó là thấy đúng thực tướng của sự vật, thấy sự vật đúng trong bối cảnh của nó. Chỉ có xuyên qua thiền định chúng ta mới có khả năng thấy được tất cả các pháp hữu vi một cách rõ ràng và cùng tột những nguyên tố căn bản. Nhờ nhiệt thành thiền định và khảo sát như vậy mà ta có thể nhận thức rằng tất cả các pháp hữu vi đều trải qua những giai đoạn sanh, trụ, dị, diệt một cách nhanh chóng, đến độ khó có thể thấy được; toàn thể vũ trụ đều liên tục biến đổi, không hề tồn tại giống hệt trong hai khoảnh khắc kế tiếp nhau; mọi sự vật đều phải chịu sự chi phối của duyên, nhân, và quả; những gì vô thường, bất ổn định đều đưa đến quả khổ; không có cái gọi là “thực ngã,” hay một linh hồn trường tồn bất biến; thực tướng của ba đặc tính vô thường, khổ và vô ngã.

*Thứ nhì là Tinh Tấn Giác Chi:* Tinh tấn là một tâm sở, mà cũng là chi thứ sáu của Bát Chánh Đạo, được gọi là “chánh tinh tấn.” Tinh tấn là năng lực kiên trì, liên tục thiền định, liên tục hướng tâm vào đối tượng quan sát. Người tu thiền nên dùng cảm và tinh tấn trong khi tu tập thiền định. Đức Phật không tự xưng là một đấng cứu thế có khả năng và sẵn sàng lãnh chịu tội lỗi của chúng sanh. Ngài chỉ là người vạch ra con đường, chứ Ngài không đi thế dùm ai được. Chính vì thế mà Ngài khuyên rằng mỗi người phải thành thật, nhiệt tâm, và nhất quyết thành đạt mục tiêu mà mình muốn đến. Ngài cũng đã khuyên tứ chúng rằng: “Hãy tự lấy con làm hải đảo cho con, hãy lấy chính con

làm nơi nương tựa cho con.” Như thế ấy, Đức Bốn Sư kêu gọi tứ chúng không nên ỷ lại vào ai khác ngoài mình. Bất luận ở vào trường hợp nào, người tu theo Phật không nên đánh mất niềm hy vọng và tinh tấn. Hãy nhìn tấm gương rạng ngời của Phật, Ngài không bao giờ thối chí, Ngài luôn dũng mãnh và tinh tấn, ngay từ thời Ngài còn là vị Bồ Tát. Người tu tập thiền định phải kiên nhẫn chấp nhận những khó khăn và thử thách trong lúc hành thiền, phải bỏ hết mọi lạc thú hay sở thích hàng ngày, phải cố gắng dụng công tu tập thiền định một cách liên tục. Một trong những điều khó khăn nhất cho hành giả tu thiền là cái tâm dong ruổi, không bao giờ chịu ở yên trên đề mục mà cả ngày chỉ muốn đi lang bạt khắp mọi nơi. Còn nơi thân, mỗi khi chúng ta ngồi třeo chân hành thiền, chúng ta đều cảm thấy toàn thân căng thẳng, hay khó chịu vì những cơn đau hoành hành. Có lúc chúng ta nhứt tâm cố gắng ngồi třeo căng cho được một tiếng đồng hồ, nhưng chỉ sau mười phút là chân tê, cổ cứng, vân vân và vân vân. Người tu thiền cần phải có sự quyết tâm tinh tấn để sẵn sàng đương đầu với mọi khó khăn thử thách. Một khi chúng ta phát triển tinh tấn trong thiền định, tâm của chúng ta sẽ có đủ sức mạnh để chịu đựng những cơn đau nhức, khó chịu và mệt mỏi một cách kiên nhẫn và can đảm. Tinh tấn có khả năng làm cho tâm tỉnh táo và mạnh mẽ cho dầu trong bất cứ hoàn cảnh khó khăn nào. Người tu tập thiền định phải luôn tinh tấn tu tập bốn thứ sau đây: điều lành chưa sanh, phải tinh cần làm cho sanh; điều thiện đã sanh, phải tinh cần khiến cho ngày càng thêm lớn; điều ác chưa sanh, phải tinh cần cho chúng đừng sanh; điều ác đã sanh, phải tinh cần dứt trừ đi. Đức Phật đã dạy trong Kinh Pháp Cú, câu 280: “Người sống tiêu cực, uể oải, đã dượt, không tinh tấn chuyên cần, dầu còn trẻ tuổi và khỏe mạnh vẫn lười biếng, suy nhược và thiếu quyết tâm, con người lười biếng ấy không bao giờ tìm ra được con đường dẫn đến trí tuệ và giác ngộ, giải thoát.”

*Thứ ba là Hỷ Giác Chi (hỷ lạc):* Hỷ Lạc Giác Chi có nghĩa là vui thích, nhưng một đặc tánh đặc biệt của Hỷ Lạc Giác Chi là nó có thể khiến các tâm sở khác có cảm giác nhẹ nhàng, vui thích và thỏa mãn. Hỷ giác chi là một tâm sở, và là một đức tánh có ảnh hưởng sâu rộng đến thân và tâm. Người thiếu đức “hỷ lạc” không thể tiến bước trên đường giác ngộ, vì trong người ấy lúc nào cũng mang máng một trạng thái lãnh đạm lạnh lùng trước thiện pháp, một thái độ bất mãn với thiền tập, một sự biểu lộ bất toại nguyện. Hành giả tu thiền nên luôn

nhớ rằng Hỷ Giác Chi chỉ phát sanh khi tâm của chúng ta tương đối rỗng sạch các phiền não. Để rỗng bỏ phiền não, chúng ta không có sự lựa chọn nào khác hơn là phải tinh tấn chánh niệm trong từng phút giây để định tâm được phát sanh và phiền não bị tận diệt. Như vậy, chúng ta phải luôn hướng tâm vào việc phát triển Hỷ Giác Chi qua chánh niệm liên tục, dù lúc chúng ta đang đi, đứng, nằm, ngồi hay đang làm các công việc khác. Muốn tu tập đức “hỷ lạc,” hay tâm phi, hành giả cần luôn nhớ rằng hạnh phúc không tìm được từ vật chất bên ngoài, mặc dù chuyện lớn chuyện nhỏ bên ngoài luôn có ảnh hưởng đến tâm mình. Hạnh phúc chỉ có được nơi những người biết tri túc. Hành giả tu theo Phật nên luôn nhớ rằng có sự khác biệt lớn lao giữa thỏa thích và hạnh phúc. Cảm giác thích thú là cái gì tạm bợ nhất thời, chỉ thoáng qua rồi mất. Thỏa thích có thể là một dấu hiệu báo trước khổ đau phiền não, vì những gì mà ta ôm ấp tâm tui trong khoảnh khắc này, có thể là nguồn đau khổ trong khoảnh khắc kế tiếp. Khi thấy một hình sắc, nghe một âm thanh, ngửi một mùi, nếm một vị, hay nhận thức một ý nghĩ, chúng ta thường bị các đối tượng của giác quan và trần cảnh kích thích, cũng như cảm thấy ít nhiều thỏa thích. Tuy nhiên, chúng chỉ là những hiện tượng phù du tạm bợ, vừa phát sanh đã hoại diệt. Hạnh phúc thật sự không đến với chúng ta bằng cách bám víu hay nắm chắc lấy những vật vô tri hay hữu tri, mà chỉ đạt được bằng hạnh buông bỏ. Đức Phật đã từ bỏ cung vàng điện ngọc, vợ đẹp con ngoan, uy quyền tột đỉnh, để cuối cùng Ngài đạt được giác ngộ và giải thoát, chúng ta há có con đường nào khác?

*Thứ tư là Khinh An Giác Chi:* Khinh an có nghĩa là an hay vắng lặng an tĩnh. Có nhiều người tâm luôn ở trạng thái dao động, luôn chạy lung tung hết nơi này đến nơi khác không ngừng nghỉ. Khi tâm bị tán loạn thì chúng ta không thể nào kiểm soát được hành động của chính mình. Ngược lại, chúng ta bắt đầu hành động theo sự ngông cuồng và tưởng tượng, chẳng ý thức được sự tốt xấu của việc mình đang làm. Có hai loại khinh an: thân an có nghĩa sự an tịnh của toàn thể các tâm sở, chớ không riêng phần thân thể vật chất. Nói cách khác, đây là trạng thái an tĩnh vắng lặng của sắc uẩn, thọ uẩn, tưởng uẩn, và hành uẩn; tâm an, hay trạng thái an tĩnh vắng lặng của thức uẩn. Người đã trau dồi tâm khinh an vắng lặng sẽ không còn phiền lụy, bối rối hay cảm kích khi phải đương đầu với tám pháp thăng trầm của thế gian, vì người ấy nhận thức được trạng thái phát sanh và hoại diệt, cũng như

tánh cách mong manh nhất thời của vạn hữu. Tâm khinh an vắng lặng là việc rất khó thực hiện vì tâm luôn có khuynh hướng không bao giờ ở yên một chỗ. Rất khó cột và kéo tâm trở lại. Kinh Pháp Cú, từ câu 33 đến 36, Đức Phật đã dạy: “Tâm ở trong trạng thái giống như con cá mới bị bắt ra khỏi nước và bị vớt lên đất khô. Nó luôn phóng nhảy bất định.” Sự bình tĩnh và trầm lặng không phải là một thái độ hèn yếu. Chỉ có những con người có văn hóa mới làm được chuyện này. Bình tĩnh trầm lặng trước thuận cảnh không phải là điều khó, điều khó ở đây là người Phật tử phải luôn giữ tâm an tĩnh vắng lặng trước mọi nghịch cảnh. Làm được như vậy mới mong thành đạt được giác ngộ và giải thoát.

*Thứ năm là Niệm Giác Chi:* Niệm Giác chi hay trạng thái chánh niệm tỉnh thức qua quán sát. Đây là phương tiện hữu hiệu nhất để làm chủ lấy mình. Ngoài ra, Niệm Giác Chi còn có nghĩa là ‘sức mạnh của sự quán sát’, và chức năng của chánh niệm là giữ cho đối tượng luôn nằm trong tầm quán sát của mình, không quên nó, mà cũng không cho nó biến khỏi tầm quán sát của mình. Một khi chánh niệm có mặt thì đối tượng sẽ được ghi nhận không bị quên lãng. Niệm giác chi bao gồm thân niệm xứ hay quán thân bất tịnh. Thọ niệm xứ hay quán thọ thị khổ; tâm niệm xứ hay quán tâm vô thường; pháp niệm xứ hay quán pháp vô ngã. Con người không thể có chánh niệm nếu không kiểm soát những tác động của thân, khẩu và ý của mình. Nói cách khác, nếu không tinh chuyên hành trì giới luật thì không bao giờ có thể nói đến tỉnh thức được. Trong Kinh Trường A Hàm, lời di huấn tối hậu của Đức Phật trước khi Ngài nhập Niết Bàn là: “Tất cả các pháp hữu vi đều vô thường. Hãy kiên trì chánh niệm để thành đạt giải thoát. Ngài Xá Lợi Phất trước khi nhập diệt cũng đã khuyên nhủ tứ chúng: “Hãy kiên trì chánh niệm để thành đạt giải thoát.” Trong Kinh Tăng Nhất A Hàm, Đức Phật đã dạy: “Này chư Tỳ Kheo, Như Lai không thấy một pháp nào mà có nhiều năng lực như sự chuyên cần chú niệm, để làm phát sinh những tư tưởng thiện chưa phát sanh, và làm tan biến những tư tưởng bất thiện đã phát sanh. Với người hằng có chánh niệm, những tư tưởng thiện, nếu chưa sanh sẽ phát sanh, và những tư tưởng bất thiện, nếu đã phát sanh sẽ tan biến.”

*Thứ sáu là Định Giác Chi:* Định Giác Chi là khả năng giữ tâm tập trung không tán loạn. Định chính là tâm sở nằm trên đối tượng quán sát. Định cũng ghìm tâm vào đối tượng, xuyên thấu và nằm trong đối



tượng đó. Bản chất của định là không tách rời, không tán loạn, không phân tán. Tâm định là tâm dán chặt vào đối tượng, chìm trong đối tượng và duy trì sự tĩnh lặng ngay trong đối tượng. Khi tu tập thiền quán, hành giả dán chặt tâm mình vào đối tượng hay quán sát trực tiếp các hiện tượng để thấy rõ bản chất thật của chúng mà không dựa vào sự suy nghĩ hay phân tích nào cả. Mặc dầu thời điểm định chỉ là tạm thời, nhưng định có thể khởi sinh từ thời điểm này qua thời điểm khác không gián đoạn nếu chúng ta chịu khó tu tập liên tục. Bên cạnh đó, định còn có khả năng gom tụ các tâm sở khác lại với nhau, không cho chúng phân tán hay tách rời nhau. Nhờ vậy mà tâm an trụ vững chãi trong đối tượng. Tâm an trụ và tập trung vào đề mục hành thiền. Một khi tâm yên tịnh và tĩnh lặng thì trí tuệ phát sinh và từ đó chúng ta có thể nhìn thấy sự vật đúng theo chân tướng của nó. Do đó, định giác chi là nguyên nhân gần nhất của sự phát sanh ra trí tuệ. Tâm an trụ có khả năng chế ngự được năm pháp triền cái (tham dục, Sân hận, hôn trầm thụy miên, trạo cử hối quá, và nghi hoặc triền cái), vì từng bước từng bước, trí tuệ sẽ ngang càng xuyên thấu vào chân lý. Chừng đó, hành giả sẽ trực nhận được bản chất vô thường, khổ và vô ngã của vạn hữu, và từ đó không có triền cái nào còn có thể chế ngự được mình nữa. Người hành thiền hay người có nguyện vọng thành tựu giác ngộ, phải đương đầu với rất nhiều chướng ngại, đặc biệt là năm pháp gây trở ngại mạnh mẽ trong việc định tâm, và chặn ngang con đường giải thoát. Định là trạng thái tâm ổn định vững chắc, có thể ví như ngọn đèn vững ngọn, không dao động, ở một nơi không có gió. Định có khả năng giữ các tâm sở trong trạng thái quân bình. Định giữ cho tâm ngay thẳng, không lay chuyển; tiêu trừ khát vọng chẳng những giúp tâm không vọng động, mà còn giúp mang lại sự thanh tịnh nơi tâm. Người quyết tâm trau dồi “định” phải nghiêm trì giới luật, vì chính giới đức đạo hạnh nuôi dưỡng đời sống tâm linh và làm cho tâm an trụ vắng lặng.

*Thứ bảy là Xả Giác Chi:* Xả Giác Chi là hoàn toàn xả bỏ, nghĩa là tâm không còn bị quấy nhiễu bởi nội chướng hay ngoại trần. Thuật ngữ Bắc Phạn ‘Upeksa’ có nghĩa là bình thản, trầm tĩnh, vô tư, không thành kiến, không lệch lạc, không thiên vị. Trong thiền định, tâm xả là tâm luôn giữ một thái độ không thành kiến và trầm tĩnh trước những khó khăn và thử thách. Tâm xả là cái tâm giữ được quân bình về năng lực, và có thể đạt được qua công phu tu tập hằng ngày. Theo Vi Diệu Pháp,

“xả” có nghĩa là trung lập, không thiên vị bên nào. Đó là trạng thái tâm quân bình chứ không phải tâm lãnh đạm thờ ơ, hay thản nhiên đứng đưng. Đây là kết quả của tâm định an tĩnh vắng lặng. Theo Đức Phật, phương cách hay nhất khiến cho tâm xả nảy phát sanh là có sự chú tâm sáng suốt và chánh niệm liên tục. Một khi tâm xả được phát triển thì tâm xả trước sẽ tạo ra tâm xả kế tiếp và cứ như vậy mà tiếp diễn liên tục. Trong xã hội loạn động hôm nay, con người khó mà tránh khỏi những chao động khi phải va chạm thường xuyên với những thăng trầm của cuộc sống; tuy nhiên, người đã tu tập được “xả giác chi” này không còn nghe phiền lụy bức mình nữa. Giữa những phong ba bão táp của cuộc đời như lợi lộc, lỗ lỗ, danh thơm, tiếng xấu, tán tụng, chê trách, hạnh phúc và khổ đau, người có tâm xả không bao giờ bị lay động. Hành giả tu tập thiền định có khả năng xả bỏ để hiểu rằng trên đời này không có ai làm chủ được bất cứ thứ gì cả. Trong Kinh Pháp Cú, câu 83, Đức Phật đã từng dạy: “Người tốt buông xả tất cả. Bậc Thánh nhân không nghĩ đến ái dục. Dầu hạnh phúc hay đau khổ bậc thiện trí không bồng bột cũng không để tinh thần suy sụp.” Người đã tu tập và trau dồi được tâm xả, luôn bình thản và tránh được bốn con đường sai lạc: tham ái, sân hận, yếu hèn và si mê. Người tu tập và trau dồi được tâm xả luôn nhìn chúng sanh mọi loài một cách bình đẳng, không thiên vị.

### **B. Tứ Chánh Cần:**

Tứ Chánh Cần là bốn phép siêng năng diệt trừ tội ác và phát triển điều thiện. *Thứ nhất* 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. *Thứ nhì* là 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. *Thứ ba* 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. *Thứ tư* là tinh tấn dứt trừ những điều ác đã phát sanh. Điều

dữ đã sanh, phải tinh cần dứt trừ đi. 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 đã sanh được diệt trừ.

### C. *Tứ Như Ý Túc:*

Tứ Như Ý Túc hay Tứ Thần Túc, hay bốn điều nên biết đủ mà Đức Phật đã dạy chúng đệ tử nhằm trang bị họ những thứ cần thiết để đi đến thành công viên mãn trên đường tu tập. Đức Phật gọi là ‘Tứ Như Ý Túc’ vì đó là những con đường dẫn chúng ta đi tới. Đây là bốn phẩm hạnh đặc thù trong cá tính của chúng ta, mà mỗi phẩm hạnh phản ảnh một sức mạnh đặc biệt. Hành giả tu thiền nên biết phẩm hạnh nào là ưu điểm của mình, từ đó mình có thể dựa trên sức mạnh sẵn có đó mà phát triển thêm những gì cần phải tu tập. Một trong những thách thức lớn nhất của hành giả tu Thiền là thực hiện được mục đích giải thoát, và làm sao mang những đức tính giải thoát ấy hòa quyện vào từng phút giây hiện tại của đời sống của chúng ta. Con đường của sự tỉnh thức của chúng ta phải liên tục trong từng giây từng phút hiện tại và ngay tại nơi này, ngay trong kiếp này!

*Thứ nhất là Dục Như Ý Thần Túc:* Mong muốn phát triển thân thông như ý. Nuôi dưỡng ý chí tu tập thiền định trong cuộc sống hằng ngày của chúng ta. Một khi chúng ta có được phẩm hạnh này, chúng ta sẽ có cảm giác là không có bất cứ thứ gì có thể ngăn trở được ý chí tu hành của mình nữa. Hơn nữa, khi có được ‘Dục Như Ý Túc’, chúng ta sẽ không bao giờ cảm thấy toại nguyện nếu chưa đạt được mục tiêu mà mình muốn. Đây là một hoài bão tu tập hay nhiệt tâm mãnh liệt đưa ta đến thành công. Ở đây, vị Tỳ Kheo tu tập dục thần túc, câu hữu với tinh tấn thực hiện Dục Thiền Định.

*Thứ nhì là Niệm Như Ý Thần Túc:* Mong muốn ghi nhớ phải thực hành chánh pháp, hay là tâm nguyện tu tập theo chánh pháp. Sự yêu thích chân lý này sẽ giữ cho tâm chúng ta lúc nào cũng hướng về tu tập. Niệm Như Ý Túc bao gồm một tâm thức thanh tịnh và sự nhiệt tâm vô tận. Niệm Như Ý Túc sẽ trở thành con đường dẫn đến tuệ giác khi nó tràn ngập tâm ta. Ở đây vị Tỳ Kheo tu tập tâm thần túc câu hữu với tinh tấn thực hiện Tâm Thiền Định. Một khi có Niệm Như Ý Túc, lúc nào chúng ta cũng tưởng nhớ đến đạo pháp và thực hành theo, trên đời này không có thứ gì quan trọng hơn sự tu tập nữa.

*Thứ ba là Tinh Tấn Như Ý Thân Túc:* Đây là phẩm hạnh của nghị lực. Hành giả tu thiền có ‘Tinh Tấn Như Ý Túc’ chẳng những không sờn lòng trước những khó khăn mà còn cảm thấy hứng khởi vì những thách đố đó. Ở đây vị Tỳ Kheo tu tập cần thân túc câu hữu với tinh tấn thực hiện Tinh Tấn Thiền Định. Mà thật vậy, Đức Phật là một thí dụ điển hình cho phẩm hạnh này. 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. Hành giả tu thiền 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. Có hai cách để gia tăng tinh tấn: Tự mình tinh tấn, hoặc nhờ thiện hữu tri thức khích lệ. Trước khi thành đạo, khi Ngài vẫn còn trên đường tu tập tìm chơn lý, Ngài đã cương quyết rằng: “Nếu mục tiêu có thể đạt được bằng sự cố gắng của con người, ta sẽ không bao giờ ngừng nghỉ hay thối chuyển cho đến ngày thành đạt. Cho dầu chỉ còn lại da bọc xương, cho dầu thịt máu có khô cạn, ta nhất định sẽ không thối lui sự tinh tấn của mình, cho đến ngày nào ta đạt được những gì có thể đạt được bằng khả năng, bằng sự cố gắng và kiên trì của con người”.

*Thứ tư là Tư Duy Như Ý Thân Túc:* Tư Duy Như Ý Túc là mong muốn nhiếp tâm vào một đề mục. Có một số người rất hứng thú với việc hiểu thấu những khía cạnh sâu xa và uyên thâm của giáo pháp. Học không mãn nguyện với những hiểu biết bề ngoài. Ở đây vị Tỳ Kheo tu tập quán thân túc câu hữu với tinh tấn thực hiện Tư Duy Thiền Định, vì loại tâm này quán chiếu được sự bao la của cõi ta bà, của vòng luân hồi sanh tử, của các cõi sanh linh, cũng như những liên lụy trong cuộc sống của chúng ta trong thế giới này. Hành giả tu tập tuệ tư duy để nhận biết rõ ràng về sự hoại diệt của các hiện tượng, từ đó chúng ta sẽ có trực giác về vô thường, khổ và vô ngã.

#### **D. Ngũ Căn:**

Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có năm căn. Đây 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.

*Thứ nhất là Tín Căn:* Tin tưởng vững chắc nơi Tam Bảo và Tứ Diệu Đế. Tín căn còn có nghĩa là cái tâm tín thành. Niềm tin trong tôn giáo, không giống như việc học hỏi kiến thức, không thể khiến con người có khả năng cứu độ kẻ khác cũng như chính mình nếu người ấy chỉ hiểu tôn giáo về lý thuyết suông. Khi người ấy tin tự đáy lòng thì đức tin ấy sẽ tạo ra năng lực. Sự tín thành của một người không thể gọi là chân thật nếu người ấy chưa đạt được một trạng thái tâm thức như thế.

*Thứ nhì là Tấn Căn:* Tinh tấn tu tập thiện pháp. Tấn căn có nghĩa là cái tinh thần tinh tấn đơn thuần và liên tục. Chỉ riêng lòng tín thành thì không đủ. Đời sống tôn giáo của chúng ta không thể là chân thực nếu chúng ta chưa duy trì lòng tín thành một cách đơn thuần và không ngừng nghỉ nỗ lực để tinh thần tôn giáo của chúng ta không bị yếu đi hay bị mất năng lực.

*Thứ ba là Niệm Căn:* Nhớ tới chánh niệm. Niệm căn chỉ cái tâm luôn luôn hội tụ vào Đức Phật. Nói một cách thực tiễn, dĩ nhiên, chúng ta không thể hoàn toàn quên Đức Phật dù chỉ trong giây lát. Khi một học sinh chuyên chú học tập hay khi một người lớn miệt mài trong công việc, họ phải tập trung vào một đối tượng. Thực hành Phật pháp cũng như thế. Trong khi chuyên chú vào đối tượng riêng biệt, chúng ta suy nghĩ: “Ta được Đức Phật Thích Ca cho sống.” Khi chúng ta hoàn thành một công việc khó khăn và cảm thấy thanh thản, chúng ta cảm ơn Đức Phật, “Con thật quá may mắn, con được Đức Phật hộ trì.” Khi một ý nghĩ xấu lóe lên trong đầu hay khi bỗng dưng chúng ta cảm thấy nóng giận, chúng ta liền tự xét mình mà nghĩ: “Đây có phải là con đường đưa đến Phật quả chăng?” Cái tâm mọi lúc đều giữ lấy Đức Phật bên trong là “niệm căn.”

*Thứ tư là Định Căn:* Định tâm lại một chỗ hay chuyên chú tâm vào một chỗ. Định căn là một cái tâm xác định. Một khi ta có lòng tin tôn giáo, chúng ta không bao giờ bị xao động vì bất cứ điều gì, dù thế nào đi nữa. Ta kiên nhẫn chịu đựng mọi sự ngược đãi và dụ dỗ, và ta vẫn

mãi tin vào chỉ một tôn giáo mà thôi. Ta phải duy trì mãi sự quả quyết vững chắc như thế mà không bao giờ nản chí. Nếu chúng ta không có một thái độ tâm thức như thế thì chúng ta không thể được gọi là những con người với niềm tin tôn giáo.

*Thứ năm là Huệ Căn:* Trí tuệ sáng suốt không vọng tưởng hay sự hiểu biết hay suy nghĩ chân 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 bị ràng buộc vào một ham muốn ích kỷ, nhỏ nhặt, 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.

#### ***E. 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. Lực Ba La Mật được phát triển ở địa thứ tám của Bồ Tát Địa. Ngoài ra, có mười lực mà người ta nói là duy nhất để giác ngộ thành Phật: 1) biết cái gì có thể và cái gì không thể, hoặc cái gì đúng, cái gì sai; 2) lực biết báo chướng trong tam thế (quá khứ, hiện tại, và vị lai); 3) lực biết tất cả định lực, giải thoát và thành tựu; 4) lực biết tất cả căn tánh của chúng sanh; 5) lực biết được sự hiểu biết của chúng sanh; 6) lực biết hết các cảnh giới của chúng sanh; 7) lực biết hết phần hành hữu lậu của lực đạo và biết luôn cả niết bàn; 8) lực biết tất cả các trụ xứ của các đời quá khứ; 9) lực biết sanh tử; 10) lực biết các lậu hoặc đã bị đoạn tận. Ngũ lực bao gồm tín lực hay là sức mạnh của lòng tin

có khả năng loại bỏ mọi tà tín; tấn lực hay sức mạnh của nghị lực giúp chúng ta vượt thắng mọi trở lực; niệm lực hay sức mạnh của sự cảnh giác hay là sự chú tâm đạt được nhờ thiền định; định lực hay sức mạnh của Tam Ma địa nhằm loại bỏ đam mê dục vọng; và huệ lực hay sức mạnh của trí năng, dựa vào chân lý Tứ Diệu Đế dẫn đến nhận thức đúng và giải thoát.

#### ***F. 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. Có lối bốn mươi pháp Thiền như vậy được liệt kê trong Thanh Tịnh Đạo Luận (Visuddhi-Magga) bao gồm Tứ Vô Lượng Tâm, Mười Bất Tịnh, Bồ Vô Sắc, Mười Biến Xứ, Mười Niệm, Một Tưởng và Một Tưởng.

*Thứ nhất là Thân Niệm Xứ (Quán Thân Bất Tịnh):* Quán và toàn chứng được thân này bất tịnh. Vì điên đảo mộng tưởng mà đa số chúng ta đều cho rằng thân này quý báu hơn hết. Nên thân này cần phải được ăn ngon mặc đẹp. Chính vì vậy mà chúng ta vật lộn với cuộc sống hằng ngày. Đời sống hằng ngày không còn là nơi an ổn nữa, mà trở thành đấu trường của tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng, ty hiềm, ganh ghét và vô minh. Từ đó ác nghiệp được từ từ kết tạo. Người tu chân thuần phải quán thân từ mắt, tai, mũi, lưỡi, miệng, hậu môn, vân vân đều là bất tịnh. Khi ngồi chúng ta nên quán tưởng thân này là bất tịnh, được bao phủ bởi một cái túi da nhơ nhớp, bên trong như thịt, mỡ, xương, máu, đàm, và những chất thừa thải mà không một ai dám đụng tới. Thân này, nếu không được tắm rửa bằng nước thơm dầu thơm và xà bông thơm, thì chắc chắn không ai dám tới gần. Hơn nữa, thân này đang hoại diệt từng phút từng giây. Khi ta ngừng thở thì thân này là cái gì nếu không phải là cái thân ma? Ngày đầu thì thân ma bắt đầu đổi màu. Vài ngày sau đó thân thấy ra mùi hôi thúi khó chịu. Lúc này, dù là thân của một nữ tú hay nam thanh lúc còn sanh thời, cũng không ai dám đến gần. Người tu Phật nên quán thân bất tịnh để đối trị với tham ái, ích kỷ, và kiêu ngạo, vân vân. Một khi ai trong chúng ta cũng đều hiểu rằng thân này đều giống nhau cho mọi loài thì chúng ta sẽ dễ thông hiểu, kham nhẫn và từ bi hơn với mình và với người. Sự phân biệt giữa người già, người phế tật, và các

chúng tộc khác sẽ không còn nữa. Như trên ta thấy khi quán thân thì thân này là bất tịnh. Nó bị coi như là một cái túi da đựng đầy những rác rưởi dơ bẩn, và chẳng bao lâu thì nó cũng bị tan rã. Vì vậy chúng ta không nên luyến chấp vào thân này. Bản chất của thân tâm chúng ta là bất tịnh, chứ không đẹp mà cũng chẳng Thánh thiện. Theo quan điểm tâm sinh lý thì thân thể con người là bất tịnh. Điều này không có nghĩa tiêu cực hay bi quan. Khách quan mà nói về thân thể con người, nếu chúng ta xem xét cho kỹ thì sẽ thấy rằng sự kết thành của thân này từ tóc, máu, mủ, phân, nước tiểu, ruột, gan, bao tử, vân vân, là hang ổ của vi khuẩn, là những nơi mà bệnh tật chờ phát triển. Thật vậy, thân chúng ta bất tịnh và bị hoại diệt từng phút từng giây. Quán thân cấu uế bất tịnh, phủ nhận ý nghĩ về “tịnh.” Ở đây vị Tỳ Kheo quán thân trên thân, tỉnh cần, tỉnh giác, chánh niệm để nhiếp phục tham sân trên đời.

*Thứ nhì là “Thọ Niệm Xứ” (Quán thọ thị khổ):* Quán và toàn chứng được những cảm thọ là xấu xa, dù là cảm thọ khổ đau, vui sướng hay trung tính. Quán rằng cảm thọ là đau khổ. Có ba loại cảm thọ là vui sướng, khổ đau và trung tính; tuy nhiên, Phật dạy mọi cảm thọ đều đau khổ vì chúng vô thường, ngắn ngủi, không nắm bắt được, và do đó chúng là không thật, ảo tưởng. Hơn nữa, khi chúng ta nhận của ai cái gì thì lẽ đương nhiên là chúng ta phải làm cái gì đó để đền trả lại. Rất có thể chúng ta phải trả giá cao hơn cho những gì mà chúng ta đã nhận. Tuy nhiên, sự nhận về phần vật chất vẫn còn dễ nhận ra để đề phòng hơn là sự cảm thọ tinh thần, vì cảm thọ là một hình thức thọ nhận mà phần đông chúng ta đều vướng bẫy. Nó rất vi tế, nhưng hậu quả tàn phá của nó thật là khốc liệt. Thường thì chúng ta cảm thọ qua sáu căn. Thí dụ như khi nghe ai nói xấu mình điều gì thì mình lập tức nổi trận lôi đình. Thấy cái gì có lợi thì mình bèn ham muốn. Tham sân là hai thứ thống trị những sinh hoạt hằng ngày của chúng ta mà chúng ta không tài nào kiểm soát chúng được nếu chúng ta không có tu. Quán thọ thị khổ dần dần giúp chúng ta kiểm soát được những cảm thọ cũng như thanh tịnh tâm của chúng ta, kết quả sẽ làm cho chúng ta có được an lạc và tự tại. Chúng ta kinh qua những cảm thọ tốt và xấu từ ngũ quan. Nhưng cảm thọ tốt chẳng bao lâu chúng sẽ tan biến. Chỉ còn lại những cảm thọ xấu làm cho chúng ta khổ đau phiền não. Không có thứ gì trên cõi đời này hiện hữu riêng lẽ, độc lập hay trường cửu. Vạn hữu kể cả thân thể con người chỉ là sự kết hợp của tứ đại đất, nước, lửa, gió. Khi bốn thứ này liên hợp chặt chẽ thì được yên vui, ví bằng có sự



trục trặc là khổ. Quán thọ thị khổ để phủ nhận ý nghĩ về “lạc.” Ở đây vị Tỳ Kheo quán thọ trên các cảm thọ; thọ thị khổ, từ đó tinh cần, tỉnh giác, chánh niệm để nhiếp phục tham sân trên đời. Theo Kinh Niệm Xứ, quán thọ quán pháp niệm thọ có nghĩa là tỉnh thức vào những cảm thọ: vui sướng, khổ đau và không vui không khổ. Khi kinh qua một cảm giác vui, chúng ta biết đây là cảm giác vui bởi chính mình theo dõi quan sát và hay biết những cảm thọ của mình. Cùng thế ấy chúng ta cố gắng chứng nghiệm những cảm giác khác theo đúng thực tế của từng cảm giác. Thông thường chúng ta cảm thấy buồn chán khi kinh qua một cảm giác khổ đau và phấn chấn khi kinh qua một cảm giác vui sướng. Quán pháp niệm thọ sẽ giúp chúng ta chứng nghiệm tất cả những cảm thọ một cách khách quan, với tâm xả và tránh cho chúng ta khỏi bị lệ thuộc vào cảm giác của mình. Nhờ quán pháp niệm thọ mà chúng ta thấy rằng chỉ có thọ, một cảm giác, và chính cái thọ ấy cũng phù du tạm bợ, đến rồi đi, sanh rồi diệt, và không có thực thể đơn thuần nguyên vẹn hay một tự ngã nào cảm thọ cả. Theo Kinh Tứ Niệm Xứ trong Kinh Trung Bộ, Đức Phật dạy: “Này các Tỳ Kheo, như thế nào là Tỳ Kheo sống quán niệm cảm thọ trên các cảm thọ? Này các Tỳ Kheo, ở đây Tỳ Kheo khi cảm giác lạc thọ, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ khoái lạc.” Mỗi khi có một cảm thọ đau khổ, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ đau khổ.” Mỗi khi có một cảm thọ không khoái lạc cũng không đau khổ, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ không khoái lạc cũng không đau khổ.” Khi có một cảm thọ khoái lạc vật chất, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ khoái lạc vật chất.” Khi có một cảm thọ khoái lạc tinh thần, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ khoái lạc tinh thần.” Khi có một cảm thọ khổ đau vật chất, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ khổ đau vật chất.” Khi có một cảm thọ khổ đau tinh thần, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ khổ đau tinh thần.” Khi có một cảm thọ vật chất không khoái lạc cũng không khổ đau, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ vật chất không khoái lạc cũng không đau khổ.” Khi có một cảm thọ tinh thần không khoái lạc cũng không khổ đau, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ tinh thần không khoái lạc cũng không khổ đau.” Như vậy vị ấy sống quán niệm cảm thọ trên các nội thọ; hay sống quán niệm cảm thọ trên các ngoại thọ; hay sống quán niệm cảm thọ thể trên cả nội thọ lẫn ngoại thọ. Hay vị ấy sống quán niệm tánh sanh khởi trên các thọ; hay sống quán niệm tánh

diệt tận trên các thọ. Hay sống quán niệm tánh sanh diệt trên các thọ. “Có thọ đây, vị ấy an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hưởng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Này các Tỳ Kheo, như vậy là Tỳ Kheo sống quán niệm cảm thọ trên các cảm thọ.” Tu Tập Thọ Niệm Xứ là quán và toàn chứng được những cảm thọ là xấu xa, dù là cảm thọ khổ đau, vui sướng hay trung tính. Chúng ta kinh qua những cảm thọ tốt và xấu từ ngũ quan. Nhưng cảm thọ tốt chẳng bao lâu chúng sẽ tan biến. Chỉ còn lại những cảm thọ xấu làm cho chúng ta khổ đau phiền não. Không có thứ gì trên cõi đời này hiện hữu riêng lẻ, độc lập hay trường cửu. Vạn hữu kể cả thân thể con người chỉ là sự kết hợp của tứ đại đất, nước, lửa, gió. Khi bốn thứ này liên hợp chặt chẽ thì được yên vui, ví bằng có sự trục trặc là khổ. Quán thọ thị khổ để phủ nhận ý nghĩ về “lạc.” Ở đây vị Tỳ Kheo quán thọ trên các cảm thọ; thọ thị khổ, từ đó tỉnh cần, tỉnh giác, chánh niệm để nhiếp phục tham sân trên đời.

*Thứ ba là Tâm Niệm Xứ (Quán Tâm Vô Thường):* Quán và toàn chứng được tâm là vô thường. Quán thấy tâm ngắn ngủi vô thường. Nhiều người cho rằng tâm họ không thay đổi vì thế cho nên họ luôn chấp vào những gì họ nghĩ và tin rằng đó là chân lý. Rất có thể một số cũng thấy tâm mình luôn thay đổi, nhưng họ không chấp nhận mà cứ lờ đi. Người tu Phật nên quán sát tâm thiện, tâm ác của ta đều là tướng sanh diệt vô thường không có thực thể. Tất cả các loại tâm sở tướng nó chợt có chợt không, chợt còn chợt mất thì làm gì có thật mà chấp là tâm mình. Trong khi ngồi thiền định, người ta sẽ có cơ hội nhận ra rằng tâm này cứ tiếp tục nhảy nhót còn nhanh hơn cả những hình ảnh trên màn ảnh xi nê. Cũng chính vì vậy mà thân không an vì phải luôn phản ứng theo những nhịp đập của dòng suy tưởng. Cũng chính vì vậy mà con người ta ít khi được tĩnh lặng và chiêm nghiệm được hạnh phúc thật sự. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng tâm không phải là một thực thể của chính nó. Nó thay đổi từng giây. Chính vì thế mà Phật đã dạy rằng tâm của phàm phu như con vượn chuyền cây, như gió, như điện chớp hay như giọt sương mai trên đầu cỏ. Pháp quán này giúp cho hành giả thấy được mọi sự mọi vật đều thay đổi từ đó có khả năng dứt trừ được bệnh chấp tâm sở là thật của ta. Vô thường là bản chất chính yếu của vạn hữu. Vạn hữu kể cả thân tâm con người vô thường, từng giây từng phút biến đổi. Tất cả đều phải trải qua tiến trình sinh trụ dị diệt. Quán tâm vô thường, phủ nhận ý nghĩ về “thường.” Ở đây vị Tỳ

Kheo quán tâm trên tâm, tinh cần, tỉnh giác, chánh niệm để nhiếp phục tham sân trên đời. Tuy nhiên, chúng ta phải *quán Cái Tâm Nào?* Hành giả tu tập đi tìm tâm mình. Nhưng tìm cái tâm nào? Có phải tìm tâm tham, tâm giận hay tâm si mê? Hay tìm tâm quá khứ, vị lai hay hiện tại? Tâm quá khứ không còn hiện hữu, tâm tương lai thì chưa đến, còn tâm hiện tại cũng không ổn. Theo Kinh Tứ Niệm Xứ trong Kinh Trung Bộ, Đức Phật dạy: “Này Ca Diếp, tâm không thể nắm bắt từ bên trong hay bên ngoài, hoặc ở giữa. Tâm vô tướng, vô niệm, không có chỗ sở y, không có nơi quy túc. Chư Phật không thấy tâm trong quá khứ, hiện tại và vị lai. Cái mà chư Phật không thấy thì làm sao mà quán niệm cho được? Nếu có quán niệm chẳng qua chỉ là quán niệm về vọng tưởng sinh diệt của các đối tượng tâm ý mà thôi.” Tâm như một ảo thuật, vì vọng tưởng điên đảo cho nên có sinh diệt muôn trùng. Tâm như nước trong dòng sông, không bao giờ dừng lại, vừa sinh đã diệt. Tâm như ngọn lửa đèn, do nhân duyên mà có. Tâm như chớp giật, lóe lên rồi tắt. Tâm như không gian, nơi muôn vật đi qua. Tâm như bạn xấu, tạo tác nhiều lầm lỗi. Tâm như lưỡi câu, đẹp nhưng nguy hiểm. Tâm như ruồi xanh, ngó tưởng đẹp nhưng lại rất xấu. Tâm như kẻ thù, tạo tác nhiều nguy hiểm. Tâm như yêu ma, tìm nơi hiểm yếu để hút sinh khí của người. Tâm như kẻ trộm hết các căn lành. Tâm ưa thích hình dáng như con mắt thiêu thân, ưa thích âm thanh như trống trận, ưa thích mùi hương như heo thích rác, ưa thích vị ngon như người thích ăn những thức ăn thừa, ưa thích xúc giác như ruồi sa đĩa mật. Tìm tâm hoài mà không thấy tâm đâu. Đã tìm không thấy thì không thể phân biệt được. Những gì không phân biệt được thì không có quá khứ, hiện tại và vị lai. Những gì không có quá khứ, hiện tại và vị lai thì không có mà cũng không không. Hành giả tìm tâm bên trong cũng như bên ngoài không thấy. Không thấy tâm nơi ngũ uẩn, nơi tứ đại, nơi lục nhập. Hành giả không thấy tâm nên tìm dấu của tâm và quán niệm: “Tâm do đâu mà có?” Và thấy rằng: “Hễ khi nào có vật là có tâm.” Vậy vật và tâm có phải là hai thứ khác biệt không? Không, cái gì là vật, cái đó cũng là tâm. Nếu vật và tâm là hai thứ hóa ra có đến hai tầng. Cho nên vật chính là tâm. Vậy thì tâm có thể quán tâm hay không? Không, tâm không thể quán tâm. Lưỡi gươm không thể tự cắt đứt lấy mình, ngón tay không thể tự sờ mình, cũng như vậy, tâm không thể tự quán mình. Bị dẫn ép tứ phía, tâm phát sinh, không có khả năng an trú, như con vượn chuyền cành, như hơi gió thoảng qua. Tâm không có tự thân,

chuyển biến rất nhanh, bị cảm giác làm dao động, lấy lục nhập làm môi trường, duyên thứ này, tiếp thứ khác. Làm cho tâm ổn định, bất động, tập trung, an tĩnh, không loạn động, đó gọi là quán tâm vậy. Tóm lại, quán Tâm nói lên cho chúng ta biết tầm quan trọng của việc theo dõi, khảo sát và tìm hiểu tâm mình và của sự hay biết những tư tưởng phát sanh đến với mình, bao gồm những tư tưởng tham, sân, và si, là nguồn gốc phát khởi tất cả những hành động sai trái. Qua pháp niệm tâm, chúng ta cố gắng thấu đạt cả hai, những trạng thái bất thiện và thiện. Chúng ta quán chiếu, nhìn thấy cả hai mà không dính mắc, luyến ái, hay bất mãn khó chịu. Điều này sẽ giúp chúng ta thấu đạt được cơ năng thật sự của tâm. Chính vì thế mà những ai thường xuyên quán tâm sẽ có khả năng học được phương cách kiểm soát tâm mình. Pháp quán tâm cũng giúp chúng ta nhận thức rằng cái gọi là “tâm” cũng chỉ là một tiến trình luôn biến đổi, gồm những trạng thái tâm cũng luôn luôn biến đổi, và trong đó không có cái gì như một thực thể nguyên vẹn, đơn thuần gọi là “bản ngã” hay “ta.” Theo Kinh Tứ Niệm Xứ trong Kinh Trung Bộ, Đức Phật dạy: “Này các Tỳ Kheo, như thế nào là Tỳ Kheo sống quán niệm tâm thức nơi tâm thức? Này các Tỳ Kheo, mọi khi nơi tâm thức có tham dục, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang có tham dục. Mỗi khi tâm thức không có tham dục, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình không có tham dục. Mỗi khi trong tâm thức mình có sân hận, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang có sân hận. Mỗi khi tâm thức của mình không có sân hận, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang không có sân hận. Mỗi khi tâm thức mình có si mê, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang si mê. Mỗi khi tâm thức của mình không có si mê, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang không có si mê. Mỗi khi tâm thức mình có thu nhiếp, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang có thu nhiếp. Mỗi khi tâm thức mình tán loạn, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang tán loạn. Mỗi khi tâm thức mình trở thành khoáng đạt, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang trở thành khoáng đạt. Mỗi khi tâm thức mình trở nên hạn hẹp, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang trở nên hạn hẹp. Mỗi khi tâm thức mình đạt đến trạng thái cao nhất, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang đạt đến trạng thái cao nhất. Mỗi khi tâm thức mình không đạt đến trạng thái cao nhất, vị ấy ý thức rằng tâm thức mình không đạt đến trạng thái cao nhất. Mỗi khi tâm thức mình có định, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang có định. Mỗi khi tâm thức mình không có

định, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang không có định. Mỗi khi tâm thức mình giải thoát, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang giải thoát. Mỗi khi tâm thức mình không có giải thoát, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang không có giải thoát. Như vậy vị ấy sống quán niệm tâm thức trên nội tâm; hay sống quán niệm tâm thức trên cả nội tâm lẫn ngoại tâm. Hay vị ấy sống quán niệm tánh sanh khởi trên tâm thức; hay sống quán niệm tánh diệt tận trên tâm thức. Hay sống quán niệm tánh sanh diệt trên tâm thức. “Có tâm đây, vị ấy an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hưởng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Như các Tỳ Kheo, như vậy là Tỳ Kheo sống quán niệm tâm thức trên các tâm thức.”

*Thứ tư là Pháp Niệm Xứ (Quán pháp vô ngã):* Quán và toàn chứng vạn pháp vô ngã. Quán Pháp có nghĩa là tỉnh thức trên tất cả các pháp. Quán Pháp không phải là suy tư hay lý luận suông mà cùng đi chung với tâm tỉnh giác khi các pháp khởi diệt. Thí dụ như khi có tham dục khởi lên thì ta liền biết có tham dục đang khởi lên; khi có tham dục đang hiện hữu, ta liền biết có tham dục đang hiện hữu, và khi tham dục đang diệt, chúng ta liền biết tham dục đang diệt. Nói cách khác, khi có tham dục hay khi không có tham dục, chúng ta đều biết hay tỉnh thức là có hay không có tham dục trong chúng ta. Chúng ta nên luôn tỉnh thức cùng thể ấy với các triền cái (chướng ngại) khác, cũng như ngũ uẩn tử (chấp vào ngũ uẩn). Chúng ta cũng nên tỉnh thức với lục căn bên trong và lục cảnh bên ngoài. Qua quán pháp trên lục căn và lục cảnh, chúng ta biết đây là mắt, hình thể và những trói buộc phát sanh do bởi mắt và trần cảnh ấy; rồi tai, âm thanh và những trói buộc; rồi mũi, mùi và những trói buộc của chúng; lưỡi, vị và những trói buộc liên hệ; thân, sự xúc chạm và những trói buộc; ý, đối tượng của tâm và những trói buộc do chúng gây nên. Chúng ta luôn tỉnh thức những trói buộc do lục căn và lục trần làm khởi lên cũng như lúc chúng hoại diệt. Tương tự như vậy, chúng ta tỉnh thức trên thất bồ đề phần hay thất giác chi, và Tứ Diệu Đế, vân vân. Nhờ vậy mà chúng ta luôn tỉnh thức quán chiếu và thấu hiểu các pháp, đối tượng của tâm, chúng ta sống giải thoát, không bám víu vào bất luận thứ gì trên thế gian. Cuộc sống của chúng ta như vậy là cuộc sống hoàn toàn thoát khỏi mọi trói buộc. Hành giả tu thiền phải quán sát để thấy rằng chư pháp vô ngã và không có thực tướng. Mọi vật trên đời, vật chất hay tinh thần, đều tùy

thuộc lẫn nhau để hoạt động hay sinh tồn. Chúng không tự hoạt động. Chúng không có tự tánh. Chúng không thể tự tồn tại được. Thân thể con người gồm hàng tỷ tế bào nương tựa vào nhau, một tế bào chết sẽ ảnh hưởng đến nhiều tế bào khác. Cũng như vậy, nhà cửa, xe cộ, đường xá, núi non, sông ngòi đều được kết hợp bởi nhiều thứ chứ không tự tồn. Do vậy, mọi vật trên đời này đều là sự kết hợp của nhiều vật khác. Chẳng hạn như nếu không có chất bổ dưỡng, nước, và không khí thì thân thể này chắc chắn sẽ ốm o gầy mòn và cuối cùng sẽ bị hoại diệt. Chính vì vậy mà Đức Phật dạy rằng vạn pháp vô ngã, không, và vô thường. Hành giả nào thường quán pháp vô ngã thì những vị ấy sẽ trở nên khiêm nhường và đáng mến hơn. Thật vậy, vạn pháp không có thực tướng, chúng chỉ là sự kết hợp của tứ đại, và mỗi đại không có tự tánh, không thể đứng riêng lẻ, nên vạn pháp vô ngã. Quán pháp vô ngã, chúng chỉ nương tựa vào nhau để thành lập, từ đó phủ nhận ý nghĩ về “Ngã.” Ở đây vị Tỳ Kheo quán pháp trên các pháp, tinh cần, tỉnh giác, chánh niệm để nhiếp phục tham sân trên đời.

Theo Kinh Trung Bộ và Trường Bộ, Đức Phật dạy: “Này các Tỳ Kheo! Bất cứ ai tu tập bốn niệm xứ này trong bảy năm, vị ấy có thể đạt được một trong hai quả này: A La Hán trong hiện tại, hoặc quả Bất Hoàn trong vị lai. Này các Tỳ Kheo! Không kể gì bảy năm, nếu vị nào tu tập bốn niệm xứ này trong 6 năm, 5 năm, 4 năm, 3 năm, 2 năm hay một năm thì cũng có thể đạt được một trong hai quả vừa nói trên. Này các Tỳ Kheo! Không kể gì một năm, vị nào tu tập được tứ niệm xứ này trong 7 tháng, 6 tháng... hoặc nửa tháng, lại cũng có thể đạt được một trong hai quả vừa kể trên. Này các Tỳ Kheo! Không kể gì nửa tháng. Nếu vị nào tu tập bốn niệm xứ này trong một tuần, cũng có thể mong đạt được một trong hai quả vừa kể trên. Đây là con đường độc nhất, này các Tỳ Kheo, để thanh tịnh hóa chúng sanh, để nhiếp phục sáu bi, để đoạn tận khổ ưu, để thành đạt chánh đạo, để chứng đắc Niết Bàn, đó là tu tập Tứ Niệm Xứ.”

### **G. 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. Thuật ngữ “Đúng” trong Phật giáo có nghĩa là bất cứ suy nghĩ hay hành động nào không gây trở ngại, phiền não và đau khổ cho người và cho mình; mà ngược lại, sự suy nghĩ và hành động này sẽ đưa đến an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc cho mình và cho người. Chánh kiến là từ bỏ cách nhìn hướng về cái ngã của các sự vật và có cái thấy như thật của Đức Phật, nghĩa là vạn sự vạn vật không có tự tánh, không độc lập, mà hiện hữu do sự tổng hợp của nhau, cái này có thì cái kia có, cái này không thì cái kia không. Chánh tư duy là không thiên về thái độ quy ngã đối với sự vật, mà suy nghĩ về sự vật một cách đúng đắn. Chánh tư duy dạy chúng ta từ bỏ ba cái xấu để có được cái tâm độ lượng như tâm Phật: không tham muốn hay chỉ nghĩ đến sự thủ đắc cho riêng mình; không giận ghét hay không ưa thích khi sự việc xảy ra không như ý mình muốn; và không ác độc hay muốn được theo ý mình trong mọi sự. Chánh ngữ dạy chúng ta sử dụng ngôn từ đúng đắn trong đời sống hằng ngày và tránh bốn thứ xấu ác về miệng như nói dối, nói lưỡi hai chiều, nói lời vu khống và nói lời không cần thận. Chánh nghiệp là sự ứng xử hằng ngày phù hợp với giới luật của Đức Phật, nghĩa là phải 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 lệnh 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.

Phật tử, nhất là hành giả tu thiền nên luôn nhớ lời Phật dạy về “Bát Chánh Đạo” trong kinh Pháp Cú như sau: Bát Chánh Đạo là đạo thù thắng hơn các đạo. Tứ đế là lý thù thắng hơn các lý. Ly dục là pháp thù thắng hơn các pháp. Cụ nhân là bậc thù thắng hơn các bậc Thánh hiền (Pháp Cú 273). Chỉ có con đường này, chẳng còn con đường nào khác có thể làm cho tri kiến các người thanh tịnh. Các người thuận làm theo, thì bợn ma bị rối loạn (Pháp Cú 274). Các người thuận tu theo Chánh đạo trên này, thì khổ não sẽ dứt hết, và biết rằng Đạo ta nói có sức trừ diệt chông gay (Pháp Cú 275). Thận trọng lời nói, kèm chế ý nghĩ, thân không làm ác, ba nghiệp thanh tịnh, là được Đạo Thánh Nhơn (Pháp Cú 281).

### *Thirty Seven Aids to Enlightenment*

#### *I. An Overview of Thirty Seven Aids to Enlightenment:*

Thirty Seven Aids to Enlightenment mean thirty seven conditions leading to bodhi or Buddhahood. According to Zen master Dogen in the "Shobogenzo", the thirty-seven conditions favorable to enlightenment are the enlightened eyes, ears, the nostrils, the skin, flesh, bones, marrow, hands, feet, and face of the Buddhas and patriarchs. Moreover, enlightenment is the actualization of 1,369 (37x37) conditions. Practice zazen continually, and drop off body and mind. This is to say, each condition contains all other conditions. This means that there are innumerable conditions. Again, this is the life of each of us, moment after moment. Being impermanent, being devoid of self, life goes in this way, moment after moment, six-and-a-half billion



times a day; this is what is happening. Zen master Dogen says, "Realize this and you will be liberated, you will realize the unsurpassable Way, the life of the Buddha, the real wisdom." The very ancient teaching is this vivid dynamic life of the Buddhas and ancestors, which is no other than the life of each of us.

## ***II. A Summary of Thirty Seven Aids to Enlightenment:***

### ***A. The Seven Bodhi Shares:***

The Buddha always told His disciples: "All of the factors of enlightenment bring extraordinary benefits. 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.

Cultivators can not become enlightened by merely gazing into the sky or just look down on earth. Cultivators can not obtain the way by simply reading books or studying the scriptures, nor by thinking, nor by wishing for becoming Buddha. According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are seven Limbs (factors) of Enlightenment, or the seven Bodhi shares. They are necessary conditions or prerequisites which cause enlightenment to arise. Practicing the seven awakening states will result in the following achievements: Elimination of evil; development of virtue; feeling of

cheerfulness versus suffering; final enlightenment. The word “Bojjhanga” is a Pali term for “factors of enlightenment.” It is made up of “Bodhi,” which means enlightenment or an enlightened person, and “anga,” is a causative factor. Thus a “bojjhanga” is a causative factor of an enlightened being, or a cause for enlightenment. A second sense of the word “Bojjhanga” is based on alternative meanings of its two Pali roots. Thus the alternative meaning of bodhi is the knowledge that comprehends or sees the Four Noble Truths, and the Eightfold Noble Path. Sometimes, seven factors of enlightenment are known as ‘sambojjhanga’. The prefix ‘sam’ means ‘full’ or ‘complete’; however, the prefix does not change the meaning of the seven factors of enlightenment. All practitioners come to understand the Four Noble Truths to some extent, but according to Buddhism, true comprehension of them requires a particular, transforming moment of consciousness, known as path consciousness. This is one of the culminating insights of meditation practice for it includes the experience of Nirvana. Once a practitioner has experienced this, he or she is deeply knows the Four Noble Truths, and thus is considered to contain the “bojjhanga” inside him or herself. Such a person is called noble. Thus, “Bojjhanga” or enlightenment factors also are parts or qualities of a noble person. The seven factors of enlightenment include Selection of the proper dharma, Constant effort, Cheerfulness or high spirits, Peaceful mind, Remembrance of the Dharma, Concentration ability, and Non-attachment ability. Zen practitioners can find each one of the seven factors of enlightenment in all phases of meditation practices. Zen practitioners should always remember the Buddha’s reminder: “If the four foundations of mindfulness are practiced persistently and repeatedly, the seven factors of enlightenment will be automatically and fully developed.” Thus, the Buddha Himself emphasized the relationships between Zen and the Seven Factors of Enlightenment very clearly. 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.

*First, Selection of the Proper Dharma:* Discrimination of true or false, or keen investigation of phenomena (dharma). It is the sharp analytical knowledge of understanding the true nature of all constituent things, animate or inanimate, human or divine. It is seeing things in their proper perspective. Only through meditation we can see all component things in their fundamental elements, right down to their ultimates. Through keen meditation and investigation, one understands that all compounded things pass through the inconceivably rapid moments of arising, reaching a peak and ceasing, just as a river in flood sweeps to climax and fades away; the whole universe is constantly changing, not remaining the same for two consecutive moments; all things in fact are subject to conditions, causes and effects; what is impermanent and not lasting producing painful or sorrow fruit; there doesn't exist a so-called permanent and everlasting soul or self; the true nature of the three characteristics, or laws of transiency, sorrow, and non-self.

*Second, Constant effort:* Energy, zeal or undeflected progress. It is a mental property and the sixth limb of the Noble Eightfold Path, there called right effort. Effort is the energy expended to direct the mind persistently, continuously in meditation, and toward the object of observation. Zen practitioners should have courageous efforts in meditation practices. The Buddha has not proclaimed himself a saviour willing and able to take upon himself the evil of all sentient beings. He is only a Path-Revealer. Each one of us must put forth the necessary effort and work out his own deliverance with heedfulness. He cannot walk for anyone on this path. Thus he advised that each Buddhist should be sincerely zealous, strong and firm in the purpose of reaching the final aim. He also advised: "Be islands unto yourselves, be your own refuge." Thus did the Master exhort his followers to acquire self-reliance. A follower of the Buddha should not under any circumstances relinquish hope and effort; for the Buddha was one who never gave up courage and effort even as a bodhisattva. Zen practitioners should be patient and accept difficulties and challenges during practicing meditation; should leave behind habits and hobbies of ordinary life; and should try their best to practice meditation continually. One of the

most difficult things for Zen practitioners is the wandering mind, it never wants to stay on the object you want to observe, but rather wandering around and around all day long. In our body, any time we cross our legs to practice meditation, we are likely to experience some level of pain in our body. Sometimes, we decide to try to sit still for an hour with our legs crossed, but only after ten minutes, we feel numb in our feet and stiff in our neck, and so on, and so on. Zen practitioners need courageous effort to face difficulties and challenges. Once we develop our courageous effort, the mind gains strength to bear with pain in a patient and courageous way. Effort has the power to freshen the mind and keep it strong in any difficult circumstances. Zen practitioners should always have the effort and energy to cultivate the following four things: effort to initiate virtues not yet arisen; effort to consolidate, increase, and not deteriorate virtues already arisen; effort not to initiate sins not yet arisen; effort to eliminate sins already arisen. In The Dhammapada Sutta, sentence 280, the Buddha taught: “The idler who does not strive, who, though, young and strong, is full of sloth, who is weak in resolution and thought, that lazy and idle man will never find the way to wisdom, the way to enlightenment and deliverance.”

*Third, Cheerfulness or high spirits:* Rapture means joy, happiness, or delight; but a special characteristic of Rapture is that it can pervade associated mental states, making them delight and happy and bringing a sense of deep satisfaction. “Piti” is a mental property, and is a quality which deeply influences both the body and mind. A man lacking in this quality cannot advance along the path to enlightenment. In him there will always arise sullen indifference to the Dharma, an aversion to the practice of meditation, and morbid manifestations. Zen practitioners should always remember that Rapture only develops when the mind is relatively clean of afflictions. In order for us to be clean of afflictions, we have no other choices but to be mindful from moment to moment so that concentration arises and the afflictions are eliminated. Therefore, we must be developing Rapture through mindfulness continuously, whether when we are walking, standing, lying down, sitting, or doing other tasks. To practice “piti” or joy, Buddhist cultivators should always remember that happiness is a matter of the mind and it should never be sought in external and material things, though they may be

instrumental in any way. Only those who possess the quality of contentment can experience real happiness. Buddhist cultivators should always remember that there is a vast difference between pleasure and happiness. Pleasure, or pleasant feeling, is something very momentary and fleeting. Pleasant feeling may be an indicative sign of suffering, for what we hug in great glee this moment, may turn to be a source of suffering the next moment. Seeing a form, hearing a sound, perceiving an odour, tasting a flavour, feeling some tangible thing, cognizing an idea, we are usually moved, and from those sense objects and mental objects, we experience a certain degree of pleasure. However, they are all temporary; they are only a passing show of phenomena. Real happiness or rapture does not come through grasping or clinging to things, animate or inanimate, but from giving up. The Buddha left behind his glorious palace, beautiful wife, good son, as well as kingdom authority, and became a homeless monk. Eventually he attained enlightenment and deliverance, do we have any other choices if we wish to attain enlightenment and deliverance?

*Fourth, Peaceful mind:* Peaceful mind means ease, tranquility, riddance of all grossness or weight of body or mind so that they may be light, free and at ease. Many people's minds are always in a state of agitation all the time. Their minds wandering here and there non-stop. When the mind is scattered, it is difficult for us to control our actions. On the contrary, we begin to act according to whims and fancies without considering properly whether an action is wholesome or not. There are two kinds of tranquility: the calm of the body means the calm of all mental properties rather than the only physical body. In other words, calm of the aggregates of form, feeling, perception, and the volitional activities or conformations; the calm of the mind, or the calm of the aggregate of consciousness. A man who cultivates calm of the mind does not get upset, confused or excited when confronted with the eight vicissitudes (8 winds or influences) of the world. He is able to understand the rise and fall (come into being and pass away), as well as the momentary fragility of all things. It is hard to tranquilize the mind. It trembles and it is unsteady, difficult to guard and hold back. In the Dhammapada, from sentsce 33 to 36, the Buddha taught: "The mind quivers like a fish just taken from its watery home and thrown on the dry ground. It wanders at will." Calmness is not weakness. Only a

person of culture is able to present the calm attitude at all times. It is not so difficult to be calm under favourable circumstances, but it is indeed difficult for a Buddhist to remain calm in the midst of unfavourable circumstances. Only the calm mind can help the aspirant to achieve enlightenment and deliverance.

*Fifth, Remembrance of the Dharma:* Mindfulness, relinquishment, or power of remembering the various states passed through in contemplation. It is the instrument most efficacious in self-mastery. Besides, 'Sati' also means the power of observation, and the function of mindfulness is to keep the object always in view, neither forgetting it nor allowing it to disappear out of our contemplation. Remembrance of the Dharma includes meditation and full realization on the impurity of the body, when mindfulness is present, the object of observation will be noted without forgetfulness; contemplation of feeling or understanding that feeling is suffering; contemplation of mind, and Contemplation of thought; and contemplation of the no-self of mental objects. A person cannot be heedful unless he is fully controlling all his actions, whether they are mental, verbal or physical at every moment of his walking life. In other words, he must zealously observe all commandments required of him. In the Digha Nikaya Sutra, the Buddha's final admonition to his disciples before entering the Nirvana: "Transient are all component things. Work out your deliverance with mindfulness." Venerable Saripura also advised everybody with his last words: "Strive on with mindfulness to obtain your deliverance." In the Anguttara Nikaya Sutra, the Buddha taught: "Monks, I know not of any other single thing of such power to cause the arising of good thoughts if not yet arisen, or to cause the waning of evil thoughts if already arisen, as heedfulness. In him who is heedful, good thoughts not yet arisen, do arise, and evil thoughts, if arisen, do wane."

*Sixth, Concentration ability:* Concentration has the ability to keep the mind in Stability, concentration; or power to keep the mind in a given realm undiverted. Concentration is a mental factor which lands on the object of observation. Concentration also pricks into, penetrates into, and stays in the object of observation. The nature of concentration is nondispersal, nondissipation, and nonscatteredness. A mind of concentration is a mind that sticks with the object of observation, sinks into it, and remains still and calm in it. During practicing of meditation,

Zen practitioners should stick their mind to the object of observation or contemplate directly mental or physical phenomena without resorting to the thinking process at all. Although the moment of samadhi is momentary, such samadhi can arise from moment to moment without breaks in between if we try to practice continuously. Besides, concentration also has the ability to collect the mind together. It can keep all other mental factors in a group so that they do not scatter or disperse. Thus, the mind remains firmly embedded in the object. It is only the tranquilized mind that can easily concentrate on a subject of meditation. Once the mind is quiet and still, wisdom will arise and we can see things as they really are. Therefore, concentration is the most proximate cause for the unfolding of wisdom. The unified mind brings the five hindrances under subjugation (sensual desire, anger, stiffness and torpor, agitation and worry, and doubt hindrances), for step by step, wisdom will penetrate into more and more profound levels of truth. At that time, Zen practitioners will see clearly the natures of impermanence, suffering, and absence of self of all things, and therefore, no hindrance can dominate us anymore. Many are the impediments that confront a meditator, an aspirant for enlightenment, especially the five hindrances that hinder concentrative thoughts, and obstruct the way to deliverance. Concentration is the intensified steadiness of the mind comparable to an unflickering flame of a lamp in a windless place. Concentration has the ability to maintain the mind and the mental properties in a state of balance. It is concentration that fixes the mind aright and causes it to be unmoved; dispels passions and not only helps the mind undisturbed, but also helps bring purity and placidity of mind. One who is intent to practice “concentration” should always zealously observe Buddhist commandments, for it is virtue that nourishes mental life, and make it coherent and calm.

*Seventh, Non-attachment ability:* Equanimity means complete abandonment, detachment, or indifferent to all disturbances of the subconscious or ecstatic mind. The Sanskrit word ‘Upekṣa’ means equanimity, calmness, unbiased, unprejudice, and so on. In Zen, a mind of complete abandonment is a mind that remains unbiased and calm when confronting difficulties and challenges. A mind of equanimity is a state of balancing of energy, and it can be achieved in daily cultivation. According to The Abhidharma, “equanimity” means neutrality. It is

mental equipoise and not hedonic indifference. Equanimity is the result of a calm concentrative mind. According to the Buddha, the best way to bring about equanimity is wise attention and continuous mindfulness. Once a mind of equanimity is developed, one moment of equanimity causes a succeeding moment of equanimity to arise, and so on. In our nowadays violent society, amidst the welter of experience, gain and loss, good repute and ill-repute, praise and blame, happiness and suffering, a man with the mind of equanimity will never waver. Zen practitioners have the mind of equanimity which understands that there is no one to own anything. In Dharmapada, sentence 83, the Buddha taught: "Truly the good give up longing for everything. The good sages not with thoughts of craving. Touched by happiness or by pain, the wise show neither elation nor depression." A man who has reached perfect neutrality through the cultivation of equanimity, always avoids the following four wrong paths: the path of greed, hate, cowardice, and delusion. A man who has reached perfect neutrality through cultivation of equanimity, always has his serene neutrality which enables him to see all beings impartially.

***B. Four Right Efforts:***

Four right (great) efforts are right exertions of four kinds of restrain, or four essentials to be practiced vigilantly. First, endeavor to start performing good deeds. Effort to initiate virtues not yet arisen, or bringing forth goodness not yet brought forth, or bringing good into existence, or to produce merit, or 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. Second, endeavor to perform more good deeds, or 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). 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. Third, endeavor to prevent evil from forming, or effort not to initiate sins not yet arisen, or preventing evil that hasn't arisen



from arising (to prevent any evil from starting or arising, or 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. Fourth, endeavor to eliminate already-formed evil, or effort to eliminate sins already arisen (putting an end to existing evil, or to abandon demerit when it arises, or to remove any evil as soon as it starts). Here a monk rouses his will, makes an effort, stirs up energy, exerts his mind and strives to overcome evil unwholesome mental states that have arisen.

**C. *Four Sufficiencies:***

The Four Sufficiencies or Roads to Fulfillment that the Buddha taught His disciples to equip them with the necessities for them to be successful in their cultivation. The Buddha called them 'Four Sufficiencies' for they are different roads that lead us onward. They are four different qualities of character, each reflecting a different strength of our personality. Zen practitioners should recognize which of them is our own particular strength, then we can develop what need be cultivated. One of the greatest challenges of Zen practitioners is achieving the aim of emancipation, and bringing the liberating qualities of the mind to dissolve in each moment of our life in the present. The path of our mindfulness must be continuing from moment to moment and must be right here in this very life.

*First, Sufficiency of Desire:* Desire to develop magic, strong aspiration or will (intensive longing). We nourish a strong desire to practice meditation in our daily life. When we possess this quality, we will sense that nothing can finally impede us in our cultivation. Furthermore, when we possess this quality, we feel that we will not be satisfied until we have realized our goal. This is a desire to cultivate, a powerful aspiration that leads us to success. Here a monk develops CONCENTRATION OF INTENTION accompanied by effort of the will power.

*Second, Sufficiency of concentration:* Endeavor to remember to practice correct dharmas (intense concentration or thoughts, intense concentration). Memory or intense holding on to the position reached, or the love for the truth that keeps our mind continually absorbed in the practice. Endeavor to remember to practice correct dharmas has great

purity of consciousness and is extremely ardent. Endeavor to remember to practice correct dharmas becomes a path to understanding when it fills our minds. Here a monk develops concentration of consciousness accompanied by effort of the thought power. Once we possess 'Endeavor to remember to practice correct dharmas', we continually reflect on Dharma and practice it; nothing else seems equally important.

*Third, Sufficiency of energy:* Intensified effort, or effort to realize magic, vigor or exertion. This is the quality of energy. Zen practitioners who possess this quality do not only remain undaunted by the effort required, but also find inspiration in the challenge. Here a monk develops concentration of energy accompanied by strenuous efforts. In fact, the Buddha was a typical example for this quality. 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. Zen practitioners 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. Zen practitioners 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. There are two ways that help increase our energy level: To increase viriya by ourselves, and to seek out the inspiration from spiritual friends. Before His awakening, when He was still seeking the truth, He made this determination: "If the end is attainable by human effort, I will not rest or relax until it is attained. Let only my skin and sinews and bones remain, let my flesh and blood dry up. I will not stop the course of my effort until I win that which may be won by human ability, human effort, and human exertion."

*Fourth, Sufficiency of contemplation:* Meditation on one subject means an intense contemplation (meditation on one subject, intense contemplation or meditation, investigation, or the state of dhyana). Some people have a strong interest in understanding the deepest and

most profound aspects of the dharmas. They are not satisfied to know just the surface of things. Here a monk develops concentration of investigation accompanied by effort of deep thinking, for this kind of mind contemplates the immensity of samsara, the circle of birth and death, the immensity of planes of existence, and the implications in our lives in this world. Practitioners cultivate the reflective knowledge into the rapid arising and passing away of phenomena, then we will have an intuitive insight of impermanence, suffering and no-self.

***D. The Five Faculties:***

According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are five roots or faculties (indriyani). These 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.

*First, Virtue of Belief (Sradhendriya—skt) (Saddha—p):* Faith or Sense of belief in the Triple Gem and the Four Noble Truths. Sradhendriya also means the mind of faith. Faith in a religion, unlike intellectual learning, does not enable a believer to have the power to save others as well as himself if he understands it only in theory. When he believe from the depths of his heart, his belief produces power. His faith cannot be said to be true until he attains such a mental state.

*Second, Virtue of Active Vigor (Viryendriya—skt):* Energy (vigor) or Sense of endeavor or vigor to cultivate good deeds. The spirit endeavoring purely and incessantly. Faith alone is not enough. Our religious lives cannot be true unless we maintain our faith purely and constantly endeavor so that our religious spirit does not weaken or lose its power.

*Third, Virtue of Mindfulness (Smrtindriya—skt):* Memory or Mindfulness or Sense of memory or right memory. The mind that always focuses upon the Buddha. Practically speaking, of course, it is impossible for us to completely forget the Buddha for even a moment. When a student devotes himself to his studies or when an adult is entirely absorbed in his work, he must concentrate on one object. Doing so accords with the way to Buddhahood. While devoting

ourselves to a particular object, we reflect, “I am caused to live by the Buddha.” When we complete a difficult task we feel relieved, we thank the Buddha, saying, “How lucky I am! I am protected by the Buddha.” When an evil thought flashes across our mind or we suddenly feel angry, we instantly examine ourselves, thinking, “Is this the way to Buddhahood?” The mind that thus keeps the Buddha in mind at all times is “sense of memory.”

*Fourth, Concentration (Samadhindriya—skt):* Sense of meditation or Visionary meditation, samadhi, or virtue of concentration. The sense of meditation implies a determined mind. Once we have faith in a religion, we are never agitated by anything, whatever may happen. We bear patiently all persecution and temptation, and we continue to believe only in one religion. We must constantly maintain such firm determination, never becoming discouraged. We cannot be said to be real people with a religious faith unless we have such a mental attitude.

*Fifth, Virtue of wisdom vor awareness (Prajñendriya—skt):* Sense of wisdom or thinking of the truth. 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 are attached to a selfish, small desire, 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.

#### ***E. The 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. It is developed on the eighth bodhisattva level (bhumi). Besides, there is also a tenfold list of qualities that in both Theravada Buddhism and Mahayana are said to be unique to fully awakened Buddhas (Samyak-Sambuddha): 1) power of knowledge of what is possible and what is impossible or the power to distinguish right from wrong (sthanasthana-jnana-bala); power of knowledge of retributions of actions or the power of knowing karmic retributions throughout the three periods of time (karma-vipaka-jnana-bala); 3) power of knowledge of the concentrations, eight stages of liberations, meditative absorptions, and attainments (dhyana-vimoksa-samadhi-samapatti-jnana-bala); 4) power of knowledge of the relative qualities of beings or the power of complete knowledge of the powers and faculties of all beings (indrya-parapara-jnana-bala); 5) power of knowledge of the various intentions of beings or the power of complete knowledge of the desires or moral direction of every being (nanadhimukti-jnana-bala); 6) power of knowledge of the various states of beings or the power of knowing the states of others (nanadhatu-jnana-bala); 7) power of knowledge of the ways in which beings go everywhere within cyclic existence and nirvana (sarvatragamini-pratipajjnana-bala); 8) power of knowledge of former abodes (purva-nivasa-jnana-bala); 9) power of knowledge of death and rebirth (cyutyu-papada-jnana-bala); 10) power of knowledge that the defilements have been extinguished (asrava-jnana-bala). The five powers include the power of Faith or force of belief which precludes all false belief; power of Zeal or force of active vigor which leads to overcoming all obstacles; power of Memory, or mindfulness, or force of mindfulness which is achieved through meditation; power of Meditation (Dhyana) or force of concentration which leads to eliminate all passions and desires; and power of Wisdom (awareness) or force of wisdom which rests on insight into the four noble truths and leads to the knowledge that liberates.

***F. Four Kinds of Mindfulness:***

Four meditations, or 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. Some forty such meditations are given in the Visuddha-Magga: four 'measureless meditations, ten impurities, four formless states, ten universals, ten remembrances, one sign, and one mental reflex.

*First, meditation and full realization on the impurity of the body:* Due to illusions, most of us think that our body is more valuable than any thing else. So it needs be provided with better foods and expensive clothes. Therefore, the 'struggle for life' has come into play. Life is no longer a peaceful place, but a battle field with greed, hatred, envy, arrogance, doubt, wrong views, killing, stealing, sexual misconduct, lying. Evil karma is gradually formed as a result. Earnest Buddhists should view the body (eye, ear, skin, hair, nose, tongue, mouth, anus, etc) is unclean (Quán thân bất tịnh) which covered with a bag of skin, inside are flesh, fat, bone, blood, mucus and waste matters of which no one wishes to touch. The body itself, if not being washed frequently with fragrant water and soap, no one wants to stay close to it. In addition, it is prone to decay minute after minute, second after second. If we stop breathing, what is the body called if not a corpse? During the first day, its color is changing. A few days later, it becomes bluish and produces offensive odor. At this time, even if that disintegrated body once was the most beautiful woman or a handsome man, no one wants to be close to it. Earnest Buddhist should always contemplate that the body is unclean. This contemplation is designed to cure greed, attachment, selfishness, and arrogance. Also, when people realize that they are physically and biologically the same, they would easily understand, tolerate and compassionate among themselves and others. The discrimination against the aging, people with disabilities, and the other race would be diminished. As we see above, through contemplation we see that our body is not clean. It is viewed as a skinned bag containing dirty trash that will soon be disintegrated. Therefore, we must not become attached to it. The nature of our bodies and minds are impure which is neither holy nor beautiful. From psychological and physiological standpoint, human beings are impure. This is not negative or pessimistic. Objectively speaking, if we examine the constituents of our bodies from the hair, blood, pus, excrement, urine, intestines, liver, and stomach, etc., they are dwelling

places for many bacteria. Many diseases are awaiting for the opportunity to develop. In fact, our bodies are impure and subject to decay. The body as an abode of mindfulness. Contemplation of the impurity of the body, or to contemplate the body as impure. Mindfulness of the body as impure and utterly filthy (consider the body is impure). This negates the idea of “Purity.”. Here a monk abides contemplating body as body, ardent, clearly aware and mindful, having put aside hankering and fretting for the world.

*Second, meditation and full realization on the evils of sensations:* No matter they are painful, joyous, or indifferent sensations. To view all the feelings are painful. There are three kinds of feelings: pleasures, pain and neutral ones; however, according to Buddha’s teaching, all feelings are painful because they are impermanent, transient, ungraspable, and therefore, they are unreal, illusive and deceptive. (Quán thọ thị khổ). Furthermore, when you accept something from others, naturally, you have to do something else for them in return. It might cost you more than what you have accepted. However, we can easily refuse material things, but the hardest thing to escape is our own feelings. Feeling is a form of acceptance that most of us could easily be trapped. It is very subtle, but its effect is so destructible. We usually feel whatever conveyed to us by the six senses. For example, hearing someone bad-mouth on us, we feel angry at once. Seeing something profitable, we readily feel greedy. After all, if we don’t cultivate, greed and angry are two uncontrollable agents which dominate and overwhelm our daily activities. To contemplate all the feelings are painful will gradually assist us to keep the feelings under control as well as to purify our mind; and as a result, provide us the joy and peace. We experience good and bad feelings from our five senses. But good feelings never last long; and sooner or later they will disappear. Only bad feelings remain from which we will suffer. Nothing in the universe can exist independently or permanently. All things including bodies of human beings are composed of four elements: earth, water, fire, and air. When there is a harmonious relationship among these four elements, there is peace. When the four elements are not in harmony, there is suffering. Feelings as an abode of mindfulness, or to contemplate all feelings or sensations lead to suffering, or mindfulness of feeling as the cause of suffering. Sensation

or consciousness as always resulting in suffering (receiving is self-binding, consider feelings or the senses as a source of suffering). This negates the idea of “Joy.” Here a monk abides contemplating feelings as feelings, ardent, clearly aware and mindful, having put aside hankering. According to the Satipatthanasutta, contemplation of feelings or sensations means to be mindful of our feeling, including pleasant, unpleasant and indifferent or neutral. When experiencing a pleasant feeling we should know that it is a pleasant feeling because we are mindful of the feeling. The same with regard to all other feelings. We try to experience each feeling as it really is. Generally, we are depressed when we are experiencing unpleasant feelings and are elated by pleasant feelings. Contemplation of feelings or sensations will help us to experience all feelings with a detached outlook, with equanimity and avoid becoming a slave to sensations. Through the contemplation of feelings, we also learn to realize that there is only a feeling, a sensation. That feeling or sensation itself is not lasting and there is no permanent entity or “self” that feels. According to the Satipatthana Sutta in the Majjhima Nikaya, the Buddha taught “How, Bhikkhus, does a Bhikkhu abide contemplating feelings as feelings? Here, when feeling a pleasant feeling, a Bhikkhu understands: ‘I feel a pleasant feeling;’ when feeling a painful feeling, he understands: ‘I feel a painful feeling;’ when feeling a neither-painful-nor-pleasant feeling, he understands: ‘I feel a neither-painful-nor-pleasant feeling.’ When feeling a worldly pleasant feeling, he understands: ‘I feel a worldly pleasant feeling;’ when feeling an unworldly pleasant feeling, he understands: ‘I feel an unworldly pleasant feeling;’ when feeling a worldly painful feeling, he understands: ‘I feel a worldly painful feeling;’ when feeling an unworldly painful feeling, he understands: ‘I feel an unworldly painful feeling;’ when feeling a worldly neither-painful-nor-pleasant feeling, he understands: ‘I feel a worldly neither-painful-nor-pleasant feeling;’ when feeling an unworldly neither-painful-nor-pleasant feeling, he understands: ‘I feel an unworldly neither-painful-nor-pleasant feeling.’ In this way he abides contemplating feelings as feelings internally, or he abides contemplating feelings as feelings externally, or he abides contemplating feelings as feelings both internally and externally. Or else he abides contemplating in feelings their arising factors, or he



abides contemplating in feelings their vanishing factors, or he abides contemplating in feelings both their arising and vanishing factors. Or else, mindfulness that 'there is feeling' is simply established in him to the extent necessary for bare knowledge and mindfulness. And, he abides independent, not clinging to anything in the world. That is how a Bhikkhu abides contemplating feelings as feelings." Cultivation on the Sensations means meditation and full realization on the evils of sensations, no matter they are painful, joyous, or indifferent sensations. We experience good and bad feelings from our five senses. But good feelings never last long; and sooner or later they will disappear. Only bad feelings remain from which we will suffer. Nothing in the universe can exist independently or permanently. All things including bodies of human beings are composed of four elements: earth, water, fire, and air. When there is a harmonious relationship among these four elements, there is peace. When the four elements are not in harmony, there is suffering. Feelings as an abode of mindfulness, or to contemplate all feelings or sensations lead to suffering, or mindfulness of feeling as the cause of suffering. Sensation or consciousness as always resulting in suffering (receiving is self-binding. Consider feelings or the senses as a source of suffering). This negates the idea of "Joy." Here a monk abides contemplating feelings as feelings, ardent, clearly aware and mindful, having put aside hankering and fretting for the world.

*Third, meditation and full realization on the evanescence or impermanence of mind and thoughts:* Also called contemplating the impermanence of the thought. To view the mind is transient or impermanent. Most people think that their mind is not changed; therefore, they attach to whatever they think. They believe that what they think reflects the truth. Probably some of them would discover that their mind is changing, but they refuse to accept it. Buddhist practitioners should always contemplate their wholesome and unwholesome minds, they are all subject to rising and destroying. They have no real entity. In sitting meditation, one will have the chance to recognize the facts that the mind keeps jumping in a fast speed as pictures on a movie screen. The body, therefore, always feels restless and eager to react on the thinking pulses. That is why people are rarely calm down or experiencing true happiness. Earnest Buddhists should

always remember that the mind does not have any “real entity” to itself. It changes from second to second. That’s why the Buddha viewed the mind of an ordinary person is like a swinging monkey, the wind, lightning or a drop of morning dew. This contemplation helps the practitioners see that everything is changed so that the practitioners will have the ability to eliminate attachment to what they think. Impermanence is the key nature of all things. From moment to moment, all things in this universe, including human’s bodies and minds are in constant transformation. Everything passes through a period of birth, maturity, transformation and destruction. Mind as an abode of mindfulness, or mindfulness of the mind as impermanent, or to contemplate the mind as impermanent. Ordinary mind is impermanent, merely one sensation after another (mind is everchanging, consider the mind to be a constant state of flux). This negates the idea of “Permanence.” Here a monk abides contemplating mind as mind, ardent, clearly aware and mindful, having put aside hankering and fretting for the world. However, on what mind do we have to contemplate? According to the Siksasamuccaya Sutra, the Buddha taught: “Cultivator searches all around for this thought. But what thought? Is it the passionate, hateful or confused one? Or is it the past, future, or present one? The past one no longer exists, the future one has not yet arrived, and the present one has no stability. In the Satipatthana Sutta in the Majjhima Nikaya, the Buddha taught: “For thought, Kasyapa, cannot be apprehended, inside, or outside, or in between. For thought is immaterial, invisible, nonresisting, inconceivable, unsupported, and non-residing. Thought has never been seen by any of the Buddhas, nor do they see it, nor will they see it. And what the Buddhas never see, how can that be observable process, except in the sense that dharmas proceed by the way of mistaken perception? Thought is like a magical illusion; by an imagination of what is actually unreal it takes hold of a manifold variety of rebirths. A thought is like the stream of a river, without any staying power; as soon as it is produced it breaks up and disappears. A thought is like a flame of a lamp, and it proceeds through causes and conditions. A thought is like lightning, it breaks up in a moment and does not stay on... Searching thought all around, cultivator does not see it in the skandhas, or in the elements, or in the sense-fields. Unable to see thought, he

seeks to find the trend of thought, and asks himself: “Whence is the genesis of thought?” And it occurs to him that “where is an object, there thought arises.” Is then the thought one thing and the object another? No, what is the object that is just the thought. If the object were one thing and the thought another, then there would be a double state of thought. So the object itself is just thought. Can then thought review thought? No, thought cannot review thought. As the blade of a sword cannot cut itself, so can a thought not see itself. Moreover, vexed and pressed hard on all sides, thought proceeds, without any staying power, like a monkey or like the wind. It ranges far, bodiless, easily changing, agitated by the objects of sense, with the six sense-fields for its sphere, connected with one thing after another. The stability of thought, its one-pointedness, its immobility, its undistraughtness, its one-pointed calm, its nondistractedness, that is on the other hand called mindfulness as to thought. In short, the contemplation of mind speaks to us of the importance of following and studying our own mind, of being aware of arising thoughts in our mind, including lust, hatred, and delusion which are the root causes of all wrong doing. In the contemplation of mind, we know through mindfulness both the wholesome and unwholesome states of mind. We see them without attachment or aversion. This will help us understand the real function of our mind. Therefore, those who practice contemplation of mind constantly will be able to learn how to control the mind. Contemplation of mind also helps us realize that the so-called “mind” is only an ever-changing process consisting of changing mental factors and that there is no abiding entity called “ego” or “self.” According to the Satipatthana Sutta in the Majjhima Nikaya, the Buddha taught: “Bhikkhus, does a Bhikhu abide contemplating mind as mind? Here a Bhikhu understands mind affected by lust as mind affected by lust, and mind unaffected by lust as mind unaffected by lust. He understands mind affected by hate as mind affected by hate, and mind unaffected by hate as mind unaffected by hate. He understands mind affected by delusion as mind affected by delusion, and mind unaffected by delusion as mind unaffected by delusion. He understands contracted mind as contracted mind, and distracted mind as distracted mind. He understands exalted mind as exalted mind, and unexalted mind as unexalted mind. He understands surpassed mind as surpassed mind, and unsurpassed mind

as unsurpassed mind. He understands concentrated mind as concentrated mind, and unconcentrated mind as unconcentrated mind. He understands liberated mind as liberated mind, and unliberated mind as unliberated mind. In this way he abides contemplating mind as mind internally, or he abides contemplating mind as mind externally, or he abides contemplating mind as mind both internally and externally. Or else, he abides contemplating in mind its arising factors, or he abides contemplating in mind its vanishing factors, or he abides contemplating in mind both its arising and vanishing factors. Or else mindfulness that ‘there is mind’ is simply established in him to the extent necessary for bare knowledge and mindfulness. And he abides independent, not clinging to anything in the world. That is how a Bhikkhu abides contemplating mind as mind.”

*Fourth, contemplation of mental objects:* “Contemplation of mind-objects” means meditation and full realization on the transiency selflessness of all elements (contemplating that all the dharmas are without their own nature). The contemplation of mental objects or mind contents means to be mindful on all essential dharmas. The contemplation of mental objects is not mere thinking or deliberation, it goes with mindfulness in discerning mind objects as when they arise and cease. For example, when there is a sense desire arising, we immediately know that a sense desire is arising in us; when a sense desire is present, we immediately know that a sense desire is present in us; when a sense desire is ceasing, we immediately know that a sense desire is ceasing. In other words, when there is sense desire in us, or when sense desire is absent, we immediately know or be mindful that there is sense desire or no sense desire in us. We should always be mindful with the same regard to the other hindrances, as well as the five aggregates of clinging (body or material form, feelings, perception, mental formation, and consciousness). We should also be mindful with the six internal and six external sense-bases. Through the contemplation of mental factors on the six internal and external sense-bases, we know well the eye, the visible form and the fetter that arises dependent on both the eye and the form. We also know well the ear, sounds, and related fetters; the nose, smells and related fetters; the tongue and tastes; the body and tactile objects; the mind and mind objects, and know well the fetter arising dependent on both. We also

know the ceasing of the fetter. Similarly, we discern the seven factors of enlightenment, and the Four Noble Truths, and so on. Thus we live mindfully investigating and understanding the mental objects. We live independent, clinging to nothing in the world. Our live is totally free from any attachments. Zen practitioners must contemplate to see that everything is without-self and has no real nature. Everything in the world, either physical or mental, is depend upon each other to function or survive. They are not free from one another or free to act on their own, on their own will. They do not have a "self." They are not capable of being self-existent. A human body is composed of billions of cells that depend on one another; one cell dies will effect so many other cells. Similarly, a house, a car, a road, a mountain, or a river all are compounded, not being self-existent. Everything, therefore, is a combination of other things. For instance, without nutritious foods, water, and fresh air, this body will certainly be reduced to a skeleton and eventually disintegrated. Thus the Buddha taught: "All existents are selfless, empty, and impermanent." Practitioners who always contemplate 'the dharma is without-self,' they should become more humble and likable. In fact, everything has no real nature, they are only a combination of the four elements, and each element is empty and without a self of itself, thus everything is without a self. Dharmas (real things and phenomena) as an abode of mindfulness, or mindfulness of dharmas as dependent, without self-entity, or to contemplate all things as being dependent, without self-nature or self-identity. All phenomena lack self-nature. There is no such thing as an ego. Things in general as being dependent and without a nature of their own (things are composed and egoless, consider everything in the world as being a consequence of causes and conditions and that nothing remains unchanged forever). This negates the idea of "Personality." Here a monk abides contemplating monf-objects as mind-objects, ardent, clearly aware and mindful, having put aside hankering and fretting for the world.

According to Majjhima Nikaya and Digha Nikaya, the Buddha taught: "Bhiksus! Whoever should be able to develop these Four Foundations of mindfulness for seven years, one of these two fruits may be expected by him: 'either Arahantship in this life or the state of Non-returning in the future. Bhiksus! Let alone 7 years. Should anyone

be able to develop these Four Foundations of mindfulness for six years, five years, four years, three years, two years, one year... then one of the two above mentioned fruits may also be expected by him. Bhiksus! Let alone one year. Should anyone be able to develop these Four Foundations of mindfulness for seven months, six months... half a month, then one of the two above mentioned fruits may also be expected by him. Bhiksus! Let alone half a month. Should anyone be able to develop these Four Foundations of mindfulness for a week, then one of the two above mentioned fruits may also be expected by him. This is the only way, Bhiksus, for the purification of beings, for the overcoming of sorrow and lamentation, for the destruction of suffering and grief, for winning the right path, for realizing Nirvana, namely, the Four Foundations of mindfulness.”

***G. The Eightfold Noble 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. The term “Correct” in Buddhism means any thinking

or action that does not cause troubles, afflictions and sufferings for oneself and others; on the contrary, this thinking or action will bring to oneself or others peace, mindfulness and happiness. 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.

Buddhists, especially, Zen practitioners should always remember the Buddha’s teachings on the Eightfold Noble Path in the Dharmapada Sutra as follows: The best of paths is the Eightfold Path. The best of

truths are the Four Noble Truths. Non-attachment is the best of states. The best of men is he who has eyes to see (Dharmapada 273). This is the only way. There is no other way that leads to the purity of vision. You follow this way, Mara is helpless before it (Dharmapada 274). Entering upon that path, you will end your suffering. The way was taught by me when I understood the removal of thorns (arrows of grief) (Dharmapada 275). Be watchful of speech, control the mind, do not let the body do any evil. Let purify these three ways of action and achieve the path realized by the sages (Dharmapada 281).



***Luận Thứ Mười Hai***  
***The Twelfth Essay***

***Lục Độ Ba La Mật***

***I. Tổng Quan Về Lục Độ Ba La Mật:***

Ba La Mật, theo Phạn ngữ, có nghĩa là đáo 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 thúc 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.

## **II. Sơ Lược Về Nội Dung Lục Độ Ba La Mật:**

### **1. Bố Thí:**

Bố thí theo tiếng Phạn là “Dana”, có nghĩa là “cúng dường.” Nói chung từ “dana” chỉ một thái độ khoan đại. Đản 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. Bố 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, đản na là một trong mười pháp “quán chiếu” và là những tu tập công đức quan trọng nhất. Đản na là một thành phần chủ yếu trên đường tu tập thiền quán, vì chính đản 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 “đản 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 bố thí, không nên áp ú 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 bồn xển. Đặc biệt, chư Bồ Tát bố thí bình đẳng cho tất cả chúng sanh mà không màng chúng sanh có xứng đáng hay không. Trong Kinh Bốn Sanh kể nhiều câu chuyện về Bồ Tát hoàn thành bố 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 bố thí. Trong Kinh Bốn Sanh Đại Kapi có kể Bồ Tát là chúa của loài khỉ bị quân lính của

vua xứ Varanasi tấn công. Để cứu đàn khỉ, chúa khỉ lấy thân mình giăng làm cầu cho đàn khỉ chạy thoát. Trong Kinh Bốn Sanh Sasa, Bồ Tát là một chú thỏ rừng. Để giữ trọn như lời đã hứa, thỏ hiến thân mình chết thay cho một con thỏ khác. Trong truyện hoàng tử Thiện Hữu, để thực hiện lời nguyện bố thí ba la mật, hoàng tử không chỉ bố thí lầu đài hay thành quách, mà còn bố thí ngay đến vợ con và cả thân thể tứ chi của Ngài. Theo Thanh Tịnh Đạo, Bồ Tát vì lợi ích số đông, thấy chúng sanh đau khổ, muốn cho họ đạt được trạng thái an lạc mà nguyện tu tập Ba La Mật, khi bố thí Ba La Mật được hoàn thành thì tất cả các Ba La Mật khác đều được hoàn thành. Theo Kinh Thí Dụ, Bồ Tát bố thí cho những ai cần, rồi Bồ Tát tu hành tịnh hạnh và Ba La Mật cho đến viên mãn. Cuối cùng ngài đạt được giác ngộ tối thượng, chánh đẳng chánh giác.

Theo từ Hán Việt, Bố có nghĩa là rộng lớn hay không có giới hạn, Thí có nghĩa là cho. Bố Thí là cho một cách rộng lớn, cho không giới hạn. 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, Thiền Sư Thích Nhất Hạnh đã giải thích về “Bố Thí” như sau: Bố Thí là cho ra đồng đều, có nghĩa là làm san bằng sự chênh lệch giàu nghèo. Bất cứ hành động nào khiến cho tha nhân bớt khổ và thực thi công bằng xã hội đều được xem là “Bố Thí.” Bố Thí là hạnh tu đầu của sáu phép Ba La Mật. Ba La Mật có nghĩa là đưa người sang bờ bên kia, tức là bờ giải thoát; giải thoát khỏi bệnh tật, nghèo đói, vô minh, phiền não, sanh tử. Tuy nhiên, Phật pháp nói dễ khó làm. Bố thí tức là dùng tài sản vật chất hoặc Phật pháp bố thí cho người khác. Có người lúc cần bố thí thì không chịu bố thí. Ngược lại, lúc nào cũng muốn người khác cho mình, càng nhiều càng tốt. Người ấy luôn tìm cách chiếm đoạt tiện nghi. Vì vậy nói Phật pháp nói dễ khó làm là ở chỗ này. Người tu theo Phật phải nên biết hai chữ “Bố thí” và “Cúng dường” cũng đồng một nghĩa. Ở nơi chúng sanh thì gọi

là “Bố thí.” Ở nơi cha mẹ, cùng các bậc thầy tổ và chư Thánh nhân thì gọi là cúng dường. Theo Thanh Tịnh Đạo, Ngài Phật Âm định nghĩa “Danam vuccati avakkhandham” là “thật lòng bố thí” thì gọi là “Đà na,” mặc dù theo nghĩa đen “đàn na” có bốn nghĩa: 1) bố thí, 2) rộng lượng, 3) của cứu tế, và 4) hào phóng.

*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 Mực 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 bố thí 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 “câu 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 rốt ráo thanh tịnh. Thứ tám là “hồi hướng Bồ Đề bố thí,” vì xa rời hữu vi vô vi. Thứ chín là “giáo hóa chúng sanh bố thí,” vì nhĩn 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 nhin mà nhin 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 thương 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.

*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.”

*Bố thí Ba La Mật:* 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 bồn 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, thể tục cũng như tôn giáo hay tâm linh. Chư Bồ



Tất 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 mỗi một 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 vương 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.

*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, gay 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.

*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 thợ ngũ giới ăn. Cho một vạn người thợ 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 Đời ăn (Tam Thế Phật). Cho một ngàn tỷ vị Phật Ba Đời ăn không bằng cho một vị Vô Niệm, Vô Trụ, Vô Tu, và Vô Chứng ăn. (Chương 11).” Bồ 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. Bồ 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 bồ 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 bồ thí cũng vậy.’”

## 2. 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 nhằm 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.

### **3. 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 Thiên Định, Niệm Phật hay Niệm Hồng Danh Đức Quán Thế Âm, vân vân, chỉ cần có lòng nhẫn nhục là mình sẽ thành tựu. Nếu không có lòng nhẫn nhục thì pháp môn nào chúng ta cũng chẳng thể tu tập được. Nếu thiếu lòng nhẫn nại thì

luôn luôn cảm thấy thế này là không đúng, thế kia là không phải, việc gì cũng không vừa ý; như vậy thì còn tu hành gì được nữa. Tóm lại, một khi chúng ta kiên nhẫn theo sự tu tập của Bồ Tát, chúng ta không còn trở nên giận dữ hay trách mắng kẻ khác hay đối với mọi sự mọi vật trong vũ trụ. Chúng ta có thể than phiền về thời tiết khi trời mưa trời nắng và cần nhẫn về bụi bặm khi chúng ta gặp buổi đẹp trời. Tuy nhiên, nhờ nhẫn nhục, chúng ta sẽ có được một tâm trí bình lặng thanh thản, lúc đó chúng ta sẽ biết ơn cả mưa lẫn nắng. Rồi thì lòng chúng ta sẽ trở nên tự tại với mọi thay đổi trong mọi hoàn cảnh của chúng ta.

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 xác 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 rủa, 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 hương. 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 hễ 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 Viễn 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:* 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 niệm 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:* 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 nhẫn bao gồm bốn pháp nhẫn trong cõi Dục Giới và bốn loại nhẫn trong cõi Vô Sắc Giới. Trong cõi Dục Giới có khổ nhẫn, tập pháp nhẫn, diệt pháp nhẫn và đạo pháp nhẫn. Khổ pháp nhẫn là một trong 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. Tập pháp nhẫn là một trong 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. Diệt pháp nhẫn là một trong 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. Đạo pháp nhẫn là con đường được dùng để loại trừ hết thủy phiền não trong cõi dục giới. Ngoài ra, cũng có bốn loại nhẫn trong cõi sắc giới và vô sắc giới (trong hai cõi sắc giới và vô sắc giới thì Bốn Pháp Nhẫn được gọi là Tứ Loại Nhẫn). *Còn có tám loại Nhẫn Nhục đi đôi với Tám loại Trí (tám loại nhẫn và tám loại trí):* Thứ nhất là khổ pháp nhẫn đi với khổ pháp trí. Thứ nhì là khổ loại nhẫn đi với khổ loại trí. Thứ ba là tập pháp nhẫn đi với tập pháp trí. Thứ tư là tập loại nhẫn đi với tập loại trí. Thứ năm là diệt pháp nhẫn đi với diệt pháp trí. Thứ sáu là diệt loại nhẫn đi với diệt loại trí. Thứ bảy là đạo Pháp nhẫn đi với đạo Pháp trí. Thứ tám là đạo loại nhẫn đi với đạo loại trí.

*Theo Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 29, có mười loại nhẫn:* Chư Bồ Tát được mười nhẫn này thời được đến nơi vô ngại nhẫn địa của tất cả Bồ Tát. Đó là âm thanh nhẫn, thuận nhẫn, vô sanh pháp nhẫn, như huyễn nhẫn, như diệm nhẫn, như mộng nhẫn, như hưởng nhẫn, như ảnh nhẫn, như hóa nhẫn, và như hư không nhẫn. *Bên cạnh đó, theo Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 38, có mười thanh tịnh nhẫn của chư Đại Bồ Tát:* Chư Bồ Tát an trụ trong pháp này thời được pháp nhẫn vô thượng chẳng do



tha ngộ của tất cả chư Phật. Thứ nhất là thanh tịnh nhẫn an thọ sự mắng nhục, vì thủ hộ các chúng sanh. Thứ nhì là thanh tịnh nhẫn an thọ dao gậy, vì khéo hộ trì mình và người. Thứ ba là thanh tịnh nhẫn chẳng sanh giận hại, vì nơi tâm chẳng động. Thứ tư là thanh tịnh nhẫn chẳng chê trách kẻ ty tiện, vì người trên hay rộng lượng. Thứ năm là thanh tịnh nhẫn có ai về nương đều cứu độ, vì xả bỏ thân mạng mình. Thứ sáu là thanh tịnh nhẫn xa lìa ngã mạn, vì chẳng khinh kẻ chưa học. Thứ bảy là thanh tịnh nhẫn 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 chơn thiệt trí của Bồ Tát biết tất cả các pháp vô sanh, vì chẳng do người dạy mà được nhập cảnh giới nhưث thiết trí.

*Nhẫn Nhục Ba La Mật:* 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 nhẫn nhục, Bồ Tát nhẫn chịu không giận dữ trước các lời phê bình, chỉ trích và hăm dọa của các Tỳ Kheo kiêu mạn như trong Kinh Kim Cang, Đức Phật đã bảo ông Tu Bồ Đề: “Này Tu Bồ Đề! Như Lai nói nhẫn nhục ba la mật không phải là nhẫn 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. Nay Tu Bồ Đề! Lại nhớ thuở quá khứ năm trăm đời, Ta làm tiên nhân nhĩ 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. Nay 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.” Nhĩ nhục Ba la mật là Ba La Mật thứ ba trong Lục Ba La Mật. Nhĩ nhục Ba La Mật là nhĩ nhục những gì khó nhĩ, nhĩ sự mạ lỵ mà không hề oán hận. Nhĩ 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 nhĩ nhục Ba la mật mà chúng ta có thể dạy dỗ và hướng chúng sanh với những tội xấu kể trên.

*Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Voi xuất trận nhĩ chịu cung tên như thế nào, ta đây thường nhĩ 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 nhĩ 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: “Nhĩ nhục là mạnh nhất vì không chứa ác tâm nên tăng sự an ổn. Nhĩ 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 thỉ 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.”

#### **4. Tinh Tấn:**

Lòng người dễ tinh tấn mà cũng dễ thối chuyển; khi nghe pháp và lời khuyên thì tinh tấn tiến tu, nhưng khi gặp chướng ngại thì chẳng

những ngại ngừng muốn thối lui, mà còn muốn chuyển hướng khác và lấm 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 ngà, Bồ Tát nỗ lực kiên trì không ngừng nghỉ cho đến cuối cùng ngà 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, ngà 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 tận tụy, 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 mắt 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, trù hám tướng (quán tướng thân thể đầy dòi bọ), thanh ử 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, nhân 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 nầy y ly xả, y ly dục, y đoạn diệt, thành thực trong đoạn trừ. Vị Tỳ Kheo nầy 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 thiếu 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 nầy 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 thiểu kiến. Trong nhân sinh, thiểu kiến là cội rễ sâu nhất. Vì thế mà khi thiểu kiến bị nhổ thì tham dục, sân, si, mạn, nghi đều bị nhổ tận gốc.

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 tột bậc, 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 uổng phí. Tinh tấn là cần mẫn ngày đêm, cần mẫn dỏi mài sự nghiệp trí tuệ. Phải dùng bất cứ thì 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 Trụ,” 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 ngây 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.

### 5. *Thiền Định:*

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 chứng 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 tỉnh 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 gặp 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 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 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, nghịch 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 Dõng 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, giỏi nơi vấn đáp, thế gian ít có.”

#### **6. 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 huyền 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.

### *Six Paramitas*

#### *I. An Overview of The 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.

## ***II. A Summary of The Six Paramitas:***

### ***1. Almsgiving (Charity):***

Charity 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 equity 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.

*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. Fifth, 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 whose 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, Dakkhinavibhanga Sutra, there are seven kinds of offerings made to the Sangha:* First, one gives offering to a Sangha of both Bhikkhus and Bhikkhnis 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 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."

*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.

*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 or bestowing of courage to someone. 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.

*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'."

## **2. *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.



### 3. *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*: 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 Kinds of Endurance*: 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 fathomlike, 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.

*Ksanti-Paramita:* 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.

*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."

#### **4. *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.

Virya-paramita or “making right efforts.” means to proceed straight toward 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, or 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.

##### **5. *Dhyana:***

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. 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, or 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.

#### **6. *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.



***Luận Thứ Mười Ba***  
***The Thirteenth Essay***

***Nhân & Duyên & Quả***

***(A) Nhân***

***I. Tổng Quan Về Nhân:***

Nhân là nguyên nhân hay cái đi ở trước; điều kiện, lý do, nguyên lý (nguyên nhân), vân vân. 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 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 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. Nói tóm lại, 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. 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.

## **II. Các Loại Nhân Trong Giao Thuyết Phật Giáo:**

**Có hai loại nhân:** chính nhân và duyên nhân. *Thứ nhất là Chính nhân:* Chính nhân hay những nguyên nhân thiết yếu hay là hạt giống của vạn hữu. *Thứ nhì là Duyên nhân:* Nguyên nhân phụ hay duyên nhân là hoàn cảnh và điều kiện làm cho hạt nảy mầm như nước, ánh sáng mặt trời, đất, và người làm vườn, vân vân. **Có ba loại nhân:** Theo Phật giáo thuở ban sơ, có ba loại nhân hay Tam nhân. Thứ nhất là Sanh nhân. Thứ nhì là Tập nhân. Thứ ba là Y nhân (Lục căn, lục trần và lục thức). **Lại có Tam Nhân Tam Quả:** Thứ nhất là Dị thực nhân dị thực quả: Mọi nhân trong kiếp hiện tại đều tạo thành quả trong kiếp tới. Thứ nhì là Phúc nhân phúc báo: Phúc nhân tạo phúc quả ở đời này và đời sau. Thứ ba là Trí nhân trí quả: Trí nhân tạo trí quả sau này. **Lại có Tam Nhân Sinh Ái Dục:** Đây là ba nguồn gốc gây nên dục vọng và ảo tưởng: Tưởng sinh, Tướng sinh, và Lưu chú sinh. **Lại có Ba Nguyên Nhân Phát Sanh Chướng Nghiệp:** Theo Duy Thức Học, ngoài những trở ngại của ngoại duyên, còn có ba nguyên nhân phát sanh chướng nghiệp cho người tu. *Thứ nhất là Súc Phản Ứng Của Chủng Tử Nghiệp:* Trong tạng thức của ta có chứa lẫn lộn những nghiệp chủng lành dữ. Khi niệm Phật hay tham thiền, ta huân tập hạt giống công đức vô lậu vào, tất cả nghiệp chủng kia phải phát hiện. Ví như một khu rừng rậm nhiều thú, nếu có cư dân khai hoang, tất cả cây cối bị đốn, các loài thú đều ra. Cảnh tượng và phiền não chướng duyên do nghiệp chủng phát hiện cũng thế. *Thứ nhì là Tự Gây Chướng Nạn vì không am tường giáo pháp:* Có những vị tu hành chẳng am tường giáo lý, không hiểu những tướng của nội tâm và ngoại cảnh đều như huyễn, chưa phát minh thế nào là chân và vọng, nên nhận định sai lầm. Do đó đối với cảnh duyên trong ngoài sanh niệm tham chấp, vui mừng, thương lo, sợ hãi, mà tự gây chướng nạn cho mình. *Thứ ba là Không Vững Lòng Bền Chí Nên Thối Lui:* Lại ví như người theo họa đồ đi tìm mỏ vàng, đường xá phải

trái qua non cao, vực thẳm, đồng vắng, rừng sâu, bước hành trình tất phải nhiều công phu và gian lao khổ nhọc. Nếu người ấy không vững lòng, không biết tùy sức tùy hoàn cảnh mà nhẫn nại uyển chuyển, tất phải thối lui. Hoặc có khi bỏ cuộc ghé vào một cảnh tạm nào đó, hay chết giữa đường. Lộ trình tu tập cũng thế, hành giả tuy y theo kinh giáo mà thực hành, song nếu không biết tùy sức tùy hoàn cảnh mà nhẫn nại uyển chuyển, sự lập chí không bền lâu, tất sẽ thất bại. **Bốn Nguyên Nhân Khởi Dậy Nhãn Căn:** Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật đã nhắc Mahamati về bốn nguyên nhân khởi dậy nhãn căn. *Thứ nhất là* Chấp vào thế giới sở kiến, không biết rằng đấy là do tâm tạo nên. *Thứ nhì là* Bám chặt vào các hình sắc do bởi tập khí của những suy luận không vững chắc và những kiến giải sai lầm từ vô thủy. *Thứ ba là* Tự tính của chính cái thức. *Thứ tư là* Quá ham muốn cái phức tính của các hình sắc và tướng trạng. Do đó Đức Phật nói: “Này Mahamati! Do bởi bốn nguyên nhân khởi dậy nhãn căn nầy mà các con sóng của các thức phát sinh được vận động ở trong A Lại Da tuôn chảy như những dòng nước giữa biển. Này Mahamati, cũng như trường hợp nhãn căn, các căn khác cũng vậy, sự nhận thức về thế giới đối tượng xảy ra đồng thời và đều đặn trong tất cả các căn, các nguyên tử, và các lỗ chân lông; cũng như tấm gương phản chiếu hình ảnh, và này Mahamati, giống như gió làm biển động, biển tâm xao động bởi gió của cảnh giới và những con sóng lồng lên không dứt. Nguyên nhân và sự biểu hiện về hoạt động của nó không tách rời nhau, và vì khía cạnh nghiệp của thức được nối kết chặt chẽ với khía cạnh bốn nguyên nên tự tính về hình sắc hay một thế giới đối tượng không được xác quyết đúng đắn, và này Mahamati, do đó mà hệ thống năm thức phát sanh. Này Mahamati, khi kết hợp năm thức nầy, thế giới đối tượng được xem như là lý do của sự sai biệt và các đối tượng được nêu định rõ ràng thì bấy giờ chúng ta có Mạt Na Thức. Do đó mà có sự sinh ra của thân thể hay hệ thống các thức. Tuy nhiên, các thức ấy không nghĩ rằng chúng phụ thuộc vào nhau mà gắn chặt vào thế giới sở kiến hay thế giới sinh khởi từ chính cái tâm của người ta hay tự tâm sở hiện, và được cái tâm ấy phân biệt. Các thức và Mạt Na Thức sinh khởi đồng thời, phụ thuộc vào nhau, và không bị phá vỡ, mà mỗi thứ tự nhận lấy môi trường thể hiện riêng. **Theo Phật giáo, có Năm Nguyên Nhân:** Sinh nhân, y nhân, lập nhân, trì nhân, và dưỡng nhân. Lại có năm nhân khác. Thứ nhất là Sinh nhân: Chúng sanh theo nghiệp quả mà tái sanh. Thứ nhì là Hòa hợp nhân: Thiện tâm

hòa hợp với thiện pháp; bất thiện tâm hòa hợp với bất thiện pháp; vô ký tâm hòa hợp với vô ký pháp. Thứ ba là Trú nhân: Tất cả chúng sanh trụ vào những điều kiện hiện tại mà trụ. Thứ tư là Tăng trưởng nhân: Nhân của sự phát triển hay trưởng dưỡng bản thân như thực phẩm áo quần. Thứ năm là Viễn nhân: Nhân xa như tinh huyết của cha mẹ để sinh ra thân này. **Sáu Nhân Chính Và Bốn Trợ Duyên Trong Phật Giáo:** Tất cả bảy mươi lăm pháp trong A Tỳ Đàm của Câu Xá Tông, dù phân ly, đều liên kết nhau trong thế giới hiện thực. Hiện tượng này được cắt nghĩa bằng lý thuyết tương quan nhân quả hay thuyết về mười nhân, trong đó có sáu căn nhân và bốn trợ duyên. Pháp hữu vi sanh ra đều do sự hòa hợp của nhân và duyên. Theo A Tỳ Đàm của tông Câu Xá, có sáu căn nhân trong thuyết nhân quả. *Thứ nhất* là Năng tác nhân, yếu tố dẫn đạo trong sự phát sinh một hậu quả. Năng tác nhân là lý do hiện hữu của mọi sự vật có thể có. Năng tác nhân có hai loại: Dữ lực nhân và Bất chướng nhân. *Thứ nhì* là Câu hữu nhân, loại nhân mà trên hai yếu tố luôn luôn cùng hành sự với nhau. Tứ đại cùng thay phiên nhau làm nhân duyên. Luật hỗ tương, tức là tình trạng hỗ tương ảnh hưởng làm điều kiện cho nhau. *Thứ ba* là Đồng loại nhân, luật gieo gì gặt nấy. Là loại nhân trợ giúp những nhân khác cùng loại với nó. *Thứ tư* là Tương ứng nhân, luật tương ứng hay phối hợp. Là loại nhân xuất hiện bất cứ lúc nào, từ bất cứ động lực nào, đối với bất cứ sự kiện nào, trong bất cứ cơ hội nào, và trong bất cứ trường hợp nào. *Thứ năm* là Biến hành nhân, luật tổng quát có thể áp dụng vào một số đặc tính tâm thức làm căn bản chung cho các đặc tính khác, hay tà kiến là nhân ảnh hưởng mọi hành động. Là nhân luôn luôn liên hệ với những tà kiến, hoài nghi hay vô minh, tạo ra tất cả những sai lầm của con người. *Thứ sáu* là Dị thực nhân, quả mang lại khác với nhân. Đây là luật báo ứng hay kết quả. Là nhân tạo ra kết quả của nó trong một đời sống khác, như khi những thưởng phạt nhận lãnh được trong đời kế tiếp sau khi chết. Cũng theo Câu Xá Tông trong A Tỳ Đàm Luận, có bốn trợ duyên trong luật Nhân Quả. *Thứ nhất* là Nhân Duyên: Nhân duyên hoạt động như một căn nhân, không có sự phân biệt nào giữa căn nhân và trợ duyên, thí dụ nước và gió tạo ra sóng. *Thứ nhì* là Thứ Đệ Duyên: Thứ đệ duyên là loại duyên diễn ra trong trật tự, cái này tiếp theo cái kia, những hậu quả đến trực tiếp và bình đẳng sau những nhân trước, như những làn sóng này kế tiếp theo những làn sóng khác. *Thứ ba* là Sở Duyên Duyên: Sở duyên duyên có một đối tượng hay

môi trường khi một nguyên nhân diễn ra, thí dụ những làn sóng được tạo ra do ao, hồ, sông, biển hay tàu bè. *Thứ tư* là Tăng Thượng Duyên: Tăng thượng duyên là nguyên nhân có quyền năng nhất trong việc đưa những nguyên nhân tồn tại đến chỗ cực thành; thí dụ, làn sóng cuối cùng làm lật đổ con thuyền trong một cơn bão. Tăng thượng duyên và năng tác duyên là hai nguyên nhân quan trọng nhất. Năng tác nhân tự nó là tăng thượng duyên.

### **III. Nhân Sanh Tử:**

*Theo Kinh Thủ Lăng Nghiêm, quyển Chín, phần Thập Hành Ám Ma, Đức Phật đã nhắc ngài A Nan về hai thứ vô nhân như sau:* “Ông A Nan nên biết các người thiện nam trong tam ma địa được chính tri ấy, chính tâm yên lặng sáng suốt. Mười loại Thiên ma chẳng tìm được chỗ tiện, để được tinh nguyên cùng tột căn bản của 12 loài sinh. Đối trong bản loại, cái sinh cơ căn nguyên tổ bày. Xem xét cái trạng thái u thanh viên động bản nguyên. Trong cái viên nguyên mới khởi ra cái so đo chấp trước. Người ấy bị đọa vào hai vô nhân luận.” Một là người đó thấy gốc vô nhân. Tại sao? Người ấy đã được sinh cơ toàn phá, nhờ nhãn căn 800 công đức, thấy trong tám vạn kiếp: chúng sanh theo dòng nghiệp chảy quanh, chết chỗ đây, sinh chỗ kia. Chỉ thấy chúng sanh luân hồi trong ngân ấy. Ngoài tám vạn kiếp ra, bắt không thấy gì nữa. Bèn cho là những chúng sanh trong thế gian mười phương, ngoài tám vạn kiếp, không có nhân tự có. Bởi so đo chấp trước, mất chính biến tri, đọa lạc vào ngoại đạo, mê lầm tính Bồ Đề. Hai là người thấy cuối vô nhân. Tại sao? Người ấy đối với sinh cơ, đã thấy căn nguyên, như người sinh người, chim sanh chim. Con quạ thì từ xưa nay vẫn đen, cò vẫn trắng. Người và trời vẫn đi thẳng, súc sanh vẫn đi ngang. Sắc trắng chẳng phải giặt rửa mà thành. Sắc đen chẳng phải nhuộm mà nên. Từ tám vạn kiếp, không có đời đổi. Nay hết cái hình ấy, cũng lại như vậy, mà tôi vẫn chẳng thấy Bồ Đề. Thế nào lại có sự thành Bồ Đề? Mới biết ngày nay các vật tượng đều gốc không nhân. Vì so đo chấp trước như thế, mất chính biến tri, đọa lạc ngoại đạo, mê lầm tính Bồ Đề.

*Theo Phật giáo, có bốn nhân sanh tử của con cái:* Một là báo ân làm con đã mang với cha mẹ từ đời trước. Để trả ân đũa nhỏ phải sanh ra làm con và trọn đời phục dịch lao khổ. Hai là báo oán hay đòi quả báo đối với những sai lầm đời trước của cha mẹ. Để đòi quả báo cho những việc sai lầm của cha mẹ đời trước, trẻ con sanh vào gia đình cha

mẹ để làm con. Khi còn nhỏ chúng đã ngộ nghịch, lúc lớn thì gây họa và làm lụy đến mẹ cha. Khi cha mẹ còn sống thì không nuôi dưỡng, mà còn làm nhục lây đến tổ tiên khi cha mẹ đã chết rồi. Ba là vì trả nợ đã thiếu cha mẹ từ đời trước nên sanh làm con, nếu nợ nhiều thì trả đến mãn đời song thân, nếu nợ ít thì trả xong rồi đi. Bốn là đòi nợ đời trước mà cha mẹ đã thiếu mình bằng cách sanh vào làm con. Nếu nợ ít thì cha mẹ chỉ lo nuôi nấng, ăn mặc, thuốc men, học hành, cưới gả. Nếu nợ to thì lắm khi đưa con ăn xài phung phí phá tan sự nghiệp.

### **(B) Duyên**

#### **I. Tổng Quan Về Duyên:**

Duyên là những hoàn cảnh bên ngoài. Nếu đạo lực yếu thì chúng ta có thể bị hoàn cảnh bên ngoài lôi cuốn; tuy nhiên nếu đạo lực cao thì không có thứ gì có thể lôi cuốn mình được, như lời của Lục Tổ Huệ Năng: “không phải phước động, cũng không phải gió động, mà chính tâm mình động.” Như vâng giữ đúng theo lời tổ dạy, thì không có duyên nào có thể làm phân bón cho kiếp luân hồi được. Có thể nghiệp đời trước hay đời này chúng ta đã từng lăn trôi tạo nghiệp. 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. Phật tử chơn thuần phải cố gắng dụng công tu hành sao cho không tạo thêm nhân mới. Cổ đức dạy: “Bồ tát sợ nhân, chúng sanh sợ quả.” Dù hãy còn là phàm phu, chúng ta nên biết sợ nhơn để không hái quả. Phật dạy tâm yên cảnh lặng. Như vậy, sự quyết định trong tâm cũng là sự quyết định Phật quả trong tương lai. Duyên có nghĩa là nhân gây ra do hoàn cảnh bên ngoài. Từ Bắc Phạn “Hetupratyaya” nghĩa là nguyên nhân hay nguyên nhân tính hay tính nhân duyên. Hetu và Pratyaya thực ra đồng nghĩa với nhau. Tuy nhiên, hetu được xem là một nhân tố thâm sâu và hiệu quả hơn Pratyaya. Cảnh đối đãi với tâm thức (pháp tâm và sở tâm là năng duyên, cảnh là sở duyên). Đây cũng chính là phương tiện nhân (chẳng hạn như nước và đất làm phương tiện cho hạt giống nảy mầm). Nhân phụ, hoàn cảnh hay điều kiện bên ngoài, đối lại với nhân chính hay chủng tử. Nhân (Hetu) là hạt, trong khi duyên (Pratyaya) là đất, mưa, nắng, vân vân: The circumstantial, conditioning, or secondary cause, in contrast with the Hetu, the direct



or fundamental cause. Hetu is the seed, Pratyaya is the soil, rain, sunshine, etc. Duyên cũng có nghĩa là những trợ duyên hay duyên phát triển do những điều kiện bên ngoài (tất cả gốc thiện, công đức giúp đỡ cho cái nhân, làm nảy sinh cái tính của cái nhân chân chính). Những trợ duyên hay sự phát triển bên ngoài giúp phát triển Phật tánh, đối lại với Chính Nhân Phật Tánh hay chân như hay Phật tánh tự nó. Tất cả các pháp hữu vi đều do duyên hay điều kiện mà sanh ra (lấy quả mà gọi tên). Cái tâm duyên (nương) theo sự tướng, đối lại với duyên lý (tin vào sự tướng nhân quả báo ứng là duyên sự; tin vào diệu lý của pháp tính phi nhân phi quả là duyên lý); như thiền quán về hóa thân và báo thân đối lại với pháp thân. Theo Kinh Lăng Già và Câu Xá Tông trong A Tỳ Đàm Luận, có bốn trợ duyên trong luật Nhân Quả. Thứ nhất là Nhân Duyên, hoạt động như một căn nhân, không có sự phân biệt nào giữa căn nhân và trợ duyên, thí dụ nước và gió tạo ra sóng. Thứ nhì là Thứ Đệ Duyên, loại duyên diễn ra trong trật tự, cái này tiếp theo cái kia, những hậu quả đến trực tiếp và bình đẳng sau những nhân trước, như những làn sóng này kế tiếp theo những làn sóng khác. Thứ ba là Sở Duyên Duyên, loại duyên có một đối tượng hay môi trường khi một nguyên nhân diễn ra, thí dụ những làn sóng được tạo ra do ao, hồ, sông, biển hay tàu bè. Thứ tư là Tăng Thượng Duyên, là loại duyên mà nguyên nhân có quyền năng nhất trong việc đưa những nguyên nhân tồn tại đến chỗ cực thành (trở quả nhanh nhất); thí dụ, làn sóng cuối cùng làm lật đổ con thuyền trong một cơn bão. Tăng thượng duyên và năng tác duyên là hai nguyên nhân quan trọng nhất. Năng tác nhân tự nó là tăng thượng duyên. Theo Tỳ khưu Bồ Đề trong Vi Diệu Pháp, có hai mươi bốn duyên hệ: Nhân duyên, Cảnh duyên (ngoại cảnh), Tăng thượng duyên (duyên làm tăng trội lên), Vô gián duyên (duyên không gián đoạn), Đẳng vô gián duyên (duyên tức khắc tiếp theo), Đồng sanh duyên, Hổ tương duyên, Y chỉ duyên (Duyên tùy thuộc nương vào), Thân y duyên (duyên nương nhờ trọn vẹn), Tiền sanh duyên (duyên trước khi sanh), Hậu sanh duyên (duyên sau khi sanh), Tập hành duyên (duyên theo thói quen lập đi lập lại), Nghiệp duyên, Quả duyên, Thực duyên, Căn duyên (khả năng kiểm soát), Thiền duyên hệ, Đạo duyên hệ, Tương ứng duyên hệ (duyên liên hợp), Bất tương ứng duyên hệ (duyên phân tán), Hiện hữu duyên hệ, Vô hiện hữu duyên hệ (vắng mặt), Ly duyên hệ (duyên chia lìa), và Bất ly duyên.

## **II. Nguyên Lý Duyên Khởi:**

Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, các tông phái Phật Giáo Đại Thừa đều tin vào Nguyên Lý Duyên Khởi. Pháp giới duyên khởi là cực điểm của tất cả những thuyết nhân quả; thực sự đó là kết luận của thuyết duyên khởi bởi vì nó là lý tắc nhân quả phổ biến và đã nằm trong lý bản hữu, thông huyền của vũ trụ, hay nói thế nào cũng được. Lý tắc duyên khởi được giải thích trước tiên bằng nghiệp cảm duyên khởi, nhưng vì nghiệp phát khởi trong tạng thức, nên thứ đến chúng ta có A Lại Da duyên khởi. Vì A Lại Da, hay tạng thức, là kho tàng của chủng tử, sanh khởi từ một cái khác nên chúng ta có Như Lai Tạng duyên khởi, hay chân như. Từ ngữ kỳ lạ này chỉ cho cái làm khuấy lấp Phật tánh. Do sự che khuấy này mà có phần bất tịnh, nhưng vì có Phật tánh nên có cả phần tịnh nữa. Nó đồng nghĩa với Chân Như (Tathata: Không phải như thế này hay như thế kia) mà theo nghĩa rộng nhất thì có đủ cả bản chất tịnh và bất tịnh. Do công năng của những căn nhân tịnh và bất tịnh, nó biểu lộ sai biệt tướng của hữu tình như sống và chết, thiện và ác. Chân như bảo trì vạn hữu, hay nói đúng hơn, tất cả vạn hữu đều ở trong Chân như. Nơi đây, giai đoạn thứ tư, Pháp giới Duyên khởi được nêu lên. Đó là lý tắc tự khởi và tự tạo của hữu tình và vũ trụ, hoặc giả chúng ta có thể gọi nó là duyên khởi nghiệp cảm chung của tất cả mọi loài. Nói hẹp thì vũ trụ sẽ là một sự biểu hiện của Chân như hay Như Lai Tạng. Nhưng nói rộng thì đó là duyên khởi của vũ trụ do chính vũ trụ, chứ không gì khác.

Những định nghĩa về nguyên lý duyên khởi căn cứ trên sự giải thích về Duyên Khởi của Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo. Thứ nhất là sự vật chờ duyên mà nảy sinh, đối lại với tánh giác hay chân như. Thứ nhì là vạn sự vạn vật hay các pháp hữu vi đều từ duyên mà khởi lên, chứ không có tự tánh. Thứ ba là Phật giáo không coi trọng ý niệm về nguyên lý căn nhân hay nguyên nhân đệ nhất như ta thường thấy trong các hệ thống triết học khác; và cũng không bàn đến ý niệm về vũ trụ luận. Tất nhiên, triết học về Thần học không thể nào phát triển trong Phật giáo. Đừng ai mong có cuộc thảo luận về Thần học nơi một triết gia Phật giáo. Đối với vấn đề sáng thế, đạo Phật có thể chấp nhận bất cứ học thuyết nào mà khoa học có thể tiến hành, vì đạo Phật không thừa nhận có một xung đột nào giữa tôn

giáo và khoa học. Thứ tư, theo đạo Phật, nhân loại và các loài hữu tình đều tự tạo, hoặc chủ động hoặc thụ động. Vũ trụ không phải là quy tâm độc nhất; nó là môi trường cộng sinh của vạn hữu. Phật giáo không tin rằng vạn hữu đến từ một nguyên nhân độc nhất, nhưng cho rằng mọi vật nhất định phải được tạo thành ít nhất là hai nguyên nhân. Những sáng hóa hay biến thành của các nguyên nhân đi trước nối tiếp trong liên tục thời gian, quá khứ, hiện tại và vị lai, như một chuỗi dây xích. Chuỗi xích này được chia thành 12 bộ phận, gọi là 12 khoen nhân duyên vì mỗi bộ phận liên quan nhau với công thức như sau “Cái này có nên cái kia có; cái này sinh nên cái kia sinh. Cái này không nên cái kia không; cái này diệt nên cái kia diệt.”

Lý nhân duyên trong Phật giáo cho rằng mỗi bộ phận liên quan nhau với công thức như sau “Cái này có nên cái kia có; cái này sinh nên cái kia sinh. Cái này không nên cái kia không; cái này diệt nên cái kia diệt.” Như vậy, từ “Duyên Khởi” 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 sanh 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.

Hãy xem hàng tỷ năm trôi qua, trái đất chúng ta không có sự sống, núi lửa tuôn tràn những dòng thác dung nham, hơi nước, và khí đầy cả bầu trời. Tuy nhiên, khi trái đất nguội mát trong khoảng hai tỷ năm, các vi sinh vật đơn bào được tạo ra. Hẳn nhiên chúng được tạo ra nhờ sự vận hành của pháp. Chúng được sinh ra khi năng lượng “Không” tạo nên nền tảng của dung nham, khí và hơi nước gặp những điều kiện thích hợp hay duyên. Chính Pháp đã tạo ra những điều kiện cho sự phát sinh đời sống. Do đó chúng ta nhận ra rằng Pháp không lạnh lùng, không phải là một nguyên tắc trừu tượng mà đầy sinh động khiến cho

mọi vật hiện hữu và sống. Ngược lại, mọi sự vật có năng lực muốn hiện hữu và muốn sống. trong khoảng thời gian hai tỷ năm đầu của sự thành hình trái đất, ngay cả dung nham, khí và hơi nước cũng có sự sống thôi thúc. Đó là lý do khiến các sinh vật đơn bào được sinh ra từ các thứ ấy khi các điều kiện đã hội đủ. Những sinh vật vô cùng nhỏ này đã trải qua mọi thử thách như sự nóng và lạnh cực độ, những cơn hồng thủy, và những cơn mưa như thác đổ trong khoảng thời gian hai tỷ năm, và vẫn tiếp tục sống. Hơn nữa, chúng dần dần tiến hóa thành những hình hài phức tạp hơn và tới đỉnh của sự phát triển này là con người. Sự tiến hóa này do bởi sự thôi thúc sống của những vi sinh vật đầu tiên này. Sự sống có ý thức và qua đó nó muốn sống, và ý thức này đã có trước khi có sự sống trên trái đất. Cái ý muốn như thế có trong mọi sự vật trong vũ trụ. Cái ý muốn như vậy có trong con người ngày nay. Theo quan điểm khoa học, con người được thành hình bởi một sự tập hợp của các hạt cơ bản, và nếu chúng ta phân tích điều này một cách sâu sắc hơn, chúng ta sẽ thấy rằng con người là một sự tích tập của năng lượng. Do đó cái ý muốn sống chắc chắn phải có trong con người.

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. Người tu tập thiền quán, muốn đạt được giác ngộ, phải hiểu rõ những chân lý ấy.

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. 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 tìm 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. Chúng ta cũng vậy, 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. Tất cả hiện hữu là không thực có; chúng là giả danh; chỉ có Niết Bàn là chân lý tuyệt đối.”

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.

Pháp Duyên Khởi là hệ quả tất yếu đối với Thánh đế thứ hai và thứ ba trong Tứ Thánh Đế, và không thể, như một số người có khuynh hướng cho rằng đây là một sự thêm thắt sau này vào lời dạy của Đức Phật. Giáo lý duyên khởi này luôn luôn được giải thích bằng những từ ngữ hết sức thực tiễn, nhưng nó không phải là lời dạy chỉ có tính giáo điều, mặc dù thoạt nhìn có vẻ như vậy, do tính chất ngắn gọn của các lời giải thích. Những ai từng quen thuộc với Tam Tạng Kinh Điển đều hiểu rằng Giáo Lý Duyên Khởi này được thiết lập trên cơ sở làm rõ nét những nguyên tắc căn bản của trí tuệ. Trong lời dạy về tánh duyên khởi của vạn hữu trong thế gian, người ta có thể nhận ra quan điểm của Đức Phật về cuộc đời. Tính duyên khởi này diễn tiến liên tục, không bị gián đoạn và không bị kiểm soát bởi bất cứ loại tự tác hay tha tác nào cả. Tuy nhiên, cũng không thể gán cho giáo lý Duyên Khởi này là quyết định thuyết hay định mệnh thuyết, bởi vì trong giáo lý này cả hai môi trường vật lý và quan hệ nhân quả của cá nhân vận hành cùng nhau. Thế giới vật lý ảnh hưởng đến tâm của con người, và tâm của con người ngược lại cũng ảnh hưởng đến thế giới vật lý, hiển nhiên ở mức độ cao hơn, vì theo Kinh Tương Ứng Bộ, như Đức Phật nói: “Thế gian bị dẫn dắt bởi tâm.” Nếu chúng ta không hiểu ý nghĩa chính xác của Pháp Duyên Khởi và sự ứng dụng của nó trong cuộc

sống, chúng ta sẽ lầm lẫn cho đó là một quy luật nhân quả có tính máy móc hoặc thậm chí nghĩ rằng đó chỉ là một sự khởi sinh đồng thời, một nguyên nhân đầu tiên của các pháp hữu tình cũng như vô tình. Vì hoàn toàn không có một sự khởi nguồn nào từ không mà có trong lời dạy của Đức Phật. Pháp Duyên Khởi cho thấy tính không thể có được của nguyên nhân đầu tiên này. Nguồn gốc đầu tiên của sự sống, dòng đời của các chúng sanh là điều không thể quan niệm được, và như Đức Phật nói trong Kinh Tương Ưng Bộ: “Những suy đoán và ý niệm liên quan đến thế gian có thể đưa đến sự rối loạn về tâm trí. Vô thí, này các Tỳ Kheo, là sự luân hồi. Điểm bắt đầu cũng không thể nêu rõ đối với chúng sanh bị vô minh che đậy, bị khát ái trói buộc, phải lưu chuyển luân hồi.” Thật vậy, rất khó có thể hình dung được về một điểm khởi đầu, không ai có thể phăng ra cùng tột nguồn gốc của bất cứ điều gì, ngay một hạt cát, huống là con người. Truy tìm khởi điểm đầu tiên trong một quá khứ vô thí thật là một việc làm vô ích và vô nghĩa. Đời sống không phải là một cái gì đồng nhất, nó là một sự trở thành. Đó là một dòng biến dịch của các hiện tượng tâm-sinh lý.

Hai mươi lăm thế kỷ về trước Đức Phật đã nói rằng: “Chúng sanh và thế giới là do nhân duyên kết hợp mà thành.” Câu nói ấy đã phủ nhận cái gọi là “Đấng Tạo Hóa” hay “Thượng Đế” sáng tạo ra muôn vật. Câu nói ấy đặt ra một cái nhìn khoa học và khách quan về thế giới thực tại hay “Duyên Khởi Luận.” Duyên khởi nghĩa là sự nương tựa hỗ tương lẫn nhau mà sinh thành và tồn tại. Không có cái gì có thể tự mình sinh ra mình và tự tồn tại độc lập với những sự vật khác. Tất cả mọi sự mọi vật trên thế giới này đều phải tuân theo định luật “Duyên Khởi” mà Thành, Trụ, Hoại và Không. Con người là một tiểu vũ trụ cũng không phải tự nhiên mà có, mà là do nghiệp lực kết hợp các duyên mà thành, và cũng nằm trong định luật “Thành Trụ Hoại Không.” Mười hai nhân duyên này nghĩa lý rất thâm diệu. Đây là những cửa ngõ quan trọng để cho chúng sanh bước vào Thánh quả, thoát khỏi sanh tử, trói buộc, và khổ não trong ba cõi sáu đường, để chứng thành quả vị Duyên Giác Thừa.

Phật giáo không đồng ý có cái gọi là tồn thể, cũng không có cái gọi là đấng sáng tạo. Nhưng điều này không có nghĩa là tất cả sinh vật và sự vật không hiện hữu. Chúng không thể hiện hữu với một bản thể hay một tinh thể thường hằng như người ta thường nghĩ, mà chúng hiện hữu do những tương quan hay những tập hợp của nhân quả. Mọi sự

hiện hữu, hoặc cá nhân hoặc vạn hữu, đều bắt nguồn từ nguyên lý nhân quả, và hiện hữu trong sự phối hợp của nhân quả. Tâm điểm của hoạt động nhân quả là tác nghiệp riêng của mọi cá thể, và tác nghiệp sẽ để lại năng lực tiềm ẩn của nó quyết định sự hiện hữu kế tiếp. Theo đó, quá khứ hình thành hiện tại, và hiện tại hình thành tương lai của chúng ta. Trong thế giới này, chúng ta tạo tác và biến dịch như là một toàn thể mà chúng ta cứ tiến hành mãi trong cuộc sống. Theo Triết Học Trung Quán, thuyết Duyên Khởi là một học thuyết vô cùng trọng yếu trong Phật Giáo. Nó là luật nhân quả của vũ trụ và mỗi một sinh mạng của cá nhân. Nó quan trọng vì hai điểm. Thứ nhất, nó đưa ra một khái niệm rất rõ ràng về bản chất vô thường và hữu hạn của mọi hiện tượng. Thứ hai, nó cho thấy sanh, lão, bệnh, tử và tất cả những thống khổ của hiện tượng sinh tồn tùy thuộc vào những điều kiện như thế nào và tất cả những thống khổ này sẽ chấm dứt như thế nào khi vắng mặt các điều kiện đó. Trung Quán lấy sự sanh và diệt của các thành tố của sự tồn tại để giải thích duyên khởi là điều kiện không chính xác. Theo Trung Quán, duyên khởi không có nghĩa là nguyên lý của một tiến trình ngăn ngừa, mà là nguyên lý về sự lệ thuộc vào nhau một cách thiết yếu của các sự vật. Nói gọn, duyên khởi là nguyên lý của tương đối tánh. Tương đối tánh là một khám phá vô cùng quan trọng của khoa học hiện đại. Những gì mà ngày nay khoa học khám phá thì Đức Phật đã phát hiện từ hơn hai ngàn năm trăm năm về trước. Khi giải thích duyên khởi như là sự lệ thuộc lẫn nhau một cách thiết yếu hoặc là tánh tương đối của mọi sự vật, phái Trung Quán đã bác bỏ một tín điều khác của Phật giáo Nguyên Thủy. Phật giáo Nguyên Thủy đã phân tích mọi hiện tượng thành những thành tố, và cho rằng những thành tố này đều có một thực tại riêng biệt. Trung Quán cho rằng chính thuyết Duyên Khởi đã tuyên bố rõ là tất cả các pháp đều tương đối, chúng không có cái gọi là ‘thực tánh’ riêng biệt của chính mình. Vô tự tánh hay tương đối tánh đồng nghĩa với ‘Không Tánh,’ nghĩa là không có sự tồn tại đích thực và độc lập. Các hiện tượng không có thực tại độc lập. Sự quan trọng hàng đầu của Duyên Khởi là vạch ra rằng sự tồn tại của tất cả mọi hiện tượng và của tất cả thực thể trên thế gian này đều hữu hạn, chúng không có sự tồn tại đích thực độc lập. Tất cả đều tùy thuộc vào tác động hỗ tương của vô số duyên hay điều kiện hạn định. Ngài Long Thọ đã sơ lược về Duyên Khởi như sau: “Bởi vì không có yếu tố nào của sự sinh tồn được thể hiện mà không có các



điều kiện, cho nên không có pháp nào là chẳng ‘Không,’ nghĩa là không có sự tồn tại độc lập đích thực.”

### ***III. Thập Nhị Nhân Duyên:***

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 sanh 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.

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 huyễn hóa trên đời này mà cho rằng chúng là có thật. 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. 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. 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. 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. 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. Những cảm giác vui, buồn, sướng khổ. Qua cảm giác đưa tới sự han 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. Ham muốn vui sướng kéo dài. Từ ham muốn đưa đến trói buộc. Khi có cảm thọ thì yêu thích và chấp trước khởi sanh. Tại sao chúng ta có cảm giác bất

an? Vì chúng ta có ái. Có ái có yêu thì có ghét bỏ hay không thích. Đối với thuận cảnh thì sanh lòng yêu thích; với nghịch cảnh thì ghét bỏ. Tại sao mình vui? Vì sao mình không vui, vân vân, tất cả đều do ái ố mà ra. Ố nghĩa là không yêu thích hay ghét bỏ. Chính vì có ái ố mà sự việc ngày càng thêm rắc rối. 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. 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. 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. 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.

#### ***IV. Trùng Trùng Duyên Khởi:***

Trùng trùng Duyên khởi là tên gọi của một loại thiền định về sự biểu hiện của mọi hiện tượng theo đường lối tương quan tương duyên. Phép thiền định này có thể giúp hành giả vượt thoát ý niệm về “một và nhiều,” hay “một và tất cả.” Chỉ có phép quán này mới có thể phá vỡ “ngã kiến” vì ngã kiến được thành lập trên thói quen nhận thức về sự đối nghịch của một và nhiều. Khi chúng ta nghĩ về một hạt bụi, một bông hoa, hay một con người, sự suy nghĩ của chúng ta không thể tách rời khỏi ý niệm về đơn vị, về một, và về sự tính toán. Chúng ta thấy có lần ranh giữa một và nhiều, giữa một và không. Trong cuộc sống hằng ngày chúng ta cần những thứ ấy như xe lửa cần đường rầy. Nhưng nếu chúng ta quán chiếu được tự tánh của trùng trùng duyên khởi của hạt bụi, của bông hoa hoặc của con người, thì chúng ta sẽ thấy cái một và cái nhiều không thể rời nhau mà hiện hữu được, cái một và cái nhiều đi vào nhau không trở ngại, cái một tức là cái nhiều. Đó là ý niệm tương tức tương nhập của giáo lý Hoa Nghiêm. Tương tức có nghĩa là “cái này là cái kia, cái kia là cái này.” Tương nhập thì có nghĩa là “cái này trong cái kia, cái kia trong cái này.” Khi quán chiếu sâu sắc trên

“tương tức tương nhập,” chúng ta có thể thấy ý niệm về “một và nhiều” chỉ là một trong những phạm trù ý thức mà chúng ta dùng để dung chứa thực tại, cũng như khi chúng ta dùng một cái xô để chứa nước. Khi chúng ta thoát ra khỏi phạm trù một và nhiều thì cũng như chiếc xe lửa thoát ra khỏi đường rầy để tự do bay lượn trên không trung. Cũng như chúng ta thấy được rằng chúng ta đang đứng trên một quả đất tròn, đang tự xoay quanh nó và xoay xung quanh mặt trời, chúng ta sẽ thấy ý niệm về trên và dưới ngày xưa bị phá vỡ, nhờ thấy được tánh tương tức tương nhập của mọi hiện tượng, chúng ta thoát khỏi ý niệm “một và nhiều.” Hình ảnh màn lưới của vua trời Đế Thích trong Kinh Hoa Nghiêm gợi ý cho chúng ta về “trùng trùng duyên khởi.” Mạng lưới này được kết bởi những hạt ngọc phản chiếu trong nó tất cả những hạt ngọc khác và hình ảnh của nó cũng được phản chiếu trong tất cả các hạt ngọc khác trên lưới. Như vậy, trên phương diện hình bóng, một hạt ngọc chứa tất cả các hạt khác, và tất cả các hạt ngọc khác đều chứa nó.

Để có một ý niệm về mối liên hệ chằng chịt tượng trưng cho tính cách tương tức tương nhập, chúng ta có thể phác họa một quả cầu, được thành lập do sự có mặt của tất cả các điểm trên diện tích hình cầu cũng như trong lòng cầu. Có rất nhiều điểm, tuy vậy nếu thiếu một trong vô số điểm đó là khối cầu không được thành lập. Bây giờ chúng ta thử tưởng tượng nối liền mỗi điểm trong khối cầu với tất cả các điểm khác trong khối cầu bằng những đường dây tưởng tượng. Trước tiên nối điểm A với tất cả các điểm khác. Sau đó nối điểm B với các điểm khác, kể cả điểm A, và làm như vậy cho đến khi tất cả các điểm đều được nối kết lại với nhau. Như vậy là chúng ta đã tạo ra màn lưới vô cùng chằng chịt với các điểm. Phép quán tương tức tương nhập của giáo lý Hoa Nghiêm đã bao hàm sự phủ nhận ý niệm không gian như một thực tại tuyệt đối, bởi tư tưởng ấy phủ nhận luôn các ý niệm trong và ngoài, lớn và nhỏ, một và nhiều. Về thời gian, phép quán tương tức tương nhập của giáo lý Hoa Nghiêm lại phá bỏ luôn ý niệm phân biệt giữa quá khứ, hiện tại và vị lai, cho rằng có thể đem quá khứ và vị lai đặt vào hiện tại, đem quá khứ và hiện tại đặt vào vị lai, đem hiện tại và vị lai đặt vào quá khứ, và đem tất cả thời gian đặt vào một niệm, tức là một khoảnh khắc rất ngắn. Tóm lại, thời gian cũng được biểu hiện trên nguyên tắc tương tức tương nhập như không gian, và một khoảnh khắc cũng chứa đựng được cả “ba đời”, nghĩa là toàn thể quá

khứ, tương lai và hiện tại. Không những một hạt bụi chứa đựng trong chính nó một không gian “vô cùng” mà nó còn chứa đựng cả thời gian vô tận; trong một sát na khoảnh khắc chúng ta có thể tìm thấy cả thời gian vô tận và không gian vô cùng. Theo Kinh Hoa Nghiêm, trong “trùng trùng duyên khởi” (sự nương tựa vào nhau trùng trùng lớp lớp để có mặt), nhân quả không nằm theo chiều dài (trong đó một nhân đưa đến một quả) mà thể hiện chằng chịt; không phải là một màng lưới hai chiều như một mạng nhện mà là nhiều màng lưới giao nhau trong một không gian nhiều chiều. Không những một bộ phận của cơ thể chứa trong nó sự hiện hữu của tất cả các bộ phận khác của cơ thể, mà mỗi tế bào trong cơ thể cũng chứa đựng sự có mặt của toàn thể các tế bào trong cơ thể. Một có mặt trong tất cả và tất cả có mặt trong một. Điều này được diễn tả một cách rõ ràng trong Kinh Hoa Nghiêm “Một là tất cả, tất cả là một.” Một khi chúng ta nắm vững được nguyên lý “một” và “tất cả”, tức là chúng ta thoát khỏi cái bẫy suy tưởng sai lầm đã giam hãm chúng ta từ bấy lâu nay. Khi chúng ta nói, “một tế bào chứa đựng tất cả các tế bào khác,” chúng ta đừng hiểu lầm là dung tích của một tế bào có thể bao hàm được mọi tế bào, và mọi tế bào có thể chui vào trong một tế bào, mà chúng ta muốn nói “sự có mặt của một tế bào chứng minh được sự có mặt của tất cả các tế bào khác, vì chúng không thể hiện hữu độc lập và riêng lẻ với nhau được.

### (C) Quả

#### I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Quả:

Từ “Quả” đối lại với “Nhân”. Theo Phật giáo, hết thảy các pháp hữu vi đều có cùng một bản chất: trước sau nối tiếp, cho nên đối với nguyên nhân trước mà nói thì các pháp sinh ra về sau là quả. Pháp hữu vi được thành lập bởi thân duyên hay điều kiện. Tất cả các hiện tượng bị ảnh hưởng bởi quy luật sanh, trụ, dị và diệt. 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. 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.

## **II. Quả Báo:**

Quả 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. 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. 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.

*Có hai loại quả báo:* Thứ nhất là “Y báo”. Y báo hay y quả là hoàn cảnh vật chất mà một người phải tùy thuộc vào do kết quả của nghiệp đời trước. Giáo pháp của Phật chủ trương chánh báo và y báo hay tất cả thân thể và sở trụ của chúng sanh đều do tâm của họ biến hiện. Thứ nhì là “Chánh báo. Chánh báo hay chánh quả là thân ta hôm nay, là kết quả trực tiếp của tiền nghiệp; hoàn cảnh xung quanh chính là kết quả gián tiếp của tiền nghiệp. Con người hiện tại, tốt hay xấu, tùy thuộc vào kết quả của nghiệp đời trước, như phải giữ căn bản ngũ giới nếu muốn tái sanh trở lại làm người.

*Lại có ba loại báo hay nhân quả ba đời:* Thứ nhất là “Hiện báo” hay quả báo hiện đời cho những việc làm trong hiện kiếp. Quả báo ngay trong kiếp hiện tại, hay quả báo của những hành động, lành hay dữ, ngay trong đời này. Quả báo hiện đời cho những hành động tốt xấu trong hiện tại. Thí dụ như đời này làm lành thì ngay ở đời này có thể được hưởng phước; còn đời này làm ác, thì ngay ở đời này liền bị mang tai họa. Thứ nhì là “Đương báo” hay sinh báo. Quả báo trong kiếp tái sanh cho những việc làm trong hiện tại. Hành động bây giờ mà đến đời sau mới chịu quả báo. Kiếp này (sanh báo) gây nghiệp thiện ác thì kiếp sau sẽ chịu quả báo sướng khổ. Thứ ba là “Hậu báo” hay quả báo cho hậu kiếp. Hậu báo là quả báo về lâu xa sau này mới gặt. Quả báo của một hay nhiều đời sau tạo nên bởi cái nghiệp thiện ác của đời này.

Đời nay làm lành ác, mà qua đến đời thứ hai, thứ ba, hay lâu hơn nữa mới được hưởng phước lành, hay thọ lãnh quả báo ác. Hậu báo sớm muộn không nhất định, nhưng chắc chắn là không thể nào tránh khỏi. Hễ tạo nghiệp, dù thiện hay dù ác, chắc chắn sớm muộn gì sẽ phải thọ lãnh quả báo. Chính vì thế mà cổ đức dạy: “Thiên võng khôi khôi, sơ nhi bất lậu,” và “Giả sử bá thiên kiếp, sở tác nghiệp bất vong; nhân duyên hội ngộ thời, quả báo hoàn tự thọ,” có nghĩa là lưới trời tuy thưa lủng lộng, nhưng một mảy lông cũng không lọt khỏi, và giả sử như trăm ngàn kiếp đi nữa thì nghiệp gây tạo vẫn còn, khi nhân duyên đầy đủ thì báo ứng sẽ đến không sai. Có những trường hợp đáng chú ý mà người Phật tử phải hiểu rõ để tránh không bị hiểu lầm về luật nhân quả: làm dữ ở kiếp này mà vẫn được giàu sang, là vì kiếp trước đã từng làm phước, cúng dường, bố thí. Cái nhân dữ ở kiếp này vì mới gieo nên chưa thành ra quả ác; trong khi cái nhân lành trong kiếp trước hay nhiều kiếp trước, vì đã gieo lâu, nên đã chín mùi, nên quả giàu sang phải trở. Cũng như vậy, ăn ở hiền lành mà vẫn cứ nghèo cùng, hoặc luôn bị các điều khổ sở, hoạn nạn, vân vân, ấy là vì nhân lành mới gieo trong kiếp này mà thôi, nên quả lành chưa trở; còn bao nhiêu nhân ác kiếp trước, đã gieo lâu rồi nên quả dữ đã đến thời điểm chín mùi. Đây là một trong ba quả báo và bốn nhân khiến cho đứa trẻ sanh vào một gia đình nào đó. Hậu báo là những tạo tác thiện ác đời này sẽ có quả báo lành dữ, không phải ngay đời sau, mà có thể là hai, ba, hoặc bốn, hoặc trăm ngàn hay vô lượng kiếp đời sau. *Lại có bốn loại báo ứng:* Thứ nhất là “Thuận Hiện Nghiệp Định Quả”. Đây là hành động gây ra báo ứng tức khắc. Thứ nhì là “Thuận Hiện Nghiệp Bất Định Quả”. Đây là hành động gây báo ứng trong đời hiện tại (không nhất định thời gian). Thứ ba là “Thuận Sinh Nghiệp”. Đây là hành động gây báo ứng trong đời sống kế tiếp. Thứ tư là “Thuận Hậu Nghiệp”. Đây là hành động gây báo ứng trong các đời sau, không nhất định thời gian.

### ***III. Năm Loại Quả Báo:***

Năm loại quả dị thực, hay năm quả được sản sanh bởi sáu nhân. *Thứ nhất là Dị Thực Quả:* Những điều kiện sinh khởi do hành động quá khứ hay quả báo nương theo thiện ác của quá khứ mà có được, cái quả khác với tính chất của cái nhân, như thiện nghiệp thì cảm lạc quả, ác nghiệp thì cảm khổ quả, cả hai lạc quả và khổ quả không còn mang



tính chất thiện ác nữa, mà là vô ký (neutral), nên gọi là dị thực tức là cái nhân khi chín lại khác. Khi chạm phải một hành động xấu, người phạm phải chịu khổ đau; khi làm được một hành động tốt, người ấy hưởng sung sướng. Sung sướng và khổ đau trong tự chúng là không thuộc tính cách đạo đức, xét về nghiệp của chúng thì chúng trung tính. Do đó mà quả nầy có tên “Dị Thực” hay “chín muồi theo những cách khác nhau.” Quả khổ đau hay an lạc của đời nầy là do nghiệp ác thiện của đời trước. *Thứ nhì là Đẳng Lưu Quả:* Khi làm một hành động xấu hay tốt, khiến cho người làm hành động ấy dễ có xu hướng tiến đến những hành động xấu hay tốt. Vì nhân quả thuộc cùng một bản chất, nên quả nầy được gọi là “chảy trong cùng một dòng” hay “đẳng lưu.” Do thiện tâm đời trước mà chuyển thành thiện tâm sau khi tái sanh; do ác tâm đời trước mà ác tâm đời nầy tăng trưởng. Từ thiện nhân sinh ra thiện quả, từ ác nhân sinh ra ác quả, từ vô ký nhân sinh ra vô ký quả (từ cái thiện tâm của ý nghĩ trước, mà chuyển thành thiện tâm sau; hoặc từ cái bất thiện tâm của ý nghĩ trước, mà sinh ra cái bất thiện tâm sau, hay bất thiện nghiệp của ý nghĩ sau), tính quả giống tính nhân mà trôi chảy ra nên gọi là Đẳng Lưu Quả, loại nào sanh ra loại đó. *Thứ ba là Độ Dụng Quả:* Nghĩa đen có nghĩa là sự vận dụng của người. Nó là kết quả của nhân tố trong công việc. Rau quả hay ngũ cốc sinh sôi từ đất lên do bởi ý chí, trí tuệ, và sự cần mẫn của người nông dân; vì mùa gặt là kết quả do bởi nhân tố con người mang lại, nên “Độ Dụng Quả” được đặt tên cho kết quả nầy. Vị thế hiện tại và quả hành về sau, sự thưởng phạt đời nầy do công đức đời trước mà ra. *Thứ tư là Tăng Thượng Quả:* Hễ có sự vật nào hiện hữu được là do bởi sự hợp tác tích cực hay tiêu cực của tất cả các sự vật khác, vì nếu sự hợp tác nầy thay đổi theo một cách nào đó thì sự vật kia sẽ không còn hiện hữu nữa. Khi sự đồng hiện hữu của các sự vật như thế được xem là kết quả của tính hỗ tương phổ quát, thì nó được gọi là “tăng thượng duyên.” Quả siêu việt đời nầy là do khả năng siêu việt đời trước hay cái quả do tăng thượng duyên mà sinh ra, như nhân thức đối với nhân căn là tăng thượng quả. *Thứ năm là Ly Hệ Quả:* Quả không bị ràng buộc bởi bất cứ hệ lụy nào, quả Niết bàn. Niết Bàn là kết quả của sự tu tập tâm linh, và vì nó khiến cho người ta thoát khỏi sự trói buộc của sinh và tử nên nó được gọi là “giải thoát khỏi sự trói buộc” hay “ly hệ quả.” Quả dựa vào đạo lực giải thoát của Niết Bàn mà chứng được, quả nầy tạo nên bởi lục nhân.

#### **IV. Sáu Loại Quả Báo:**

Trong Kinh Thủ Lăng Nghiêm, quyển Tám, Đức Phật đã nhắc nhở ngài A Nan về Lục Báo như sau: “Ông A Nan! Chúng sanh vì lục thức tạo nghiệp, bị chiêu lấy ác báo theo sáu căn ra.” *Thứ nhất là “Kiến Báo”*: Kiến báo chiêu dẫn các nghiệp. Kiến nghiệp này giao kết thì lúc chết, trước hết thấy lửa đầy mười phương. Thần thức của người chết nương bay theo khói, sa vào địa ngục vô gián, phát hiện ra hai tướng. Một là thấy sáng thì có thể thấy khắp nơi các ác vật, sanh ra sợ hãi vô cùng. Hai là thấy tối, lạng lẽ chẳng thấy gì cả, sanh ra sợ hãi vô cùng. Như vậy thấy lửa đốt thì nơi thính căn, có thể làm những nước sôi trong chảo đồng; khi đốt nơi tỷ căn, có thể làm khói đen, hơi lửa; khi đốt nơi tri vị căn, có thể làm những viên sắt nóng; khi đốt nơi xúc căn, có thể làm cái lò tro than nóng; khi đốt nơi tâm căn, có thể sanh ra đồng lửa, tung ra bay cả không giới. *Thứ nhì là “Văn Báo”*: Văn báo chiêu dẫn ác quả. Văn nghiệp này giao kết, lúc chết thấy sóng chìm ngập trời đất, thần thức nương theo sóng trời vào ngục vô gián. Phát hiện ra hai tướng, một là nghe rõ, nghe nhiều tiếng ồn làm rối loạn tinh thần, và hai là không nghe thấy gì, vắng lặng u trầm. Sóng nghe như thể chảy vào cái nghe làm thành sự trách phạt, gạn hỏi. Chảy vào cái thấy làm thành sấm sét và các khí độc. Chảy vào hơi thở, làm thành mưa sương, tưới các trùng độc khắp thân thể. Chảy vào vị làm thành mủ huyết và những đồ ứ tập. Chảy vào xúc, làm thành súc sinh, ma quỷ và phân. Chảy vào ý, làm thành sét và mưa đá phá hoại tâm phách. *Thứ ba là “Khứ Báo”*: Khứ báo chiêu dẫn ác quả, khứu nghiệp này giao kết, lúc chết thấy độc khí đầy đầy xa gần. Thần thức nương theo khí vào vô gián địa ngục. Phát hiện ra hai tướng: một là thông khứu, bị các độc khí nhiễu loạn tâm thần, và hai là tắc khứu, khí không thông, bức tức mà té xỉu xuống đất. Khi ngủ như thế xông vào hơi thở, làm thành nghẹt và thông. Xông vào cái thấy làm thành lửa và đuốc. Xông vào cái nghe làm chìm, đắm, sôi, trào. Xông vào vị, làm thành vị ương vị thối. Xông vào xúc làm thành nát, rũ, thành núi đại nhục có trăm nghìn con mắt mà vô số trùng ăn. Xông vào cái nghĩ làm thành tro nóng, chướng khí và cát bay mà đập nát thân thể. *Thứ tư là “Vị Báo”*: Vị báo chiêu dẫn ác quả. Vị nghiệp này giao kết, lúc chết thấy lưới sắt phát ra lửa dữ, cháy rục khắp thế giới. Thần thức mắc lưới vào ngục vô gián phát hiện ra hai tướng: một là hít khí vào, kết thành

băng, thân bị nứt nẻ, và thứ hai là thở khí ra, bốc lên thành lửa dữ cháy tan cốt tủy. Thứ vị nếm ấy trải qua cái nếm, làm thành sự thừa lĩnh, nhẫn chịu. Trải qua cái thấy, làm thành vàng đá nóng đỏ. Trải qua cái nghe, làm thành gươm đao sắc. Trải qua hơi thở, làm thành lồng sắt lớn trùm cả quốc độ. Trải qua xúc, làm thành cung, tên, nổ. Trải qua ý, làm thành thứ sắc nóng bay trên hư không rưới xuống. *Thứ năm là “Xúc Báo”*: Xúc báo chiêu dẫn ác quả. Xúc nghiệp nầy giao kết, lúc chết thấy núi lớn bốn phía họp lại, không có đường đi ra. Thần thức thấy thành lớn bằng sắt, các rắn lửa, chó lửa, cọp, gấu, sư tử, những lính đầu trâu, quỷ la sát đầu ngựa cầm thương đao, lừa người vào thành đến ngục vô gián. Phát hiện ra hai tướng: một là xúc hợp lại, núi giáp lại ép thân thể, xương thịt tuôn máu, và thứ hai là xúc ly, gươm đao đâm chém vào người, tim gan tan nát. Thứ xúc ấy trải qua cái xúc, làm thành đường, quán, sảnh, án. Trải qua cái thấy làm thành thiêu đốt. Trải qua cái nghe làm thành đập, đánh, đâm, bắn. Trải qua hơi thở làm thành túi, đẩy, tra khảo, trói buộc. Trải qua cái nếm làm thành kiếm, kẹp, chém, chặt. Trải qua cái ý, làm thành sa xuống, bay lên, nấu, nướng. *Thứ sáu là “Tư Báo”*: Tư báo chiêu dẫn ác quả. Tư nghiệp nầy giao kết, lúc chết thấy gió dữ thổi hư nát quốc độ. Thần thức bị thổi bay lên hư không, theo gió rơi vào ngục vô gián. Phát hiện ra hai tướng: một là không biết, mê muội vô cùng, chạy mãi không thôi, và thứ hai là không mê, biết cái khổ bị nấu, bị thiêu, đau đớn vô cùng. Cái nghĩ bậy đó kết cái nghĩ, làm thành phương hướng, xứ sở. Kết cái thấy, làm thành nghiệp cảnh và đối chứng. Kết cái nghe, làm thành hòn đá lớn chụm lại, làm băng, làm sương, đất. Kết hơi thở, làm thành xe lửa lớn. Kết cái nếm, làm thành tiếng la, hét, khóc, than. Kết cái xúc, làm thành thân lớn, thân nhỏ, và trong một ngày vạn lần chết đi sống lại, cúi xuống, ngược lên.

### ***(D) Đặc Điểm Của Nhân-Duyên-Quả***

#### ***I. Đặc Điểm Của Nhân-Duyên-Quả:***

Trong Phật giáo, 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

ất 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. 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. 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.

Luật nhân quả hay sự tương quan giữa nguyên nhân và kết quả trong luật về “Nghệp” 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, trổ bông, rồi cắt lúa, vận vận, 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. 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.

## **II. Bốn Quan Điểm Về Nhân Quả Trong Phật Giáo:**

Theo Ngài Long Thọ trong Trung Quán Luận, có bốn loại quan điểm về luật nhân quả: *Thứ nhất là thuyết tự thân mà sinh ra*: Tự thân sanh ra có nghĩa là nguyên nhân và kết quả đồng nhất, sự vật được sanh ra bởi tự thân. Rõ ràng ngài Long Thọ nghĩ rằng đây là thuyết “nhân trung hữu quả luận” của trường phái Số Luận khi ngài phê bình về quan điểm của nhân quả tự sanh này. Sự phê bình của Trung Quán đối với lý luận này có thể tóm tắt như thế này: (i) Nếu quả đã có trong nhân, thì sự tái sanh sản không thể có được. Số Luận có thể cho rằng tuy quả có thể hiện hữu trong nhân, sự biểu lộ của nó là điều mới mẻ. Tuy nhiên, điều này không có nghĩa rằng quả là một thực chất mới. Nó chỉ có nghĩa là một hình thức hoặc trạng thái mới của thực chất mà

thời, nhưng sự sai biệt trên hình thức hay trạng thái này lại đi ngược với sự đồng nhất của tầng lớp căn bản; (ii) Nếu bảo rằng nguyên nhân là một phần của hiện thực, và một phần tiềm tàng, thì chẳng khác nào thừa nhận rằng trong cùng một sự vật đã có tính chất đối nghịch nhau. Nếu nguyên nhân là một cái gì hoàn toàn tiềm tàng, thì tự nó không thể trở thành hiện thực khi không có sự trợ giúp của ngoại lực. Dầu không thể tự nó chảy ra ngoài hạt trừ phi nào nó được ép bởi một máy ép. Nếu nó cần đến sự trợ giúp của ngoại lực như vậy thì đã không có cái được gọi là “tự sanh sản.” Điều này có nghĩa là phải loại bỏ hẳn thuyết “nhân trung hữu quả;” (iii) Nếu nguyên nhân và kết quả là đồng nhất, thì không thể phân biệt được cái nào là cái đã tạo sanh cái kia. Vì thế quan điểm “nhân trung hữu quả” tự gây khó khăn cho chính nó với sự tự mâu thuẫn. *Thứ nhì là thuyết sản sanh bởi vật khác:* Thuyết ‘sản sanh bởi vật khác’ có nghĩa là nguyên nhân và kết quả là khác nhau. Thuyết này được gọi là “nhân trung vô quả luận,” chủ trương của những người thuộc phái Nhất Thiết Hữu Bộ và Kinh Lượng Bộ, hoặc của Phật giáo Nguyên Thủy nói chung. Khi ngài Long Thọ phê bình về quan điểm về nhân quả khác tánh chất này, rõ ràng ngài đã nhắm đến những bộ phái đó. Sự phê bình về “nhân trung vô quả luận” của ngài gồm những điểm quan trọng sau đây: (i) Nếu nhân quả khác nhau thì không một liên hệ nào giữa nhân và quả có thể tồn tại. Trong trường hợp đó thì bất thứ gì cũng có thể là sản phẩm của bất cứ thứ gì khác; (ii) Những người thuộc phái Nguyên Thủy cho rằng nhân sau khi sanh ra quả thì không còn tồn tại. Nhưng giữa nhân và quả có một loại quan hệ nhân quả “đương nhiên.” Trừ phi nào nhân quả cùng tồn tại thì chúng mới có thể có liên hệ với nhau. Nếu chúng không thể liên hệ với nhau, thì luật nhân quả trở thành vô nghĩa; (iii) Những người thuộc phái Nguyên Thủy tin rằng quả được sản sanh bởi sự kết hợp của một số yếu tố. Bây giờ sự kết hợp của các yếu tố này đòi hỏi phải có những yếu tố khác, và kể đó sự kết hợp mới này lại sẽ đòi hỏi một số yếu tố khác nữa. Điều này sẽ dẫn đến tình trạng “đần lùn bất tận” (cứ tiếp tục mãi không ngừng nghỉ). *Thứ ba là thuyết do cả hai mà sanh ra “do tự nó và do thứ khác”:* Lý luận này tin rằng quả và nhân vừa giống nhau lại vừa khác nhau. Đây là sự kết hợp của nhân trung hữu quả luận” và “nhân trung vô quả luận,” nên bao gồm sự mâu thuẫn của cả hai. Ngoài ra, loại lý luận này đã bao trùm thực tại với hai loại đối lập tánh (đồng nhất và khác nhau) cùng một lúc. *Thứ tư là thuyết vô*

*nguyên nhân hay ngẫu nhiên mà sanh ra:* Lý luận này cho rằng sự vật sản sanh một cách ngẫu nhiên, không có nguyên nhân. Những người tin vào “Tự tánh luận” là những người theo chủ nghĩa tự nhiên hay chủ nghĩa hoài nghi tin vào lý luận này. Loại lý luận này nếu không nêu ra được lý do thì chẳng khác nào một lý luận độc đoán hoàn toàn hoang đường. Và nếu có một lý do được nêu ra thì chẳng khác nào nó đã thừa nhận một nguyên nhân.

### **III. Thập Nhân Thập Quả:**

Theo 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, đầu kiếp này người ấy không làm gì đáng trách. Theo Kinh Thủ Lăng Nghiêm, quyển Tám, Đức Phật đã nhắc nhở ngài A Nan về thập nhân thập quả như được nói đến dưới đây. Thứ nhất là Dâm Tập Nhân: Dâm dục phát triển thành thói quen vì sự giao hợp trong đó hai người âu yếm nhau và phát sanh sức nóng kích thích sự ham muốn. Chuyện này cũng giống như việc chà xát hai tay với nhau. Nhân dâm dục có quả báo là giường sắt nóng, cột đồng, tám địa ngục nóng (giường sắt có nghĩa là sự ham muốn, và cột đồng có nghĩa là sự thèm muốn tình dục). Đức Phật dạy: “Dâm tập giao tiếp, phát ra từ nơi cọ xát mãi không thôi. Như vậy nên lúc chết thấy có lửa sáng, trong đó phát động. Ví dụ như người lấy tay cọ xát nhau thấy có hơi nóng. Hai cái tập nung nhau khởi, nên có việc giường sắt trụ đồng. Cho nên mười phương các Đức Phật nói dâm là lửa dục. Bồ Tát thấy sự dâm dục như tránh hầm lửa.” Thứ nhì là Tham Tập Nhân: Nhân tham lam quả báo là địa ngục lạnh. Đức Phật dạy: “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.” Thứ ba là Mạn Tập Nhân: Nhân ngã mạn quả báo là bị rơi vào sông máu biển độc. Đức Phật dạy: “Mạn tập giao lẩn, phát ra ý nhau, tuôn chảy mãi không thôi. Như vậy nên có cuộn cuộn chảy, chứa sóng thành nước. Như lưỡi nếm vị, chảy nước dãi vậy. Hai tập cố động nhau, nên có các việc sông huyết, tro cát nóng, biển độc, nước đông, vân vân. Vì thế mười phương Phật gọi ngã mạn là uống nước si. Bồ Tát nên tránh ngạo mạn như tránh chỗ sa lầy lổn.” Thứ tư là Sân Tập Nhân: Nhân sân hận quả báo là bị thiến, cắt, đẽo. Đức Phật dạy: “Sân tập xung đột xen nhau, phát từ nơi giận nhau, kết mãi không thôi. Tâm nóng nảy phát ra lửa, hun đúc khí kết lại thành loại kim. Như vậy nên có các việc đao sơn, kiếm thụ, và phủ việt. Như người bị hàm oan, đằng đằng sát khí. Hai tập kích thích nhau, nên có các việc bị hình, chém, đâm, đánh, đập. Vì thế mười phương Phật nói nóng giận tên là đao kiếm sắc. Bồ Tát tránh sân như tránh sự tàn sát.” Thứ năm là Trá Tập Nhân: Gian trá lừa đảo quả báo là bị gông cùm roi vọt. Đức Phật dạy: “Trá tập dụ nhau, phát từ nơi dối nhau, dẫn dắt không thôi. Vì vậy như dây quấn cây để sống, nước tưới ruộng thì cây cỏ sinh trưởng. Hai tập nhân nhau, nên có các việc gông, xiềng, cùm, xích, roi, đánh, vân vân. Vì thế mười phương Phật gọi gian ngụy là giặc hiểm. Bồ Tát nên tránh gian trá như tránh lang sói.” Thứ sáu là Cuồng Tập Nhân: Đức Phật dạy: “Cuồng tập đối nhau, phát từ nơi đối gạt nhau, đối và vu khống mãi không thôi, buông tâm làm gian. Như vậy nên có đồ bản thủy, bụi bậm ô uế, như bụi theo gió, đều không thấy. Hai tập giao nhau, nên có các việc chìm đắm, vụt, bay. Vì thế mười phương Phật gọi lừa gạt là cướp giết. Bồ Tát tránh dối gạt như tránh rắn độc.” Thứ bảy là Oan Tập Nhân: Đức Phật dạy: “Oan tập hiềm nhau, phát từ nơi hàm hận. Như vậy nên có những việc ném đá, ném gạch, nhốt cũi, rọ, như người âm độc, lòng chất chứa các sự ác. Hai tập lẩn át nhau, nên có những việc ném bắt, đánh, bắn. Vì thế mười phương Phật gọi oan gia là quỷ phá hoại. Bồ Tát tránh oan gia như rượu độc.” Thứ tám là Kiến Tập Nhân: Quả báo của kiến tập là bị tra tấn khảo đảo. Đức Phật dạy: “Kiến tập giao minh, như thân kiến, kiến thủ, giới cấm thủ, tà giải, các nghiệp. Phát từ nơi chống trái,



sinh ra trái nhau. Như vậy nên có sứ vua, chủ lại cầm văn tịch làm chứng. Ví như người đi đường qua lại gặp nhau. Hai tập giao nhau, nên có các việc tra hỏi, gian trá, xét gạn, khám tra, vạch cứu, soi rõ, và thiện ác đồng tử tay cầm quyển sổ để biện bạch. Vì thế mười phương Phật gọi ác kiến là hầm ái kiến. Bồ Tát tránh các sự thiên chấp hư vọng như xa vũng nước độc.” Thứ chín là Uổng Tập Nhân: Đức Phật dạy: “Uổng tập xen nhau, phát từ nơi vu báng. Như vậy cho nên có các việc hai hòn núi đá ép lại, nghiền, xay. Ví dụ đũa giặc dèm pha, hại người lương thiện. Hai tập xô đẩy nhau, nên có các việc giằng, ép, đè, nén, lọc, cân. Vì thế mười phương Phật gọi vu oan là cọp biết dèm nói. Bồ Tát tránh sự vu oan như tránh sét đánh.” Thứ mười là Tụng Tập Nhân: Đức Phật dạy: “Tụng tập giao huyền, phát từ che dấu. Như vậy nên có những việc gương soi thấy tỏ rõ, ví như giữa mặt trời không thể dấu hình ảnh. Hai tập bày ra, nên có các bạn ác tố cáo, nghiệp cảnh hỏa châu, vạch rõ và đối nghiệm nghiệp đời trước. Vì thế mười phương Phật gọi che dấu là âm tặc. Bồ Tát tránh che dấu như bị đội núi cao đi trên biển cả.”

#### ***IV. Nhân Quả Trong Đời Nay Và Những Đời Tương Lai:***

Lý nhân quả thật rõ ràng dễ thấy và dễ hiểu. Quả 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. Nhân quả có thể đồng thời; nhân là quả, quả là nhân. Nhân có quả như là nhân của chính nó, gieo hạt cho quả, rồi quả lại cho hạt. Nhân quả cũng có thể dị thời, nghĩa là xảy ra trong những thời điểm khác nhau. Nhân quả báo ứng có thể thông cả ba đời: hiện báo, sanh báo, và hậu báo. Tuy nhiên, nhân quả báo ứng có thể thông cả nhiều đời. Theo Kinh Nhân Quả, có những nhân quả tương ứng xảy ra trong đời này và những đời trong tương lai như sau: Kiếp này canh cô quạnh quẻ cũng vì kiếp trước hay hãm hại người khác. Kiếp này cảm điếc, đui mù cũng vì kiếp trước hay phỉ báng người tụng đọc kinh điển Đại Thừa. Kiếp này chẳng tu còn đợi đến kiếp nào? Kiếp này có xe có ngựa vì tiền kiếp hay sửa cầu vá lộ. Kiếp này con cháu đầy đàn cũng nhờ tiền kiếp hay phóng sanh lợi vật. Kiếp này được kính trọng nể vì cũng nhờ tiền kiếp hay kính trọng nể vì người khác. Kiếp này hay gây hờn chuốc nã cho người, kiếp sau sẽ bị cọp beo rấn hãm hại. Kiếp này hay nói thị phi, kiếp sau cảm điếc không ra một lời. Kiếp này giàu

có với quần là áo lụa cũng vì tiền kiếp hay cúng dường vải và áo cho chư Tăng Ni. Kiếp này hại người để hưởng lợi thì kiếp sau làm thân trâu ngựa để đền trả và cuối cùng bị giết làm thịt. Kiếp này hạnh phúc vì kiếp trước không làm khổ người khác. Kiếp này hay khinh miệt người, kiếp sau sanh vào chỗ hạ tiện cho người miệt khinh. Kiếp này hay ly gián đổ kỵ kẻ khác, kiếp sau hôi thúi không ai tới gần. Kiếp này không đau ốm bệnh hoạn cũng nhờ kiếp trước hay giúp đỡ thuốc men cho người nghèo. Kiếp này không tin Phật pháp, kiếp sau cầm điếu để không nghe gì. Kiếp này làm thân tội tử cho người cũng vì kiếp trước hay hành hạ tội tử hay nợ nần không trả. Kiếp này làm thân trâu ngựa cũng vì kiếp trước ác độc và giựt nợ. Kiếp này lường gạt giựt tiền chùa, kiếp sau phải làm thân trâu, bò, heo chó để đền trả. Kiếp này ngược đãi súc vật, kiếp sau sanh thân súc vật đền trả. Kiếp này nhà cao cửa rộng nhờ tiền kiếp hay cúng dường gạo thóc cho chùa. Kiếp này no cơm ấm áo vì tiền kiếp hay giúp đỡ người nghèo. Kiếp này nói xấu người tu, kiếp sau mang thân làm thần lẩn tặc lưỡi mỗi đêm. Kiếp này phú quý thịnh vượng vì tiền kiếp hay xây chùa cất miếu cũng như dựng nhà chấn tế. Kiếp này thấy nạn mà cười, kiếp sau hoạn nạn triền miên một đời. Kiếp này thấy nguy không cứu, kiếp sau phải mang thân tù đầy. Kiếp này thông minh đại trí cũng nhờ tiền kiếp hay tụng kinh niệm Phật. Kiếp này trường thọ cũng nhờ kiếp trước hay phóng sanh lợi vật. Kiếp này tướng mạo khôi ngô cũng nhờ kiếp trước hay thành tâm dâng hoa cúng Phật. Kiếp này vinh hiển làm quan cũng vì tiền kiếp đắp vàng tượng Phật. Kiếp này vu oan giá họa cho người, kiếp sau sẽ bị người vu oan giá họa để hãm hại.

### *(E) Sự Liên Hệ Giữa Nhân-Duyên-Quả*

#### *I. Đạo Phật Khác Với Các Tôn Giáo Khác Ở Giáo Lý Cốt Lõi Về Nhân-Duyên-Quả:*

Theo một số 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 và một số tôn giáo khác 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.

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, vôn vôn, 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.

## ***II. Dây Duyên Nhân-Duyên-Quả Theo Phật Giáo:***

Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, duyên khởi có những ý nghĩa sau đây: sự vật chờ duyên mà nảy sinh, đối lại với tánh giác hay chân như; vạn sự vạn vật hay các pháp hữu vi đều từ duyên mà khởi lên, chứ không có tự tánh. Phật giáo không coi trọng ý niệm về nguyên lý căn nhân hay nguyên nhân đệ nhất như ta thường thấy trong các hệ thống triết học khác; và cũng không bàn đến ý niệm về vũ trụ luận. Tất nhiên, triết học về Thần học không thể nào phát triển trong Phật giáo. Đừng ai mong có cuộc thảo luận về Thần học nơi một triết gia Phật giáo. Đối với vấn đề sáng thế, đạo Phật có thể chấp nhận bất cứ học thuyết nào mà khoa học có thể tiến hành, vì đạo Phật không thừa nhận có một xung đột nào giữa tôn giáo và khoa học. Theo đạo Phật, nhân loại và các loài hữu tình đều tự tạo, hoặc chủ động hoặc thụ động. Vũ trụ không phải là quy tâm độc nhất; nó là môi trường cộng sinh của vạn hữu. Phật giáo không tin rằng

vạn hữu đến từ một nguyên nhân độc nhất, nhưng cho rằng mọi vật nhất định phải được tạo thành ít nhất là hai nguyên nhân. Những sáng hóa hay biến thành của các nguyên nhân đi trước nối tiếp trong liên tục thời gian, quá khứ, hiện tại và vị lai, như một chuỗi dây xích. Chuỗi xích này được chia thành 12 bộ phận, gọi là 12 khoen nhân duyên vì mỗi bộ phận liên quan nhau với công thức như sau “Cái này có nên cái kia có; cái này sinh nên cái kia sinh. Cái này không nên cái kia không; cái này diệt nên cái kia diệt.” Như vậy, từ “Duyên Khởi” 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 sanh 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.

Hãy xem hàng tỷ năm trôi qua, trái đất chúng ta không có sự sống, núi lửa tuôn tràn những dòng thác dung nham, hơi nước, và khí đầy cả bầu trời. Tuy nhiên, khi trái đất nguội mát trong khoảng hai tỷ năm, các vi sinh vật đơn bào được tạo ra. Hẳn nhiên chúng được tạo ra nhờ sự vận hành của pháp. Chúng được sinh ra khi năng lượng “Không” tạo nên nền tảng của dung nham, khí và hơi nước gặp những điều kiện thích hợp hay duyên. Chính Pháp đã tạo ra những điều kiện cho sự phát sinh đời sống. Do đó chúng ta nhận ra rằng Pháp không lạnh lùng, không phải là một nguyên tắc trừu tượng mà đầy sinh động khiến cho mọi vật hiện hữu và sống. Ngược lại, mọi sự vật có năng lực muốn hiện hữu và muốn sống. Trong khoảng thời gian hai tỷ năm đầu của sự thành hình trái đất, ngay cả dung nham, khí và hơi nước cũng có sự sống thôi thúc. Đó là lý do khiến các sinh vật đơn bào được sinh ra từ các thứ ấy khi các điều kiện đã hội đủ. Những sinh vật vô cùng nhỏ này đã trải qua mọi thử thách như sự nóng và lạnh cực độ, những cơn hồng thủy, và những cơn mưa như thác đổ trong khoảng thời gian hai tỷ

năm, và vẫn tiếp tục sống. Hơn nữa, chúng dần dần tiến hóa thành những hình hài phức tạp hơn và tới đỉnh của sự phát triển này là con người. Sự tiến hóa này do bởi sự thôi thúc sống của những vi sinh vật đầu tiên này. Sự sống có ý thức và qua đó nó muốn sống, và ý thức này đã có trước khi có sự sống trên trái đất. Cái ý muốn như thế có trong mọi sự vật trong vũ trụ. Cái ý muốn như vậy có trong con người ngày nay. Theo quan điểm khoa học, con người được thành hình bởi một sự tập hợp của các hạt cơ bản, và nếu chúng ta phân tích điều này một cách sâu sắc hơn, chúng ta sẽ thấy rằng con người là một sự tích tập của năng lượng. Do đó cái ý muốn sống chắc chắn phải có trong con người.

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. Người tu tập thiền quán, muốn đạt được giác ngộ, phải hiểu rõ những chân lý ấy.

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. 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. Chúng ta cũng vậy, 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. Tất cả hiện hữu là không thực có; chúng là giả danh; chỉ có Niết Bàn là chân lý tuyệt đối.”

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.

Pháp Duyên Khởi là hệ quả tất yếu đối với Thánh đế thứ hai và thứ ba trong Tứ Thánh Đế, và không thể, như một số người có khuynh hướng cho rằng đây là một sự thêm thắt sau này vào lời dạy của Đức Phật. Giáo lý duyên khởi này luôn luôn được giải thích bằng những từ ngữ hết sức thực tiễn, nhưng nó không phải là lời dạy chỉ có tính giáo điều, mặc dù thoạt nhìn có vẻ như vậy, do tính chất ngắn gọn của các lời giải thích. Những ai từng quen thuộc với Tam Tạng Kinh Điển đều hiểu rằng Giáo Lý Duyên Khởi này được thiết lập trên cơ sở làm rõ nét những nguyên tắc căn bản của trí tuệ. Trong lời dạy về tánh duyên khởi của vạn hữu trong thế gian, người ta có thể nhận ra quan điểm của Đức Phật về cuộc đời. Tính duyên khởi này diễn tiến liên tục, không bị gián đoạn và không bị kiểm soát bởi bất cứ loại tự tác hay tha tác nào cả. Tuy nhiên, cũng không thể gán cho giáo lý Duyên Khởi này là quyết định thuyết hay định mệnh thuyết, bởi vì trong giáo lý này cả hai môi trường vật lý và quan hệ nhân quả của cá nhân vận hành cùng nhau. Thế giới vật lý ảnh hưởng đến tâm của con người, và tâm của con người ngược lại cũng ảnh hưởng đến thế giới vật lý, hiển nhiên ở mức độ cao hơn, vì theo Kinh Tương Ưng Bộ, như Đức Phật nói: “Thế gian bị dẫn dắt bởi tâm.” Nếu chúng ta không hiểu ý nghĩa chính xác của Pháp Duyên Khởi và sự ứng dụng của nó trong cuộc sống, chúng ta sẽ lầm lẫn cho đó là một quy luật nhân quả có tính máy móc hoặc thậm chí nghĩ rằng đó chỉ là một sự khởi sinh đồng thời, một nguyên nhân đầu tiên của các pháp hữu tình cũng như vô tình. Vì hoàn toàn không có một sự khởi nguồn nào từ không mà có trong lời dạy của Đức Phật. Pháp Duyên Khởi cho thấy tính không thể có được của nguyên nhân đầu tiên này. Nguồn gốc đầu tiên của sự sống, dòng đời của các chúng sanh là điều không thể quan niệm được, và như Đức

Phật nói trong Kinh Tương Ưng Bộ: “Những suy đoán và ý niệm liên quan đến thế gian có thể đưa đến sự rối loạn về tâm trí. Vô thí, nài các Tỳ Kheo, là sự luân hồi. Điểm bắt đầu cũng không thể nêu rõ đối với chúng sanh bị vô minh che đậy, bị khát ái trói buộc, phải lưu chuyển luân hồi.” Thật vậy, rất khó có thể hình dung được về một điểm khởi đầu, không ai có thể phăng ra cùng tột nguồn gốc của bất cứ điều gì, ngay một hạt cát, huống là con người. Truy tìm khởi điểm đầu tiên trong một quá khứ vô thí thật là một việc làm vô ích và vô nghĩa. Đời sống không phải là một cái gì đồng nhất, nó là một sự trở thành. Đó là một dòng biến dịch của các hiện tượng tâm-sinh lý.

Hai mươi lăm thế kỷ về trước Đức Phật đã nói rằng: “Chúng sanh và thế giới là do nhân duyên kết hợp mà thành.” Câu nói ấy đã phủ nhận cái gọi là “Đấng Tạo Hóa” hay “Thượng Đế” sáng tạo ra muôn vật. Câu nói ấy đặt ra một cái nhìn khoa học và khách quan về thế giới thực tại hay “Duyên Khởi Luận.” Duyên khởi nghĩa là sự nương tựa hỗ tương lẫn nhau mà sinh thành và tồn tại. Không có cái gì có thể tự mình sinh ra mình và tự tồn tại độc lập với những sự vật khác. Tất cả mọi sự mọi vật trên thế giới này đều phải tuân theo định luật “Duyên Khởi” mà Thành, Trụ, Hoại và Không. Con người là một tiểu vũ trụ cũng không phải tự nhiên mà có, mà là do nghiệp lực kết hợp các duyên mà thành, và cũng nằm trong định luật “Thành Trụ Hoại Không.” Mười hai nhân duyên này nghĩa lý rất thâm diệu. Đây là những cửa ngõ quan trọng để cho chúng sanh bước vào Thánh quả, thoát khỏi sanh tử, trói buộc, và khổ não trong ba cõi sáu đường, để chứng thành quả vị Duyên Giác Thừa.

Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, pháp giới duyên khởi là cực điểm của tất cả những thuyết nhân quả; thực sự đó là kết luận của thuyết duyên khởi bởi vì nó là lý tắc nhân quả phổ biến và đã nằm trong lý bản hữu, thông huyền của vũ trụ, hay nói thế nào cũng được. Lý tắc duyên khởi được giải thích trước tiên bằng nghiệp cảm duyên khởi, nhưng vì nghiệp phát khởi trong tạng thức, nên thứ đến chúng ta có A Lại Da duyên khởi. Vì A Lại Da, hay tạng thức, là kho tàng của chủng tử, sanh khởi từ một cái khác nên chúng ta có Như Lai Tạng duyên khởi, hay chân như. Từ ngữ kỳ lạ này chỉ cho cái làm khuấy lấp Phật tánh. Do sự che khuấy này mà có phần bất tịnh, nhưng vì có Phật tánh nên có cả phần tịnh nữa. Nó đồng nghĩa với Chân Như (Tathata có nghĩa là không phải như thế này hay như thế

kia) mà theo nghĩa rộng nhất thì có đủ cả bản chất tịnh và bất tịnh. Do công năng của những căn nhân tịnh và bất tịnh, nó biểu lộ sai biệt tướng của hữu tình như sống và chết, thiện và ác. Chân như bảo trì vạn hữu, hay nói đúng hơn, tất cả vạn hữu đều ở trong Chân như. Nơi đây, giai đoạn thứ tư, Pháp giới Duyên khởi được nêu lên. Đó là lý tắc tự khởi và tự tạo của hữu tình và vũ trụ, hoặc giả chúng ta có thể gọi nó là duyên khởi nghiệp cảm chung của tất cả mọi loài. Nói hẹp thì vũ trụ sẽ là một sự biểu hiện của Chân như hay Như Lai Tạng. Nhưng nói rộng thì đó là duyên khởi của vũ trụ do chính vũ trụ, chứ không gì khác.

Phật giáo không đồng ý có cái gọi là tồn thể, cũng không có cái gọi là đấng sáng tạo. Nhưng điều này không có nghĩa là tất cả sinh vật và sự vật không hiện hữu. Chúng không thể hiện hữu với một bản thể hay một tinh thể thường hằng như người ta thường nghĩ, mà chúng hiện hữu do những tương quan hay những tập hợp của nhân quả. Mọi sự hiện hữu, hoặc cá nhân hoặc vạn hữu, đều bắt nguồn từ nguyên lý nhân quả, và hiện hữu trong sự phối hợp của nhân quả. Tâm điểm của hoạt động nhân quả là tác nghiệp riêng của mọi cá thể, và tác nghiệp sẽ để lại năng lực tiềm ẩn của nó quyết định sự hiện hữu kế tiếp. Theo đó, quá khứ hình thành hiện tại, và hiện tại hình thành tương lai của chúng ta. Trong thế giới này, chúng ta tạo tác và biến dịch như là một toàn thể mà chúng ta cứ tiến hành mãi trong cuộc sống. Theo Triết Học Trung Quán, thuyết Duyên Khởi là một học thuyết vô cùng trọng yếu trong Phật Giáo. Nó là luật nhân quả của vũ trụ và mỗi một sinh mạng của cá nhân. Nó quan trọng vì hai điểm. Thứ nhất, nó đưa ra một khái niệm rất rõ ràng về bản chất vô thường và hữu hạn của mọi hiện tượng. Thứ hai, nó cho thấy sanh, lão, bệnh, tử và tất cả những thống khổ của hiện tượng sinh tồn tùy thuộc vào những điều kiện như thế nào và tất cả những thống khổ này sẽ chấm dứt như thế nào khi vắng mặt các điều kiện đó. Trung Quán lấy sự sanh và diệt của các thành tố của sự tồn tại để giải thích duyên khởi là điều kiện không chính xác. Theo Trung Quán, duyên khởi không có nghĩa là nguyên lý của một tiến trình ngăn ngừa, mà là nguyên lý về sự lệ thuộc vào nhau một cách thiết yếu của các sự vật. Nói gọn, duyên khởi là nguyên lý của tương đối tánh. Tương đối tánh là một khám phá vô cùng quan trọng của khoa học hiện đại. Những gì mà ngày nay khoa học khám phá thì Đức Phật đã phát hiện từ hơn hai ngàn năm trăm năm về trước. Khi giải

thích duyên khởi như là sự lệ thuộc lẫn nhau một cách thiết yếu hoặc là tánh tương đối của mọi sự vật, phái Trung Quán đã bác bỏ một tín điều khác của Phật giáo Nguyên Thủy. Phật giáo Nguyên Thủy đã phân tích mọi hiện tượng thành những thành tố, và cho rằng những thành tố này đều có một thực tại riêng biệt. Trung Quán cho rằng chính thuyết Duyên Khởi đã tuyên bố rõ là tất cả các pháp đều tương đối, chúng không có cái gọi là ‘thực tánh’ riêng biệt của chính mình. Vô tự tánh hay tương đối tánh đồng nghĩa với ‘Không Tánh,’ nghĩa là không có sự tồn tại đích thực và độc lập. Các hiện tượng không có thực tại độc lập. Sự quan trọng hàng đầu của Duyên Khởi là vạch ra rằng sự tồn tại của tất cả mọi hiện tượng và của tất cả thực thể trên thế gian này đều hữu hạn, chúng không có sự tồn tại đích thực độc lập. Tất cả đều tùy thuộc vào tác động hỗ tương của vô số duyên hay điều kiện hạn định. Ngài Long Thọ đã sơ lược về Duyên Khởi như sau: “Bởi vì không có yếu tố nào của sự sinh tồn được thể hiện mà không có các điều kiện, cho nên không có pháp nào là chẳng ‘Không,’ nghĩa là không có sự tồn tại độc lập đích thực.”

***(F) Quan Điểm Của Bồ Tát  
Và Chúng Sanh Về Nhân Quả***

***I. Bất Mọi Nhân Quả--Bất Lạc Nhân Quả:***

Theo Phật giáo, người si mê không biết sự lợi hại của đạo lý nhân quả nên cứ tùy tiện hành động, chẳng tin nhân quả, thậm chí họ còn bác bỏ. Ngược lại, hành giả tu thiền phải có sự hiểu biết một cách rõ ràng về luật nhân quả báo ứng hết sức lợi hại nên rất e dè sợ sệt làm những điều sai lầm với nhân quả. Bất luận làm việc gì, người trí luôn suy nghĩ nhiều lần rồi mới làm. Bậc Thánh nhân xuất thế tu hành là để chấm dứt vòng nhân quả. Trong khi kẻ phàm phu cứ u mê gây tội tạo nghiệp trong vòng nhân quả luân hồi. Không tội thì làm cho có tội; có tội rồi chẳng chịu nhận tội, mà còn cho là họ chẳng làm chuyện gì sai trái cả, chẳng chút kinh vì hổ thẹn. Không bị mê mờ vì nhân duyên, cũng không để đọa lạc vì nhân duyên. Khi xưa lúc Tổ Bách Trượng, tức Ngài Hoài Hải Thiền Sư, một bậc tu thiền ngộ đạo, thăng tòa thuyết pháp. Sau khi thời pháp đã xong rồi, thính chúng đều giải tán hết, chỉ còn lại một ông già tóc râu bạc trắng. Tổ thấy vậy bèn hỏi nguyên do, thì ông lão thưa rằng: “Bạch Tổ Sư, khi xưa tôi nguyên là

một sa môn tu ở tại núi này, lúc tôi thăng tòa thuyết pháp, có một người thơ sinh học Phật pháp hỏi tôi rằng: “Người tu pháp Đại Thừa có còn bị lạc vào nhân quả hay không?” Tôi trả lời rằng: “Bất lạc nhân quả. Ý nói người tu theo pháp Đại Thừa, không còn nằm trong vòng nhân quả nữa.” Bởi vì tôi trả lời không rõ ràng như vậy nên người nghe pháp kia hiểu lầm là không có nhân quả. Vì làm pháp sư giảng kinh pháp Đại Thừa mà giải đáp không rõ ràng khiến cho người nghe hiểu lầm như thế, nên sau khi chết tôi không được siêu thăng chi cả, trái lại phải bị đọa làm thân chồn ở tại núi này trong năm trăm kiếp. Kính xin ngài từ bi vì tôi mà giảng nói rõ ra sai lầm kia cho đúng nghĩa, cứu tôi thoát khỏi kiếp súc sanh khổ lụy này. Tổ Bách Trượng mới nói: “Vậy thì bây giờ ông hãy lấy lời của người học trò kia mà hỏi lại ta đi.” Ông già quỳ xuống như người học trò hỏi pháp khi xưa, chắp tay cung kính hỏi rằng: “Bạch ngài! Người tu pháp Đại Thừa có còn bị lạc như nhân quả hay không?” Tổ sư đáp: “Bất muội nhân quả.” Nghĩa là người tu pháp Đại Thừa không bao giờ nghi ngờ vào nơi lý nhân quả, nhưng cũng vẫn nằm trong vòng nhân quả. Tổ vừa dứt lời thì ông già kia liền thức tỉnh, cung kính lạy tạ mà thưa rằng: “Tôi bị đọa làm chồn đã hơn 500 đời rồi, ngày nay do nhờ một câu nói của Ngài mà được thoát kiếp, Nay tôi sẽ bỏ thân chồn này tại nơi hang ở dưới chân núi phía sau chùa, xin Hòa Thượng từ bi chôn cất dùm. Hôm sau Tổ Bách Trượng sai thỉnh chuông nhóm họp đồ chúng lại để đưa đám cho một ông Tăng vừa mới thị tịch, làm cho chư Tăng ai nấy đều ngạc nhiên, bởi vì đâu thấy có ông Tăng nào trong chùa thị tịch. Tổ dẫn đại chúng ra nơi hang núi ở phía sau chùa, lấy gậy khều vào trong hang, hồi lâu mới kéo ra được một cái thân chồn, lông trắng tinh vừa mới chết, truyền cho chúng Tăng tụng kinh cầu siêu một hồi rồi nổi lửa thiêu đốt thân chồn ấy, lấy tro đem chôn. Thế mới biết, một lời nói sai lầm không đúng pháp, hay một lời dạy mù mờ không rõ nghĩa, mà còn bị đọa lạc như thế, huống là đem tà pháp tà kiến ra dạy làm tổn hại hay làm trì trệ con đường tu tập dẫn đến sự giác ngộ của chúng sanh? Theo truyện Bách Trượng Dã Hồ, “Bất Lạc” là một hành vi luân lý, trong khi “Bất Muội” là một thái độ tri thức. “Bất Lạc” đặt người ta đứng hẳn ra ngoài vòng nhân quả vốn là thế giới vạn biệt này và đấy là cái vòng hiện hữu của chúng ta. “Bất Muội” hay không mê mờ, việc xảy ra là sự chuyển hướng của thái độ tinh thần chúng ta hướng về một thế giới ở trên nhân quả. Và do sự chuyển hướng này toàn thể viễn quan về đời sống đón nhận một

sắc thái mới mẻ đáng được gọi là “Bất Lạc Nhân Quả.” Qua câu chuyện Bách Trượng Dã Hồ, chúng ta thấy vấn đề bất lạc nhân quả và bất muội nhân quả là một vấn đề trọng đại không riêng cho các Phật tử của mọi tông phái mà cho cả các triết gia và những người có đạo tâm. Nói cách khác, đây là vấn đề ý chí tự do, là vấn đề ân sủng, thần thánh, là vấn đề nghiệp báo siêu việt; nó là vấn đề của luận lý và tâm linh của khoa học và tôn giáo, của nhiên giới và siêu nhiên giới, của đạo đức và tín ngưỡng. Nếu bất lạc nhân quả, tức là làm hư toàn bộ kế hoạch của vũ trụ; bởi vì chính luật nhân quả ràng buộc hiện hữu, và nếu không có thực tại của trách nhiệm đạo đức thì căn cơ cốt yếu của xã hội sẽ bị đổ nhào. Phật tử chúng ta nên hiểu chữ “bất muội” ở đây không phải là không mê mờ về nhân quả, mà là không biết hay không chối bỏ, hoặc xóa bỏ.

## ***II. Bồ Tát Sợ Nhân, Chúng Sinh Sợ Quả:***

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. 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. Quả báo của một hay nhiều đời sau tạo nên bởi cái nghiệp thiện ác của đời này. Đời nay làm lành ác, mà qua đến đời thứ hai, thứ ba, hay lâu hơn nữa mới được hưởng phước lành, hay thọ lãnh quả báo ác. Hậu báo sớm muộn không nhất định, nhưng chắc chắn là không thể nào tránh khỏi. Hễ tạo nghiệp, dù thiện hay dù ác, chắc chắn sớm muộn gì sẽ phải thọ lãnh quả báo. Chính vì thế mà cổ đức dạy: “Thiên võng khôi khôi, sơ nhi bất lậu,” và “Giả sử bá thiên kiếp, sở tác nghiệp bất vong; nhân duyên hội ngộ thời, quả báo hoàn tự thọ,” có nghĩa là lưới trời tuy thưa lủng lọng, nhưng một mảy lông cũng không lọt khỏi, và giả sử như trăm ngàn

kiếp đi nữa thì nghiệp gây tạo vẫn còn, khi nhơn duyên đầy đủ thì báo ứng sẽ đến không sai. Có những trường hợp đáng chú ý mà người Phật tử phải hiểu rõ để tránh không bị hiểu lầm về luật nhân quả: làm dữ ở kiếp này mà vẫn được giàu sang, là vì kiếp trước đã từng làm phước, cúng dường, bố thí. Cái nhân dữ ở kiếp này vì mới gieo nên chưa thành ra quả ác; trong khi cái nhơn lành trong kiếp trước hay nhiều kiếp trước, vì đã gieo lâu, nên đã chín mùi, nên quả giàu sang phải trở. Cũng như vậy, ăn ở hiền lành mà vẫn cứ nghèo cùng, hoặc luôn bị các điều khổ sở, hoạn nạn, vân vân, ấy là vì nhơn lành mới gieo trong kiếp này mà thôi, nên quả lành chưa trở; còn bao nhiêu nhân ác kiếp trước, đã gieo lâu rồi nên quả dữ đã đến thời điểm chín mùi. Đây là một trong ba quả báo và bốn nhân khiến cho đứa trẻ sanh vào một gia đình nào đó. Hậu báo là những tạo tác thiện ác đời này sẽ có quả báo lành dữ, không phải ngay đời sau, mà có thể là hai, ba, hoặc bốn, hoặc trăm ngàn hay vô lượng kiếp đời sau. Chẳng những phàm nhân không thể thoát khỏi nhân quả, mà ngay cả chư Bồ Tát cũng chẳng thể tránh được. Tuy nhiên, chư Bồ Tát là những chúng hữu tình giác ngộ nên các ngài có cái nhìn xa. Các ngài biết chắc gieo nhân xấu sẽ phải gặt quả xấu, không sao tránh được. Chính vì thế mà Bồ Tát 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. Hành giả tu thiền nên luôn nhớ rằng hễ trồng nhiều nhân tốt thì chắc chắn sau này mình sẽ có được quả tốt. Ngược lại, nếu chúng ta chỉ nhìn vào những việc trước mắt, làm những việc bất nhân bất nghĩa, không chịu vun trồng thiện căn, không chịu tích tụ công đức, thì chắc chắn sẽ gánh lấy hậu quả tệ hại, không có ngoại lệ.

## *Causes & Conditions & Effects*

### *(A) Causes*

#### *I. An Overview of Causes:*

Cause means reason or antecedent, condition, principle, etc. 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. 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. In



short, 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. 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.

## ***II. Categories of Causes in Buddhist Teachings:***

***There are two kinds of cause:*** direct and contributory causes. ***First, Correct or direct cause:*** Correct cause or substantial cause or the seed of all things. ***Second, The contributory causes:*** The circumstances and conditions that enable the seed to generate its sprout such as water, sunlight, soil, and the gardener... ***Three causes:*** According to the Original Buddhism, there are three kinds of cause. First, Producing cause, as good or evil deeds cause good or evil karma. Second, Habit cause or lust breeding lust. Third, Dependent or hypostatic cause (Six organs and their six objects causing the cognitions and six consciousnesses). ***There are also three causes that produce their three effects:*** First, Differently ripening causes produce differently ripening effects (every developed cause produces its developed effect, especially the effect of the present causes in the next transmigration). Second, Blessed deeds produce blessed rewards, now and hereafter. Third, Wisdom now produces wisdom-fruit hereafter. ***There are also three causes of the rise of the passions or illusions:*** These are sources or causes of the rise of the passions and illusions: The mind or active thought, the objective world, and the constant interaction, or the continuous stream of latent predispositions. ***There are also three causes of karmic obstructions:*** According to The Mind-Only School, apart from the obstacles caused by external factors, there are three other causes of karmic obstructions. ***First, the reaction of evil karmic seeds:*** Various evil and wholesome karmic seeds are stored randomly in our Alaya consciousness. When we recite the Buddha’s name or meditate, we accumulate the seeds of transcendental virtue, and therefore, evil karmic seeds have to emerge. For example, if a dense forest full of wild beasts is cleared for habitation, trees and shrubs are cut down,

causing these beasts to flee out of the forest. The development of afflictions and obstacles from evil karmic seeds is similar. *Second, creating obstacles for themselves due to lack of full understanding of the Dharma:* There are cultivators who practice without fully understanding the Dharma, not realizing that the manifestations of the inner mind and the environment are illusory nor discovering what is true and what is false. They therefore have wrong views. Because of this, they develop thoughts of attachment, happiness, love, worry and fear, creating obstacles for themselves when they are faced with objects and conditions within themselves or in the outside world. *Third, not flexible and patient:* Take the case of a man who follows a map, hoping to find a gold mine. The path that he takes crosses high mountains, deep ravines, empty open stretches and dense forests, an itinerary naturally requiring much labor, hardship and adversity. If his mind is not steady, and he does not adapt himself to the circumstances and his own strength, he is bound to retrogress. Alternatively, he may abandon his search, stop at some temporary location, or even lose his life enroute. The path of cultivation is the same. Although the practitioner may follow the sutras, if he is not flexible and patient, ready to change according to his own strength and circumstances, and if his determination is weak, he will certainly fail. This obstacle, in the end, is created by himself alone. ***Four causes that cause the eye-sense to be awakened:*** In the Lankavatara Sutra, the Buddha reminded Mahamati about the four causes that cause the eye-sense to be awakened. First, being attached to the visible world, not knowing it is mind-made. Second, the tenaciously clinging to forms due to the habit-energy of unwarranted speculations and erroneous views from beginningless time. Third, the self-nature of the Vijnana itself. Fourth, an eager desire for the multitudinousness of forms and appearances. The Buddha reminded Mahamati: “Oh, Mahamati! Owing to the four causes, the waves of the evolving Vijnanas are set in motion in the Alaya which flows like the water in the midst of the ocean. Oh Mahamati, as with the eye-sense, so with the other senses, the perception of the objective world takes place simultaneously and regularly in all the sense-organs, atoms, and pores; it is like the mirror reflecting images, and oh Mahamati, like the wind-tossed ocean, the ocean of mind is disturbed by the wind of objectivity and the Vijnana-

waves rage without ceasing. The cause and the manifestation of its action are not separated the one from the other; and on account of the karma-aspect of the Vijnana being closely united with the original-aspect, the self-nature of form or an objective world is not accurately ascertained, and, o Mahamati, thus evolves the system of the five Vijnanas. When together, oh Mahamati, with these five Vijnanas, the objective world is regarded as the reason of the differentiation and appearances are definitely prescribed, we have the Manovijnana. Caused by this is the birth of the body or the system of the Vijnanas. They do not, however, reflect thus: 'we, mutually dependent, come to get attached to the visible world which grows out of one's own mind and is discriminated by it.' The Vijnanas and Manovijnana rise simultaneously, mutually conditioning, and not broken up, but each taking in its own field of representations. ***According to Buddhism, there are five causes:*** Four elements of earth, water, fire and wind which are the causers or producers and maintainers of infinite forms of nature (results). Producing cause, supporting cause, holding or establishing cause, maintaining cause, and nourishing or strengthening cause. There are five other causes. First, Cause of rebirth. Second, Intermingling cause (good with good, bad with bad, neutral with neutral). Third, Cause of abiding in the present condition (the self in its attachment). Fourth, Cause of development (food, clothing, etc). Fifth, Remoter cause, the parental seed. ***Six Chief Causes and Four Sub-Causes in Buddhism:*** All the seventy-five elements mentioned in the Abhidharma of the Kosa School, though separate from one another, are found linked together in the actual world. This phenomenon is explained by the theory of causal relation or combination, sometimes called the Doctrine of the Ten Causes, in which six Chief Causes (hetu) and four Sub-causes (pratyaya) are assumed. Every phenomenon depends upon the union of the primary cause and conditional or environmental cause. According to the Abhidharma of the Kosa School, there are six chief causes in the Theory of Causal Relation. *First*, Karanahetu, the active cause as the leading factor in the production of an effect. The reason that makes the existence of anything possible. Effective causes of two kinds: Empowering cause and Non-resistant cause, as space does not resist. *Second*, Sahabhuhetu, the co-existent cause, more than two factors always working together.

Co-operative causes, as the four elements in nature, not one of which can be omitted. The law of mutuality, that is, the state of being mutually conditioned. *Third*, Sabhagahetu, the law that like produces like (causes of the same kind as the effect, good producing good, etc). The similar-species cause, a cause helping other causes of its kind. *Fourth*, Samprayuktahetu, the law of association (mutual responsive or associated causes, i.e. mind and mental conditions, subject with object). The concomitant cause, appearing at any time, from any motive, with regard to any fact, on any occasion and in any environment. *Fifth*, Sarvatragahetu, the law of generality, which is applicable to certain mental qualities making the common ground for others, or universal or omnipresent cause of illusion, as of false views affecting every act. The universally prevalent cause, a cause always connected with wrong views, doubts or ignorance which produces all the errors of men. *Sixth*, Vipakahetu, differential fruition, i.e. the effect different from the cause, as the hells are from evil deeds. This is the law of retribution, or fruition. The cause ripening in a different life, a cause which produces its effect in a different life, as when retributions are obtained in the life after death. Also according to the Kosa School in the Abhidharma, there are four sub-causes in the theory of Causal Relation. *First*, Hetu-pratyaya: The cause sub-cause which acts as chief cause (hetu-pratyaya), there being no distinction between the chief cause and the secondary cause, i.e., the water and the wind cause a wave. *Second*, Samanantara-pratyaya: The immediate sub-cause, occurring in order, one after another, consequences coming immediately and equally after antecedents, as waves following one after another. *Third*, Alambana-pratyaya: The objective sub-cause, which has an object or environment as a concurring cause, as waves are conditioned by a basin, a pond, a river, the sea, or a boat. *Fourth*, Adhipati-pratyaya: The upheaving sub-cause which is the most powerful one to bring all the abiding causes to a culmination, as the last wave that upsets a boat in a storm. Among these four causes, the cause sub-cause and the upheaving cause are the most important ones. The active cause is itself the upheaving sub-cause.

### *III. Causes of Birth and Death:*

According to the Surangama Sutra, book Nine, in the part of the ten states of formation skandha, the Buddha reminded Ananda: “Ananda, you should know that when the good person has obtained proper knowledge and his practice of samatha, his mind is unmoving, clear, and proper, and it cannot be disturbed by the ten kinds of demons from the heavens. He is now able to intently and thoroughly investigate the origin of all categories of beings. As the origin of each category becomes apparent, he can contemplate the source of the subtle, fleeting and pervasive fluctuation. But if he begins to speculate on that pervasive source, he could fall into error with two theories of the absence of cause.” First, perhaps this person sees no cause for the origin of life. Why? Since he has completely destroyed the mechanism of production, he can, by means of the eight hundred merits of the eye organ, see all beings in the swirling flow of karma during eighty thousand eons, dying in one place and being reborn in another as they undergo transmigration. But he cannot see beyond eighty thousand eons. Therefore, he concluded that for the last eighty thousand eons living beings in the ten directions of this and other worlds have come into being without any cause. Second, perhaps this person sees no cause for the end of life. And why? Since he perceives the origin of life, he believes that people are always born as people and birds are always born as birds; that crows have always been black and swans have always been white; that humans and gods have always stood upright and animals have always walked on four legs; that whiteness does not come from being washed and blackness does not come from being dyed; and that there have never been nor there will be any changes for eighty thousand eons. He says: “As I now examine to the end of this life, I find the same holds true. In fact, I have never seen Bodhi, so how can there be such a thing as the attainment of Bodhi? You should now realize that there is no cause for the existence of any phenomena.” Because of this speculation, he will lose proper and pervasive knowledge, fall into externalism, and become confused about the Bodhi nature.

According to Buddhism, children are born from four causes: First, repaying past kindness which the child incurred a debt of gratitude to the parents in previous lifetime. To repay it, the child has come to be

born in the parent's household and will attend painstakingly to their needs throughout their life. Second, repaying the past wrongs which the parents committed in their previous life. To seek retribution, the children have come to be born in their household. Thus when they are still young, they are so unruly and when grown they will create misfortunes and calamities implicating their parents. In old age the parents will be left in want, and their treatment after the parents' death will not only dishonor them, but the shame will extend to the ancestors as well. Third, for repaying past debts, the children have come to be reborn in their parents' household. If it is a great debt, repayment can be for the parents' entire lifetime. If the debt is small, repayment can cover part of the parents' lifetime before the children die. Fourth, to claim past debts, the children have come to be reborn in the family. If the debt is small, the parents will merely have to spend money to feed, clothe, education, health and helping them getting married. If the debt is big, the children may sometimes deplete all the parents' assets.

### ***(B) Conditions***

#### ***I. An Overview and Meanings of Conditions (Pratyaya):***

Conditions are external circumstances. If our cultivation power is weak, we can be attracted by external conditions; however, if our cultivation power is strong, no external environments can attract us. The sixth patriarch told the monks in Kuang Chou that: "It is not the wind moving, and it is not the flag moving, it is our mind moving." So if we follow the teachings of the sixth patriarch, no external environments can be fertilizers to our cycle of births and deaths. We may have been up and down in the samsara because of our previous or present karma. 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. Sincere Buddhists must try to zealously cultivate so that we establish no causes. Ancient sages always reminded that "Bodhisattvas fear causes, ordinary people fear results." Even though we are still ordinary people, try to know to fear "causes" so that we don't have to reap "results." The Buddha taught: "When the mind is still, all realms

are calm.” Therefore, the issue of certainty is a determination of our future Buddhahood. Condition means a concurrent or environment cause. Sanskrit term “Hetupratyaya” means causation or causality. Hetu and pratyaya are really synonymous; however, hetu is regarded as a more intimate and efficient agency of causation than a Pratyaya. Secondary cause, upon which something rests or depends, hence objects of perception; that which is the environmental or contributory cause; attendant circumstances. This is also the adaptive cause (water and soil help the seed growing). A Condition also means a contributory or developing cause, i.e. development of the fundamental Buddha-nature; as compared with direct or true cause. Contributory or developing cause of all undergoing development of the Buddha-nature, in contrast with the Buddha-nature or Bhutatathata itself. All things are produced by causal conditions (or conditional causation which are name by the effects, or following from anything as necessary result). To lay hold of, or study things or phenomena, in contrast to principles or noumena; or meditation on the Buddha’s nirmanakaya, and sambhogakaya, in contrast with the dharmakaya. People think that external conditions or circumstances which stir or tempt one to do evil. As a matter of fact, 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. The condition in which the five internal senses attach to the five external objects. According to the Lankavatara Sutra and the Kosa School in the Abhidharma, there are four sub-causes in the theory of Causal Relation. First, Hetu-pratyaya or the cause sub-cause which acts as chief cause (hetu-pratyaya), there being no distinction between the chief cause and the secondary cause, i.e., the water and the wind cause a wave. Second, Samanantra-pratyaya or the immediate sub-cause which is occurring in order, one after another, consequences coming immediately and equally after antecedents, as waves following one after another. Third, Alambana-pratyaya or the objective sub-cause which has an object or environment as a concurring cause, as waves are conditioned by a basin, a pond, a river, the sea, or a boat. Fourth, Adhipati-pratyaya or the upheaving sub-cause which is the most powerful one to bring all the abiding causes to a culmination, as the last wave that upsets a boat in a storm. Among these four causes, the cause

sub-cause and the upheaving cause are the most important ones. The active cause is itself the upheaving sub-cause. According to Bhikkhu Bodhi in *Abhidhamma*, there are twenty-four conditions: Root condition (Hetupaccayo (p)), Object condition (Arammanapaccayo (p)), Predominance condition (Adhipatipaccayo (p)), Proximity condition (Anantarapaccayo (p)), Contiguity condition (Samanantarapaccayo (p)), Conascence condition (Sahajatapaccayo (p)), Mutuality condition (Annamannapaccayo (p)), Support condition (Nissayapaccayo (p)), Decisive support condition (Upanissayapaccayo (p)), Prenascence condition (Purejatatapaccayo (p)), Postnascence condition (Pacchajatapaccayo (p)), Repetition condition (Asevana paccayo (p)), Kamma condition (Kammappaccayo (p)), Result condition (Vipakapaccayo (p)), Nutriment condition (Aharapaccayo (p)), Faculty condition (Indriyapaccayo (p)), Jhana condition (Jhanapaccayo (p)), Path condition (Maggapaccayo (p)), Association condition (Sampayuttapaccayo (p)), Dissociation condition (Vippayuttapaccayo (p)), Presence condition (Atthipaccayo (p)), Absence condition (Natthipaccayo (p)), Disappearance condition (Vigatapaccayo (p)), and Non-disappearance condition (Avigatapaccayo ti ayamettha patthanayo (p)).

## ***II. The Principle of Causation:***

According to Prof. Junjiro Takakusu in *The Essentials of Buddhist Philosophy*, all schools of Mahayana believe in the Principle of Causation. The theory of causation by Dharmadhatu is the climax of all the causation theories; it is actually the conclusion of the theory of causation origination, as it is the universal causation and is already within the theory of universal immanence, pansophism, cosmotheism, or whatever it may be called. The causation theory was explained first by action-influence, but as action originates in ideation, we had, secondly, the theory of causation by ideation-store. Since the ideation-store as the repository of seed-energy must originate from something else, we had, thirdly, the causation theory explained by the expression “Matrix of the Thus-come” (Tathagata-garbha) or Thusness. This curious term means that which conceals the Buddha. Because of concealment it has an impure side, but because of Buddhahood it has a pure side as well. It is a synonym of Thusness (Tathatva or Tathata, not



Tattva=Thisness or Thatness) which has in its broadest sense both pure and impure nature. Through the energy of pure and impure causes it manifests the specific character of becoming as birth and death, or as good and evil. Thusness pervades all beings, or better, all beings are in the state of Thusness. Here, as the fourth stage, the causation theory by Dharmadhatu (universe) is set forth. It is the causation by all beings themselves and is the creation of the universe itself, or we can call it the causation by the common action-influence of all beings. Intensively considered the universe will be a manifestation of Thusness or the Matrix of Tathagata (Thus-come). But extensively considered it is the causation of the universe by the universe itself and nothing more.

These definitions on the principle of causation are based on the interpretation of Prof. Junjiro Takakusu in *The Essentials of Buddhist Philosophy*. Conditioned things arise from the secondary causes, in contrast with arising from the primal nature or *bhutatatha* (Tánh giác). Second, everything arises from conditions and not being spontaneous and self-contained has no separate and independent nature. Third, Buddhism does not give importance to the idea of the Root-Principle or the First Cause as other systems of philosophy often do; nor does it discuss the idea of cosmology. Naturally such a branch of philosophy as theology did not have grounds to develop in Buddhism. One should not expect any discussion of theology from a Buddhist philosopher. As for the problem of creation, Buddhism is ready to accept any theory that science may advance, for Buddhism does not recognize any conflict between religion and science. Fourth, according to Buddhism, human beings and all living things are self-created or self-creating. The universe is not homocentric; it is a co-creation of all beings. Buddhism does not believe that all things came from one cause, but holds that everything is inevitably created out of more than two causes. The creations or becomings of the antecedent causes continue in time-series, past, present and future, like a chain. This chain is divided into twelve divisions and is called the Twelve Divisioned Cycle of Causation and Becomings. Since these divisions are interdependent, the process is called Dependent Production or Chain of causation. The formula of this theory is as follows: "From the existence of this, that becomes; from the happening of this, that happens. From the non-

existence of this, that does not become; from the non-happening of this, that does not happen.”

The theory of causation in Buddhism believes that everything relates in a formula as follows: From the existence of this, that becomes; from the happening of this, that happens. From the non-existence of this, that does not become; from the non-happening of this, that does not happen. Thus, the term “Causation” 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 “sunyata?” 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.

Just consider that billions of years ago, the earth had no life; volcanoes poured forth torrents of lava, and vapor and gas filled the sky. However, when the earth cooled about two billions years ago, microscopic one-celled living creatures were produced. It goes without saying that they were produced through the working of the Law. They were born when the energy of “sunyata” forming the foundation of lava, gas, and vapor came into contact with appropriate conditions or a secondary cause. It is the Law that provided the conditions for the generation of life. Therefore, we realize that the Law is not cold, a mere abstract rule, but is full of vivid power causing everything to exist and live. Conversely, everything has the power of desiring to exist and to live. During the first two billions years of the development of the earth, even lava, gas, and vapor possessed the urge to live. That is why one-celled living creatures were generated from them when the conditions were right. These infinitesimal creatures endured all kinds of trials, including extreme heat and cold, tremendous floods, and torrential rains, for about two billions years, and continued to live.

Moreover, they gradually evolved into more sophisticated forms, culminating in man. This evolution was caused by the urge to live of these first microscopic creatures. Life had mind, through which it desired to live, from the time even before it existed on earth. Such a will exists in everything in the universe. This will exists in man today. From the scientific point of view, man is formed by a combination of elementary particles; and if we analyze this still more deeply, we see that man is an accumulation of energy. Therefore, the mind desiring to live must surely exist in man.

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. Zen practitioners who want to attain enlightenment, must understand the meaning of these truths.

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. All things in the phenomanal 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. So do we, 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. All things are unreal; they are deceptions; Nirvana is the only truth."

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; things 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 of 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.

Dependent Arising is an essential corollary to the second and third of the Four Noble Truths, and is not, as some are inclined to think, a later addition to the teaching of the Buddha. This Dependent Arising, this doctrine of conditionality, is often explained severely practical terms, but it is not a mere pragmatical teaching, though it may appear to be so, owing to the shortness of the explanations. Those conversant with the Buddhist Canon know that in the doctrine of Dependent Arising is found that which brings out the basic principles of knowledge and wisdom in the Dhamma. In this teaching of the conditionality of everything in the world, can be realized the essence of the Buddha's outlook on life. This conditionality goes on uninterrupted and uncontrolled by self-agency or external agency of any sort. The doctrine of conditionality can not be labelled as determinism, because in this teaching both the physical environment and the moral causation (psychological causation) of the individual function together. The physical world influences man's mind, and mind, on the other hand, influences the physical world, obviously in a higher degree, for as the Buddha taught in the Samyutta-Nikaya: "The world is led by the mind." If we fail to understand the real significance and application to life of the Dependent Arising, we mistake it for a mechanical law of causality or even a simple simultaneous arising, a first beginning of all things, animate and inanimate. As there is no origination out of nothing in Buddhist thought, Dependent Arising shows the impossibility of a first cause. The first beginning of existence, of the life stream of living

beings is inconceivable and as the Buddha says in the Samyutta-Nikaya: “Notions and speculations concerning the world may lead to mental derangement. O Monks! This wheel of existence, this cycle of continuity is without a visible end, and the first beginning of beings wandering and hurrying round, wrapt in ignorance and fettered by craving is not to be perceived.” In fact, it is impossible to conceive of a first beginning. None can trace the ultimate origin of anything, not even of a grain of sand, let alone of human beings. It is useless and meaningless to seek a beginning in a beginningless past. Life is not an identity, it is a becoming. It is a flux of physiological and psychological changes.

Twenty centuries ago, the Buddha said: “Humanity and the world are the cause and conditions to be linked and to become.” His words have denied the presence of a Creator or God. They give us a scientific and objective outlook of the present world, related to the law of Conditioning. It means that everything is dependent upon conditions to come into being or survive. In other words, there is nothing that can be self-creating and self-existing, independent from others. All sentient beings, objects, elements, etc., in this world are determined by the law of conditioning, under the form of formation, stabilization, deterioration, and annihilation. Man is a small cosmos. He comes into being not by himself but by the activation of the law of transformation. The meaning of the Twelve Conditions of Cause-and-Effect are extremely deep and profound. They are important doors for cultivators to step into the realm of enlightenment, liberation from the cycle of birth, death, bondage, sufferings, and afflictions from the three worlds and six paths, and to attain Pratyeka-Buddhahood.

Buddhism does not agree with the existence of a so-called “self,” nor a so-called Creator. But this doesn’t mean that all beings and things do not exist. They do not exist with a substratum or a permanent essence in them, as people often think, but according to Buddhism beings and things do exist as causal relatives or combinations. All becomings, either personal or universal, originate from the principle of causation, and exist in causal combinations. The center of causation is one’s own action, and the action will leave it latent energy which decides the ensuing existence. Accordingly, our past forms our present, and the present forms the future. In this world, we are continuously

creating and changing ourselves as a whole. According to the Madhyamaka philosophy, the doctrine of causal law (Pratityasamutpada) is exceedingly important in Buddhism. It is the causal law both of the universe and the lives of individuals. It is important from two points of view. Firstly, it gives a very clear idea of the impermanent and conditioned nature of all phenomena. Secondly, it shows how birth, old age, death and all the miseries of phenomenal existence arise in dependence upon conditions, and how all the miseries cease in the absence of these conditions. The rise and subsidence of the elements of existence is not the correct interpretation of the causal law. According to the Madhyamaka philosophy, the causal law (pratityasamutpada) does not mean the principle of temporal sequence, but the principle of essential dependence of things on each other. In one word, it is the principle of relativity. Relativity is the most important discovery of modern science. What science has discovered today, the Buddha had discovered more than two thousand five hundred years before. In interpreting the causal law as essential dependence of things on each other or relativity of things, the Madhyamaka means to controvert another doctrine of the Hinayanists. The Hinayanists had analyzed all phenomena into elements (dharmas) and believed that these elements had a separate reality of their own. The Madhyamika says that the very doctrine of the causal law declares that all the dharmas are relative, they have no separate reality of their own. Without a separate reality is synonymous with devoid of real (sunyata), or independent existence. Phenomena are devoid of independent reality. The most importance of the causal law lies in its teaching that all phenomenal existence, all entities in the world are conditioned, are devoid of real (sunya), independent existence (svabhava). There is no real, dependent existence of entities. All the concrete content belongs to the interplay of countless conditions. Nagarjuna sums up his teaching about the causal law in the following words: "Since there is no elements of existence (dharma) which comes into manifestation without conditions, therefore there is no dharma which is not 'sunya,' or devoid of real independent existence."

### *III. The Twelve Conditions of Cause-and-Effect:*

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.

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. 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. 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. 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 six sense organs (eye and form, ear and sound, nose and scent, tongue and taste, body and Texture, mind and 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. 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. 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. 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. 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. 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. 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. In his new life, he will become old and die as every being does.

***IV. Interbeing Endlessly Interwoven:***

Interbeing Endlessly Interwoven, name of a kind of meditation on the manifestation of all phenomena as interdependent. This meditation can help free us from the concept of “unity and diversity,” or “one and all.” This meditation can dissolve the concept of “me” because the concept of “self” is built on the opposition of unity and diversity. When we think of a speck of dust, a flower, or a human being, our thinking cannot break loose from the idea of unity, of one, of calculation. We see a line between one and many, between one and not one. In daily life we need this just as a train needs a track. But if we truly realize the interdependent nature of the dust, the flower, and the human being, we see that unity cannot exist without diversity. Unity and diversity

interpenetrate each other freely. Unity is diversity. This is the principle of interbeing and interpenetration of the Avatamsaka Sutra. Interbeing means “This is that,” “That is this.” Interpenetration means “This is in that,” and “That is in this.” When we meditate deeply on interbeing and interpenetration, we see that the idea of “one and many” is only a mental construct which we use to contain reality, much as we use a bucket to hold water. Once we have escaped the confinement of this construct, we are like a train breaking free of its rails to fly freely in space. Just as when we realize that we are standing on a spherical planet which is rotating around its axis and around the sun, our concepts of above and below disintegrate, so when we realize the interdependent nature of all things,” we are freed from the idea of “one and many.” The image of a Indra’s Jeweled net is used in the Avatamsaka Sutra to illustrate the infinite variety of interactions and intersections of all things. The net is woven of an infinite variety of brilliant gems, each with countless facets. Each gem reflects in itself every other gem. In this vision, each gem contains all the other gems.

To envision the interwoven nature of relationships, which illustrate the character of interbeing and interpenetration, we can picture a sphere which is composed of all the points on its surface and all the points within its volume. There are extremely many points, yet without each of them the sphere does not exist. Now let us imagine connecting each point with all the other points. First we connect point A to each of the other points. Then we connect point B with each of the others, including A, and so on until all the points are connected. As you can see we have woven the points are connected . As you can see we have woven and extremely dense net intertwining all the points. The principle of the Interbeing and interpenetration in the Avatamsaka Sutra refuses to accept the concept of inner/outer, big/small, one/many as real, it also refuses the concept of space as an absolute reality. With respect to time, the conceptual distinction between past, present, and future is also destroyed. The Avatamsaka Sutra says that past and future can be put into the present, present and past into future, present and future into past, and finally all eternity into one ksana, the shortest possible moment. To summarize, time, like space, is stamped with the seal of interdependence, and one instant contains three times: past, present and future. Not only does a speck of dust contain in itself,

infinite space, it also contains endless time; in one ksana we find both infinite time and endless space. According to the Avatamsaka Sutra, in the Interdependence of all things or interbeing, cause and effect are no longer perceived as linear, but as a net, not a two-dimensional one, but a system of countless nets interwoven in all directions in multi-dimensional space. Not only do the organs contain in themselves the existence of all the other organs, but each cell contains in itself all the other cells. One is present in all and all are present in each one. This is expressed clearly in the Avatamsaka Sutra as “One is all, all is one.” When we fully grasp this, we are freed from the pitfall of thinking of “one” and “many,” a habit that has held us trapped for so long. When we say, “One cell contains in itself all the other cells,” do not misunderstand that there is some way that one cell’s capacity can be stretched to fit all the others inside of it. We mean that the presence of one cell implies the presence of all the others, since they cannot exist independently, separate of the others.

### *(C) Effects*

#### *I. An Overview and Meanings of Effects:*

The term “consequence” or “effect” contrasts with “cause,” or “Fruit” contrasts with “seed.” According to Buddhism, all phenomena have the same nature: the effect by causing a further effect becomes also a cause. All phenomena which are influenced by the production or birth, duration or existence, change, and annihilation. 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. 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.

## ***II. Recompensations:***

Recompensations are 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. The effect by causing a further effect becomes also a cause. Karma-reward; the retribution of karma (good or evil). However, according to the Hua-Yen sect, the body of karmic retribution, especially that assumed by a bodhisattva to accord with the conditions of those he seeks to save.

*There are two kinds of reward:* First, the material environment on which a person depends, resulting from former karma. Buddhist doctrine believes that direct retribution of individual’s previous existence and the dependent condition or environment created by the beings’ minds. Second, direct reward, body or person. The body is the direct fruit of the previous life; the environment is the indirect fruit of the previous life. Being the resultant person, good or bad, depends on or results from former karma. Direct retribution of the individual’s previous existence, such as being born as a man is the result of keeping the five basic commandments for being reborn as a man.

*There are also three recompenses:* First, immediate result or Immediate retribution, or recompense in the present life for deeds done now. Recompenses in the present life for deeds done now, or result that happens in this present life. Present-life recompense for good or evil done in the present life. For example, if wholesome karma are created in this life, it is possible to reap those meritorious retributions in this present life; if evil karma are committed in this life, then the evil consequences will occur in this life. Second, future result or next life retribution or rebirth retribution. Recompenses in the next rebirth for deeds done now. Recompenses in the next rebirth for deeds now done, or future result which will happen in the next life. One of the three and four retributions, life’s retribution. The deeds, wholesome or unwholesome, done in this life produce their results, meritorious retributions or evil karma, in the next reincarnation. Third, deferred result or future retribution. This is the recompenses in subsequent life. Recompenses in subsequent lives, or result that is deferred for some time to come. The retribution received in the next or further

incarnation for the deeds done in this life. Wholesome and unwholesome karma are created in this life, but sometimes the karma will pass through the second, third life, or even longer before one is able to reap the meritorious retributions or endure the evil consequences. Whether these future retributions are earlier or later is not absolute, but it is absolutely unavoidable. If there is action, whether it is good or evil, there will be consequences sooner or later. Ancient sages taught: “The heaven’s net may be thin, but even a hair will not fall through,” and “supposing hundreds of thousands of lives have passed, but the karma created still remains; when destinies, circumstances come to fruition, the appropriate retributions will not be denied.” There are some noticeable situations which Buddhists should clearly understand to prevent any misunderstanding about the law of cause and effect: Those who commit evil in this life, yet continue to prosper; it is because they have only began to commit transgressions in this life. However, in the former lives, they have already formed wholesome merits, make offerings and charitable donations. The evil deeds of this life which have just been planted, have not had the proper time to form unwholesome consequences; while the wholesome deeds in the former lives planted long ago, have had the time to come to fruition in the present life. There are also other circumstances, where people practice good deeds, yet they continue to suffer, experience setbacks, misfortunes, etc. that is because they have just learned to practice wholesome conducts in the present life. Otherwise, in the former lives, they have created many unwholesome deeds. The wholesome deeds in this life have just been planted, have not had the proper time to grow into wholesome fruition. However, the wholesome and wicked deeds in the former lives which had been planted long long ago, have had the proper time to come to fruition in the present life. This is one of the three consequences associated with the causes for a child to be born into a certain family. Transgressions or wholesome deeds we perform in this life, we will not receive good or bad results in the next life; however, good or bad results can appear in the third, fourth or thousandth lifetime, or until untold eons in the future. Also there are four kinds of retribution. First, action to receive retribution immediately. Second, action to receive retribution in the present life. Third, action to receive retribution in the life to come.

Fourth, action to receive retribution in one of the lives following the next.

### ***III. Five Fruits or Effects:***

The five fruits of karma. Pancaphalani, or effects produced by one or more of the six hetus or causes. *First, Fruit ripening divergently:* Differing from the cause, different when cooked, or matured, i.e. the effect differing from the cause, pleasure differing from goodness its cause, and pain from evil. Maturing or producing its effects in another life. When an evil deed is committed, the doer suffers pain; when a good deed is done, he enjoys pleasure. Pleasure and pain in themselves are unmoral and neutral as far as their karmic character is concerned. Hence the name “differently ripening.” Fruit ripening divergently (pleasure and goodness are in different categories; present organs accord in pain or pleasure with their past good or evil deeds). *Second, Flowing down fruit or the flowing out fruit:* Fruit of the development of germ or Uniformly continuous effect. When an evil or a good deed is done, this tends to make the doer more easily disposed towards evils or goods. As cause and effect are of the same nature, this “phala” is called “flowing in the same course.” Fruit of the same order (goodness reborn from previous goodness). Fruit that flows in the same course, like effects arise from like causes, e.g. good from good, evil from evil; present condition in life from conduct in previous existence; hearing from sound, etc..., like producing like; The equality of cause and effect; like causes produce like effects. *Third, Present position and function fruit:* Literally means man-working. It is the effect produced by a human agent at work. Vegetables or cereals grow abundantly from the earth owing to the will, intelligence, and hard work of the farmer; as the harvest is the fruit brought about by a human agency, the name purusha is given to this form of effect. *Fourth, Dominant effect, or increased, or superior effect:* Present position and function fruit, the reward of moral merit in previous life. That anything at all exists is due to the cooperation positive or negative of all other things; for if the latter interfere in any way, the former will cease to exist. When thus the co-existence of things is regarded as the result of universal mutuality, it is called “the helping.” Increased or superior effect (fruit) or position arising previous earnest endeavour and superior capacity,



e.g. eye-sight as an advance on the eye-organ. *Fifth, Fruit of freedom from all bonds, nirvana fruit:* Nirvana is the fruit of spiritual discipline, and as it enables one to be released from the bondage of birth-and-death, it is called “freeing from bondage.” Emanipated effect produced by all the six causes.

#### ***IV. Six Recompensations:***

In the Surangama Sutra, book Eight, the Buddha reminded Ananda about the six retributions as follows: “Ananda! Living beings create karma with their six consciousnesses. The evil retributions they call down upon themselves come from the six sense-organs.” *The first recompensation is the “Retribution of Seeing”:* Retribution of seeing, which beckons one and leads one to evil ends. The karma of seeing intermingles, so that at the time of death one first sees a raging conflagration which fills the ten directions. The deceased one’s spiritual consciousness takes flight, but then falls. Riding on a wisp of smoke, it enters the intermittent hell. There, it is aware of two appearances. One is a perception of brightness in which can be seen all sorts of evil things, and it gives rise to boundless fear. The second one is a perception of darkness in which there is total stillness and no sight, and it experiences boundless terror. When the fire that comes from seeing burns, the sense of hearing. It becomes cauldrons of boiling water and molten copper; when it burns the breath, it becomes black smoke and purple fumes; when it burns the sense of taste, it becomes the scorching hot pellets and molten iron gruel; when it burns the sense of touch, it becomes white-hot ember and glowing coals; when it burns the mind, it becomes stars of fire that shower everywhere and whip up and inflame the entire realm of space. *The second recompensation is the “Retribution of Hearing”:* Retribution of hearing, which beckons one and leads one to evil ends. The karma of hearing intermingles, and thus at the time of death one first sees gigantic waves that drown heaven and earth. The deceased one’s spiritual consciousness falls into the water and rides the current into the intermittent hell. There, it is aware of two sensations, one is open hearing, in which it hears all sorts of noise and its essential spirit becomes confused, and the second is closed hearing, in which there is total stillness and no hearing, and its soul sinks into oblivion. When the waves from hearing flow into the

hearing, they become scolding and interrogation. When they flow into the seeing, they become thunder and roaring the evil poisonous vapors. When they flow into the breath, they become rain and fog that is permeated with poisonous organisms that entirely fill up the body. When they flow into the sense of taste, they become pus and blood and every kind of filth. When they flow into the sense of touch, they become animal and ghosts, and excrement and urine. When they flow into the mind, they become lightning and hail which ravage the heart and soul. *The third recompensation is the "Retribution of Smelling":* The retribution of smelling, which beckons one and leads one to evil ends. The karma of smelling intermingles, and thus at the time of death one first sees a poisonous smoke that permeates the atmosphere near and far. The deceased one's spiritual consciousness wells up out of the earth and enters the unintermittent hell. There, it is aware of two sensations: one is unobstructed smelling, in which it is thoroughly infused with the evil vapors and its mind becomes distressed, and the second is obstructed smelling, in which its breath is cut off and there is no passage, and it lies stifled and suffocating on the ground. When the vapor of smelling invades the breath, it becomes cross examination and bearing witness. When it invades the seeing, it becomes fire and torches. When it invades the hearing, it becomes sinking and drowning, oceans, and bubbling cauldrons. When it invades the sense of taste, it becomes putrid or rancid foods. When it invades the sense of touch, it becomes ripping apart and beating to a pulp. It also becomes a huge mountain of flesh which has a hundred thousand eyes and which is sucked and fed upon by numberless worms. When it invades the mind, it becomes ashes, pestilent airs, and flying sand and gravel which cut the body to ribbons. *The fourth recompensation is the "Retribution of Tasting":* The retribution of tasting, which beckons and leads one to evil ends. This karma of tasting intermingles, and thus at the time of death one first sees an iron net ablaze with a raging fire that covers over the entire world. The deceased one's spiritual consciousness passes down through this hanging net, and suspended upside down, it enters the unintermittent hell. There, it is aware of two sensations: one is a sucking air which congeals into ice so that it freezes the flesh of his body, and the second a spitting blast of air which spews out a raging fire that roasts his bones and marrow to a pulp. When the tasting

of flavors passes through the sense of taste, it becomes what must be acknowledged and what must be endured. When it passes through the seeing, it becomes burning metal and stones. When it passes through the hearing, it becomes sharp weapons and knives. When it passes through the sense of smell, it becomes a vast iron cage that encloses the entire land. When it passes through the sense of touch, it becomes bows and arrows, crossbows, and darts. When it passes through the mind, it becomes flying pieces of molten iron that rain down from out of space. *The fifth recompensation is the "Retribution of Touching"*: The retribution of touching which beckons and leads one to evil ends. The karma of touching intermingles, and thus at the time of death one first sees huge mountains closing in on one from four sides, leaving no path of escape. The deceased one's spiritual consciousness then sees a vast iron city. Fiery snakes and fiery dogs, wolves, lions, ox-headed jail keepers, and horse-headed rakshasas brandishing spears and lances drive it into the iron city toward the unintermittent hell. There, it is aware of two sensations: one is touch that involves coming together, in which mountains come together to squeeze its body until its flesh, bones, and blood are totally dispersed, and the second is touch that involves separation, in which knives and swords attack the body, ripping the heart and liver to shreds. When this touching passes through the sensation of touch, it becomes striking, binding, stabbing, and piercing. When it passes through the seeing, it becomes burning and scorching. When it passes through the hearing, it becomes questioning, investigating, court examinations, and interrogation. When it passes through the sense of smell, it becomes enclosures, bags, beating, and binding up. When it passes through the sense of taste, it becomes plowing, pinching, chopping, and severing. When it passes through the mind, it becomes falling, flying, frying, and broiling. *The sixth recompensation is the "Retribution of Thinking"*: The retribution of thinking, which beckons and leads one to evil ends. The karma of thinking intermingles, and thus at the time of death one first sees a foul wind which devastates the land. The deceased one's spiritual consciousness is blown up into space, and then, spiraling downward, it rides that wind straight into the unintermittent hell. There, it is aware of two sensations: one is extreme confusion, which causes it to be frantic and to race about ceaselessly, and the second is not confusion, but

rather an acute awareness which causes it to suffer from endless roasting and burning, the extreme pain of which is difficult to bear. When this deviant thought combines with thinking, it becomes locations and places. When it combines with seeing, it becomes inspection and testimonies. When it combines with hearing, it becomes huge crushing rocks, ice, and frost, dirt and fog. When it combines with smelling, it becomes a great fiery car, a fiery boat, and a fiery jail. When it combines with tasting, it becomes loud calling, wailing, and regretful crying. When it combines with touch, it becomes sensations large and small, where ten thousand births and ten thousand deaths are endured every day, and of lying with one's face to the ground.

### ***(D) Special Characters of Cause and Effect***

#### ***I. Special Characters of Cause and Effect:***

In Buddhism, 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. 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. 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.

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.

There are four views of the theory of Cause and effect. First, the theory of self-becoming, which means that the cause and effect are identical, that things are produced out of themselves. Nagarjuna had evidently in view the Satkaryavada of Samkhya while criticizing the autogenous theory of causality. The Madhyamika's criticism of this theory may be summarized thus: (i) If the effect is already present in the cause, not purpose would be served by its re-production. The Samkhya may say that though the effect may be present in the cause, its manifestation is something new. This, however, does not mean that the effect is a new substance. It only means that it is a new form or state goes against the identity of the underlying substratum; (ii) If it is said that the cause is partly actual, and partly potential, it would amount to accepting opposed natures in one and the same thing. (iii) If the cause is wholly potential, it cannot by itself become actual without an extraneous aid. The oil cannot be got out of the seed, unless it is pressed by a crusher. If it has to depend on an external aid, then there is no 'self-production' (svata-utpattih); (iv) If the cause and effect are identical, it would be impossible to distinguish one as the producer of the other. The identity view of cause and effect is, therefore, troubled itself with self-contradiction. Second, production from another (Parata-Utpattih), which means that the cause and effect are different. This

view is known as “Asatkaryavada.” This was held by the Sarvastivadins and Sautrantikas or the Hinayanists in general. Nagarjuna had obviously these in view while criticizing this heterogeneous view of causality. His criticism of this view makes out the following important points: (i) If the cause is different from the effect, no relation can subsist between the two. In what case anything can be produced from anything. (ii) The Hinayanist believed that with the production of the effect the cause ceased to exist. But ‘ex-hypothesis’ causality is a relation between two. Unless the cause and effect co-exist, they cannot be related. If they cannot be related, causality becomes meaningless. (iii) The Hinayanist believed that the effect is produced by a combination of factors. Now for the co-ordination of these factors, another factor would be required, and again for the co-ordination of the additional factor with the previous one, another factor be required. This would lead to a ‘regressus ad infinitum’. Third, Production from both “itself and another” (Duabhyam-Utpattih). This theory believes that the effect is both identical with and different from the cause. This is a combination of both Satkaryavada and Asatkaruavada, and so contains the inconsistencies of both. Besides this would invest the real with two opposed characters (identity and difference) at one and the same time. Fourth, Production without any cause or production by chance (Ahetutah-Utpattih). This theory maintains that things are produced without a cause, or produced by chance. The Naturalists and Sceptics (Svabhavaadins) believed in such a theory. If no reason is assigned for the theory, it amounts to sheer, perverse dogmatism. If a reason is assigned, it amounts to accepting a cause.

## ***II. Four Views of Causality In Buddhism:***

According to Nagarjuna in the Madhyamaka Sastra, there are four views about causality: *The first view is the theory of self-becoming:* This means that the cause and effect are identical, that things are produced out of themselves. Nagarjuna had evidently in view the Satkaryavada of Samkhya while criticizing the autogenous theory of causality. The Madhyamika’s criticism of this theory may be summarized thus: (i) If the effect is already present in the cause, no purpose would be served by its re-production. The Samkhya may say

that though the effect may be present in the cause, its manifestation is something new. This, however, does not mean that the effect is a new substance. It only means that it is a new form or state goes against the identity of the underlying substratum; (ii) If it is said that the cause is partly actual, and partly potential, it would amount to accepting opposed natures in one and the same thing. If the cause is wholly potential, it cannot by itself become actual without an extraneous aid. The oil cannot be got out of the seed, unless it is pressed by a crusher. If it has to depend on an external aid, then there is no 'self-production' (svata-utpattih); (iii) If the cause and effect are identical, it would be impossible to distinguish one as the producer of the other. The identity view of cause and effect is, therefore, troubled itself with self-contradiction. *The second view is the production from another (Parata-Utpattih):* This means that the cause and effect are different. This view is known as "Asatkaryavada." This was held by the Sarvastivadins and Sautrantikas or the Hinayanists in general. Nagarjuna had obviously these in view while criticizing this heterogeneous view of causality. His criticism of this view makes out the following important points: (i) If the cause is different from the effect, no relation can subsist between the two. In what case anything can be produced from anything. (ii) The Hinayanist believed that with the production of the effect the course ceased to exist. But 'ex-hypothesis' causality is a relation between two. Unless the cause and effect co-exist, they cannot be related. If they cannot be related, causality becomes meaningless. (iii) The Hinayanist believed that the effect is produced by a combination of factors. Now for the co-ordination of these factors, another factor would be required, and again for the co-ordination of the additional factor with the previous one, another factor be required. This would lead to a 'regressus ad infinitum'. *The third view is the production from both "itself and another" (Duabhyam-Utpattih):* This theory believes that the effect is both identical with and different from the cause. This is a combination of both Satkaryavada and Asatkaruavada, and so contains the inconsistencies of both. Besides this would invest the real with two opposed characters (identity and difference) at one and the same time. *The fourth view is the production without any cause or production by chance (Ahetutah-Utpattih):* This theory maintains that things are produced without a cause, or produced by chance. The Naturalists and



Sceptics (Svabhavaadins) believed in such a theory. If no reason is assigned for the theory, it amounts to sheer, perverse dogmatism. If a reason is assigned, it amounts to accepting a cause.

### ***III. Ten Causes and Ten Effects:***

According to Buddhism, 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. According to the Surangama Sutra, book Eight, the Buddha reminded Ananda about the ten causes and ten effects as mentioned below. ***The first cause and its effect is the Habits of lust or the habit of sexual desire:*** Lust grows into a habit because of sexual intercourse in which two people caress each other thereby producing heat that in turn stimulates desire. This is like the heat caused by rubbing the hands together. Adultery results in the iron bed, the copper pillar, and the eight hot hells (the bed stands for sexual desire and the pillar for the partner on whom the sinner depends to stimulate his sexual appetite). The Buddha taught: “Habits of lust and reciprocal interactions which give rise to mutual rubbing. When this rubbing continues without cease, it produces a tremendous raging fire within which movement occurs, just as warmth arises between a person’s hands when he rubs them together. Because these two habits set each other ablaze, there come into being the iron bed, the copper pillar, and other such experiences.

Therefore, Thus Come Ones of the ten directions look upon the practice of lust and name it the ‘fire of desire.’ Bodhisattvas avoid desire as they would a fiery pit.” ***The second cause and its effect is the Habits of greed (craving):*** Covetousness results in the cold hells. The Buddha taught: “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.” ***The third cause and its effect is the Habits of arrogance:*** Conceit results in blood rivers and poisonous seas. Habits of arrogance and resulting friction which give rise to mutual intimidation. When it accelerates without cease, it produces torrents and rapids which create restless waves of water, just as water is produced when a person continuously works his tongue in an effort to taste flavors. Because these two habits incite one another, there come into being the river of blood, the river of ashes, the burning sand, the poisonous sea, the molten copper which is poured over one or which must be swallowed, and other such experiences. Therefore, the Thus Come Ones of the ten directions look upon self-satisfaction and name it ‘drinking the water of stupidity.’ Bodhisattvas should avoid arrogance as they would a huge deluge.” ***The fourth cause and its effect is the Habits of hatred (anger):*** Hatred results in emasculation of sex organ. Habits of hatred which give rise to mutual defiance. When the defiance binds one without cease, one’s heart becomes so hot that it catches fire, and the molten vapor turns into metal. From it produced the mountain of knives, the iron cudgel, the tree of swords, the wheel of swords, axes and halberds, and spears and saws. It is like the intent to kill surging forth when a person meets a mortal enemy, so that he is roused to action. Because these two habits clash with one another, there come into being castration and hacking, beheading and mutilation, filing and sticking, flogging and beating, and other such experiences. Therefore, the Thus Come Ones of the ten directions look upon hatred and name it ‘sharp knives and swords.’ Bodhisattvas should avoid hatred as they would their own execution.” ***The fifth cause and its effect is the Habits of deceptions:*** Deceitfulness result in

yokes and being beaten with rods. The Buddha taught: “Habits of deception and misleading involments which give rise to mutual guide. When such maneucering continues without cease, it produces the ropes and wood of gallows for hanging, like the grass and trees that grow when water saturates a field. Because these two habits perpetuate one another, there come into being handcuffs and fetters, cangues and locks, whips and clubs, sticks and cudgels, and other such experiences. Therefore, the Thus Come Ones of the ten directions look upon deception and name it a ‘treacherous crook.’ Bodhisattvas fear deception as they would a savage wolf.” ***The sixth cause and its effect is the Habits of lying:*** The Buddha taught: “Habits of lying and combined fraudulence which give rise to mutual cheating. When false accusations continue without cease, one becomes adept at corruption. From this there come into being dust and dirt, excrement and urine, filth, stench, and impurities. It is like the obscuring of everyone’s vision when the dust is stirred up by the wind. Because these two habits augment one another, there come into being sinking and drowning, tossing and pitching, flying and falling, floating and submerging, and other such experiences. Therefore, the Thus Come Ones of the ten directions look upon lying and name it ‘robbery and murder.’ Bodhisattvas regard lying as they would treading on a venomous snake.” ***The seventh cause and its effect is the Habits of animosity (resentment):*** Habits of animosity and interconnected enmity which give rise to grievances. From this there come into being flying rocks, thrown stones, caskets and closets, cages on wheels, jars and containers, and bags and rods. It is like someone harming others secretly. He harbors, cherishes, and nurtures evil. Because these two habits swallow one another up, there come into being tossing and pitching, seizing and apprehending, striking and shooting, casting away and pinching, and other such experiences. Therefore, the Thus Come Ones of the ten directions look upon animosity and name it a ‘disobedient and harmful ghost.’ Bodhisattvas regard animosity as they would drinking poisonous wine.” ***The eighth cause and its effect is the Habits of views (wrong views):*** Wrong views result in torture. The Buddha taught: “Habits of views and the admixture of understandings, such as Satkayadrishti, views, moral prohibitions, grasping, and deviant insight into various kinds of karma, which bring about opposition and

produce mutual antagonism. From them there come into being court officials, deputies, certifiers, and registrars. They are like people traveling on a road, who meet each other coming and going. Because these two habits influence one another, there come into being official inquiries, baited questions, examinations, interrogations, public investigations, exposure; a youth who is recording good and evil, carrying the record books of the offenders' arguments and rationalizations, and other such experiences. Therefore, the Thus Come Ones of the ten directions look upon evil views and name them the 'pit of views.' Bodhisattvas regard having false and one-sided views as they would standing on the edge of a steep ravine full of poison." *The Ninth cause and its effect is the Habits of injustice (unfairness):* Habits of injustice and their interconnected support of one another; they result in instigating false charges and libeling. From them are produced crushing between mountains, crushing between rocks, stone rollers, stone grinders, plowing, and pulverizing. It is like a slanderous villain who engages in persecuting good people unjustly. Because these two habits join ranks, there come into being pressing and pushing, bludgeons and compulsion, squeezing and straining, weighing and measuring, and other such experiences. Therefore, the Thus Come Ones of the ten directions look upon harmful accusations and name them a 'treacherous tiger.' Bodhisattvas regard injustice as they would a bolt of lightning." *The tenth cause and its effect is the Habits of litigation (disputation):* Habits of litigation and the mutual disputations which give rise to covering. From them there are produced a look in the mirror and illumination by the lamp. It is like being in direct sunlight. There is no way one can hide one's shadow. Because these two habits bicker back and forth, there come into being evil companions, the mirror of karma, the fiery pearl, exposure of past karma, inquests, and other such experiences. Therefore, all the Thus Come Ones of the ten directions look upon covering and name it a 'yin villain.' Bodhisattvas regard covering as they would having to carry a mountain atop their heads while walking upon the sea."

#### ***IV. Cause and Effect in the Present and Future Lives:***

Law of cause and effect (relation between cause and effect) is obvious, easy to see and easy to understand. Effect means 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. Cause and Effect can be Simultaneous. 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. Cause with result can be at different times. It is to say cause and effect can happen at different times. The law of karma and its retribution can permeate all three life spans: immediate retributions, rebirth retributions (next life retributions), and future retributions. However, the law of karma and its retribution can permeate in many life spans. According to Cause and Effect Sutra, there are corresponding causes and effects happen in the present and future lives as follows: Being all alone in this life is the consequence of harming other people with a wicked mind in previous life. Being dumb, deaf, or blind in this life is the consequence of slandering (people who read or recite) Mahayana sutras in previous life. If we do not cultivate in this life, then when will we do so? Having the privilege to ride on a horse or travel in luxurious sedan cars in this life is the consequence of one’s contribution made to public welfare by building the bridges and repairing the roads in his previous life. Having so many children and grandchildren in this life is the consequence of setting free birds, animals as well as doing good deeds to other beings in previous life. Being respectful in this life is the consequence of paying respect to other people in previous life. To create hatred and afflictions to other people in this life, next life will be harmed by tigers, bears or snakes. Frequent gossip in this life, will be born dumb and deaf in the next life. Being so rich as to wear in silk fabrics or in satin dress in this life is the consequence of one’s offerings of robes to the monks and nuns in his previous life. To benefit oneself by bringing harm to others, next life will become a buffalo or a horse to pay retribution and at the end of the life will be killed for meat. Being happy in this life is the consequence of not causing physical or mental harm or damage to any being in previous life. To look down upon other people in this life, will be reborn in the mean and poor family and looked down by other people in the next life. To be jealous of others or to cause disputes among other people, will have a body with bad odour (nobody dares to come near) in the next life. Being free from illness in

this life is the consequence of donating medicines to the poor in previous life. Don't believe in the Buddhist doctrines in this life, will be dumb and deaf (not be able to read and hear) in the next life. Working as a servant in this life is the consequence of ill-treating servants or not paying debts in previous life. Becoming a cow or horse in this life is the consequence of wicked deeds and not paying debts in previous life. To deceive the monks and nuns to get the money from the temple in this life, will become a buffalo, a cow, a pig or even a dog to pay retribution in the next life. To maltreat animals, will be reborn as animals to pay retribution in the next life. Being so rich as to be able to live in luxurious life is the consequence of offerings rice to the temples in previous life. Being sufficient with food and dress in this life is the consequence of giving alms to the poor in one's previous life. To slander the monks and nuns (not to slander the Triratna) in this life, will be reborn as a lizard to click the tongue every night. Being sufficient with luck, nobility and prosperity in this life is the consequence of one's generous offerings made in the construction of the temples and monasteries as well as building of the shelters for the needy in previous life. To feel happy when seeing the misfortunes of others in this life, will be in constant troubles and sicknesses in the next life. To refuse to rescue others when they are in danger, will have the bad fate of staying in prison in the next life. Being full of great intelligence and wisdom in this life is the consequence of praying and reciting Amitabha Buddha's name in previous life. Enjoying longevity in this life is the consequence of setting free animals as well doing good deeds to other people in previous life. Being so beautiful and dignified in outer aspects in this life is the consequence of sincere offerings flowers to the Buddha (statue or image) in previous life. Holding the position of high ranking officer in this life is the consequence of one's decorating the statue of the Buddha with gold leaf in his previous life. To bring harm to others by spreading false rumours, will be harmed by false rumours in the next life.

***(E) The Relationships Among Causes-Conditions-Effects***

***I. Buddhism Is Different From Other Religions on the Core Teachings of Causes & Conditions & Effects:***

According to some other religions believe that 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 and some other religions 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.

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.

***II. The Chain of Causes-Conditions-Effects in Buddhism:***

According to Prof. Junjiro Takakusu in *The Essentials of Buddhist Philosophy*, the theory of causation has the following meanings: conditioned arising: Arising from the secondary causes, in contrast with arising from the primal nature or bhutatatha (Tánh giác); everything arises from conditions and not being spontaneous and self-contained has no separate and independent nature. Buddhism does not give importance to the idea of the Root-Principle or the First Cause as other systems of philosophy often do; nor does it discuss the idea of cosmology. Naturally such a branch of philosophy as theology did not have grounds to develop in Buddhism. One should not expect any discussion of theology from a Buddhist philosopher. As for the problem of creation, Buddhism is ready to accept any theory that science may advance, for Buddhism does not recognize any conflict between religion and science. According to Buddhism, human beings and all living things are self-created or self-creating. The universe is not homocentric; it is a co-creation of all beings. Buddhism does not believe that all things came from one cause, but holds that everything is inevitably created out of more than two causes. The creations or becomings of the antecedent causes continue in time-series, past, present and future, like a chain. This chain is divided into twelve divisions and is called the Twelve Divisioned Cycle of Causation and Becomings. Since these divisions are interdependent, the process is called Dependent Production or Chain of causation. The formula of this theory is as follows: From the existence of this, that becomes; from the happening of this, that happens. From the non-existence of this that does not become; from the non-happening of this, that does not happen. Thus, the term “Causation” 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 “sunyata?” 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.

Just consider that billions of years ago, the earth had no life; volcanoes poured forth torrents of lava, and vapor and gas filled the sky. However, when the earth cooled about two billions years ago, microscopic one-celled living creatures were produced. It goes without saying that they were produced through the working of the Law. They were born when the energy of “sunyata” forming the foundation of lava, gas, and vapor came into contact with appropriate conditions or a secondary cause. It is the Law that provided the conditions for the generation of life. Therefore, we realize that the Law is not cold, a mere abstract rule, but is full of vivid power causing everything to exist and live. Conversely, everything has the power of desiring to exist and to live. During the first two billions years of the development of the earth, even lava, gas, and vapor possessed the urge to live. That is why one-celled living creatures were generated from them when the conditions were right. These infinitesimal creatures endured all kinds of trials, including extreme heat and cold, tremendous floods, and torrential rains, for about two billions years, and continued to live. Moreover, they gradually evolved into more sophisticated forms, culminating in man. This evolution was caused by the urge to live of these first microscopic creatures. Life had mind, through which it desired to live, from the time even before it existed on earth. Such a will exists in everything in the universe. This will exists in man today. From the scientific point of view, man is formed by a combination of elementary particles; and if we analyze this still more deeply, we see that man is an accumulation of energy. Therefore, the mind desiring to live must surely exist in man.

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. Zen practitioners who want to attain enlightenment, must understand the meaning of these truths.

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. All things in the phenomanal 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. So do we, 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. All things are unreal; they are deceptions; Nirvana is the only truth.”

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; things 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 of 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.

Dependent Arising is an essential corollary to the second and third of the Four Noble Truths, and is not, as some are inclined to think, a

later addition to the teaching of the Buddha. This Dependent Arising, this doctrine of conditionality, is often explained severely practical terms, but it is not a mere pragmatism, though it may appear to be so, owing to the shortness of the explanations. Those conversant with the Buddhist Canon know that in the doctrine of Dependent Arising is found that which brings out the basic principles of knowledge and wisdom in the Dhamma. In this teaching of the conditionality of everything in the world, can be realized the essence of the Buddha's outlook on life. This conditionality goes on uninterrupted and uncontrolled by self-agency or external agency of any sort. The doctrine of conditionality can not be labelled as determinism, because in this teaching both the physical environment and the moral causation (psychological causation) of the individual function together. The physical world influences man's mind, and mind, on the other hand, influences the physical world, obviously in a higher degree, for as the Buddha taught in the Samyutta-Nikaya: "The world is led by the mind." If we fail to understand the real significance and application to life of the Dependent Arising, we mistake it for a mechanical law of causality or even a simple simultaneous arising, a first beginning of all things, animate and inanimate. As there is no origination out of nothing in Buddhist thought, Dependent Arising shows the impossibility of a first cause. The first beginning of existence, of the life stream of living beings is inconceivable and as the Buddha says in the Samyutta-Nikaya: "Notions and speculations concerning the world may lead to mental derangement. O Monks! This wheel of existence, this cycle of continuity is without a visible end, and the first beginning of beings wandering and hurrying round, wrapt in ignorance and fettered by craving is not to be perceived." In fact, it is impossible to conceive of a first beginning. None can trace the ultimate origin of anything, not even of a grain of sand, let alone of human beings. It is useless and meaningless to seek a beginning in a beginningless past. Life is not an identity, it is a becoming. It is a flux of physiological and psychological changes.

Twenty centuries ago, the Buddha said: "Humanity and the world are the cause and conditions to be linked and to become." His words have denied the presence of a Creator or God. They give us a scientific and objective outlook of the present world, related to the law of

Conditioning. It means that everything is dependent upon conditions to come into being or survive. In other words, there is nothing that can be self-creating and self-existing, independent from others. All sentient beings, objects, elements, etc., in this world are determined by the law of conditioning, under the form of formation, stabilization, deterioration, and annihilation. Man is a small cosmos. He comes into being not by himself but by the activation of the law of transformation. The meaning of the Twelve Conditions of Cause-and-Effect are extremely deep and profound. They are important doors for cultivators to step into the realm of enlightenment, liberation from the cycle of birth, death, bondage, sufferings, and afflictions from the three worlds and six paths, and to attain Pratyeka-Buddhahood.

According to Prof. Junjiro Takakusu in the *Essentials of Buddhist Philosophy*, the theory of causation by Dharmadhatu is the climax of all the causation theories; it is actually the conclusion of the theory of causation origination, as it is the universal causation and is already within the theory of universal immanence, pansophism, cosmotheism, or whatever it may be called. The causation theory was explained first by action-influence, but as action originates in ideation, we had, secondly, the theory of causation by ideation-store. Since the ideation-store as the repository of seed-energy must originate from something else, we had, thirdly, the causation theory explained by the expression "Matrix of the Thus-come" (Tathagata-garbha) or Thusness. This curious term means that which conceals the Buddha. Because of concealment, it has an impure side, but because of Buddhahood, it has a pure side as well. It is a synonym of Thusness (Tathatva or Tathata, not Tattva=Thisness or Thatness) which has in its broadest sense both pure and impure nature. Through the energy of pure and impure causes it manifests the specific character of becoming as birth and death, or as good and evil. Thusness pervades all beings, or better, all beings are in the state of Thusness. Here, as the fourth stage, the causation theory by Dharmadhatu (universe) is set forth. It is the causation by all beings themselves and is the creation of the universe itself, or we can call it the causation by the common action-influence of all beings. Intensively considered the universe will be a manifestation of Thusness or the Matrix of Tathagata (Thus-come). But extensively considered it is the causation of the universe by the universe itself and nothing more.

Buddhism does not agree with the existence of a so-called “self,” nor a so-called Creator. But this doesn’t mean that all beings and things do not exist. They do not exist with a substratum or a permanent essence in them, as people often think, but according to Buddhism beings and things do exist as causal relatives or combinations. All becomings, either personal or universal, originate from the principle of causation, and exist in causal combinations. The center of causation is one’s own action, and the action will leave it latent energy which decides the ensuing existence. Accordingly, our past forms our present, and the present forms the future. In this world, we are continuously creating and changing ourselves as a whole. According to the Madhyamaka philosophy, the doctrine of causal law (Pratityasamutpada) is exceedingly important in Buddhism. It is the causal law both of the universe and the lives of individuals. It is important from two points of view. Firstly, it gives a very clear idea of the impermanent and conditioned nature of all phenomena. Secondly, it shows how birth, old age, death and all the miseries of phenomenal existence arise in dependence upon conditions, and how all the miseries cease in the absence of these conditions. The rise and subsidence of the elements of existence is not the correct interpretation of the causal law. According to the Madhyamaka philosophy, the causal law (pratityasamutpada) does not mean the principle of temporal sequence, but the principle of essential dependence of things on each other. In one word, it is the principle of relativity. Relativity is the most important discovery of modern science. What science has discovered today, the Buddha had discovered more than two thousand five hundred years before. In interpreting the causal law as essential dependence of things on each other or relativity of things, the Madhyamaka means to controvert another doctrine of the Hinayanists. The Hinayanists had analyzed all phenomena into elements (dharma) and believed that these elements had a separate reality of their own. The Madhyamika says that the very doctrine of the causal law declares that all the dharmas are relative, they have no separate reality of their own. Without a separate reality is synonymous with devoid of real (sunyata), or independent existence. Phenomena are devoid of independent reality. The most importance of the causal law lies in its teaching that all phenomenal existence, all entities in the world are



conditioned, are devoid of real (sunya), independent existence (svabhava). There is no real, dependent existence of entities. All the concrete content belongs to the interplay of countless conditions. Nagarjuna sums up his teaching about the causal law in the following words: “Since there is no elements of existence (dharma) which comes into manifestation without conditions, therefore there is no dharma which is not ‘sunya,’ or devoid of real independent existence.”

***(F) Bodhisattvas' and Sentient Beings'  
Point of View on Cause and Effect***

***I. Not Being Unclear about Cause and Effect-Not Falling Subject to Cause and Effect:***

According to Buddhism, deluded people casually make mistakes for not knowing the seriousness of cause and effect. They even deny the law of cause and effect. On the contrary, Zen practitioners should have a clear understanding of the law of cause and effect, so they dare not make mistakes in cause and effect. They always consider carefully before doing any thing. The Sage cultivate in order to understand the process of cause and effect. Ordinary people continue to create causes and undergo effects. From no offenses they intentionally commit offenses. Once they have committed offenses, they refuse to acknowledge them as offenses, insisting that they have done nothing wrong. They have no shame nor repentance for their offenses. Not being unclear about cause and effect, not falling subject to cause and effect. Patriarch Pai-Chang-Huai-Hai, an awakened Zen Practitioner, was on a throne speaking the dharma. After the dharma session ended, everyone departed except for an elderly man with white hair and beard. Seeing this, Patriarch Pai-Chang asked why, so the elderly man recounted the following story: Dear Patriarch, originally, in the past, I was a Buddhist Monk cultivating in this mountain. At that time, I was on the throne teaching the dharma and a young student studying the Buddha Dharma asked me: “For those who cultivate Mahayana Buddhism, do they remain a part of the Law of Cause-and-Effect?” I replied: “Outside of the law of cause-and-effect.” Because my answer was unclear in that way, the Dharma listener misinterpreted it as “There is no cause-and-effect.” Although I was a Dharma Master who

taught the Mahayana Dharma Sutra teachings, yet I answered in such an ambiguous manner, causing the listener to misinterpret my answer; therefore, I was not able to achieve any spiritual fulfillment. In contrast, I was condemned to be a paranormal fox and I have lived in this mountain for the past 500 reincarnations. Today I asked the Great Master to have compassion to help me change that mistake, and help me escape this suffering existence of being an animal. Pai-Chang said to the old man: "If that is the case, at this time, you should use the same words of that student and ask me." The old man knelt down, put his palms together and asked respectfully: "For those who cultivate Mahayana Buddhism, do they remain as part of the Law of Cause-and-Effect?" The Patriarch replied: "Do not doubt the law of cause-and-effect." Meaning those who cultivate Mahayana Buddhism should never doubt the law of cause-and-effect. They must know the theory of cause-and-effect is inherent clear and inseparable like a shadow is to a body. As soon as the Patriarch finished, the elderly man was awakened suddenly. He prostrated respectfully and said: "I have been condemned as a fox for over 500 reincarnations, but, today, relying on just one line of your teaching, I will be able to find liberation. I will now abandon my body as a fox in my den at the base of the mountain, behind this temple, I ask the Great Master to please make funeral arrangements on my behalf. The next day, Pai-Chang ordered the ringing of bells to gather the community of monks in order to give a funeral service to a monk who had just passed away. This came as a great surprise to the Bhikshus in the temple because they had not noticed any monk in the temple who was gravely ill or had died recently. Pai-Chang then led the great following to the cave behind the temple and used his rod to poke into the cave. After a while, they were able to recover a body of a fox with white fur who had died recently. He had everyone chant a sutra for the liberation of the spirit for a period of time before lighting a fire to cremate the body. The ashes were collected and buried. Sincere Buddhists should always remember 'with a false saying contrary to the proper dharma, with a blind teaching without a clear meaning,' that former monk was condemned to be an animal for 500 reincarnations, let alone teaching of wrong teaching or wrong views that is not appropriate to the time and level to guide and teach Buddhists, and in the process of harming, delaying and impeding sentient beings' cultivated path toward achieving enlightenment. According to the story of Pai-Chang and the Fox, "not to fall to the karmic retribution" is a

moral deed, and “not to obscure or without ambiguity the law of cause and effect” is an intellectual attitude. “Not to fall to the karmic retribution” makes one stand altogether outside the realm of causation, which is the world of particulars and where we have our being. In the case of “Without ambiguity in the law of cause and effect,” what happens is the shifting of our mental attitude towards a world above cause and effect. An because of this shifting the whole outlook of life assumes a new tone which may be called spiritual “not to obscure.” Through the story of Pai-Chang and The Fox, we see that the question of “Not falling to karmic retribution and without ambiguity in the law of cause and effect” is a big issue, not only for Buddhists of all schools, but also for philosophers and religiously minded people. In other words, it is the question of freedom of the will, it is the question of transcending karma, it is the question of logic and spirit, of science and religion, of nature and super-nature, of moral discipline and faith. Indeed, it is the most fundamental of all religious questions. If “not falling to karmic retribution,” then this will jeopardizes the whole plan of the universe, for “cause and effect” or the law of causation that binds existence together, and without the reality of moral responsibility the very basis of society is pulled down. Buddhists should be careful with the meaning of “bất muội.” Although it is the literal meaning of “not to be obscured,” here the sense is rather “not to negate,” or “not to ignore,” or “not to obliterate.”

## ***II. Bodhisattva Fears of Causes, Ordinary People Fear of Results:***

Karma-reward; the retribution of karma (good or evil). However, according to the Hua-Yen sect, the body of karmic retribution, especially that assumed by a bodhisattva to accord with the conditions of those he seeks to save. 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. The retribution received in the next or further incarnation for the deeds done in this life. Wholesome and unwholesome karma are created in this life, but sometimes the karma will pass through the second, third life, or even longer before one is able to reap the meritorious retributions or endure the evil consequences. Whether these future retributions are earlier or later is not absolute, but it is absolutely unavoidable. If there is action, whether it is good or evil, there will be consequences sooner or later. Ancient sages taught: “The heaven’s net may be thin, but even a hair will not

fall through,” and “supposing hundreds of thousands of lives have passed, but the karma created still remains; when destinies, circumstances come to fruition, the appropriate retributions will not be denied.” There are some noticeable situations which Buddhists should clearly understand to prevent any misunderstanding about the law of cause and effect: Those who commit evil in this life, yet continue to prosper; it is because they have only begun to commit transgressions in this life. However, in the former lives, they have already formed wholesome merits, make offerings and charitable donations. The evil deeds of this life which have just been planted, have not had the proper time to form unwholesome consequences; while the wholesome deeds in the former lives planted long ago, have had the time to come to fruition in the present life. There are also other circumstances, where people practice good deeds, yet they continue to suffer, experience setbacks, misfortunes, etc. that is because they have just learned to practice wholesome conducts in the present life. Otherwise, in the former lives, they have created many unwholesome deeds. The wholesome deeds in this life have just been planted, have not had the proper time to grow into wholesome fruition. However, the wholesome and wicked deeds in the former lives which had been planted long long ago, have had the proper time to come to fruition in the present life. This is one of the three consequences associated with the causes for a child to be born into a certain family. Transgressions or wholesome deeds we perform in this life, we will not receive good or bad results in the next life; however, good or bad results can appear in the third, fourth or thousandth lifetime, or until untold eons in the future. It is not only ordinary people cannot escape cause and effect, even the Bodhisattvas cannot avoid them. However, Bodhisattvas are enlightening beings who have far-ranging vision. They know bad causes will surely end up in bad results. Thus, Bodhisattvas 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. Zen practitioners should always remember that by planting more good causes, we will surely reap good consequences in the future. In the contrary, if we only see the present, and engage in immoral practices by not planting good roots and accumulating merits and virtues, we will surely bear bad consequences, without any exception.

***Luận Thứ Mười Bốn***  
***The Fourteenth Essay***

***Nghiệp Báo***

***(A) Nghiệp***

***I. Tổng Quan Về 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 “Nghệp” 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.

## ***II. Ý Nghĩa Của 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 thù ghét, nói điều ác độc, nói đâm thọc, nói lừa hai chiều. Nghiệp là một trong các giáo lý căn bản của Phật giáo. Mọi việc khổ vui, ngọt bùi trong hiện tại của chúng ta đều do nghiệp của quá khứ và hiện tại chi phối. Hễ nghiệp lành thì được vui, nghiệp ác thì chịu khổ. Vậy nghiệp là gì? Nghiệp theo chữ Phạn là ‘karma’ là hành động và phản ứng, quá trình liên tục của nhân và quả. Luân lý hay hành động tốt xấu (tuy nhiên, từ ‘nghiệp’ luôn được hiểu theo nghĩa tất 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 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 lẽo 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 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 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, 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 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, chớ không phải là những trái cam. Tương tự, khi chúng ta hành động thiện lành thì hạnh phúc phát sanh chớ không phải khổ đau. Khi chúng ta hành động bạo ác thì khổ đau đến chớ 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 phiến 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 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 kiến 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 muối 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 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 hởi, vì biết mình sẽ thọ lấy quả báo tương lai (68). Khi ác nghiệp chưa thành thực, người ngu tưởng như đường mật, nhưng khi ác nghiệp đã thành thực, họ nhứt định phải chịu khổ đắng cay (69). 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 nhứt định thọ khổ (117). Nếu đã làm việc lành hãy nên thường làm mãi, nên vui làm việc lành; hễ chứa lành nhứt định thọ lạc (118). Khi nghiệp ác chưa thành thực, kẻ ác cho là vui, đến khi nghiệp ác thành thực kẻ ác mới hay là ác (119). Khi nghiệp lành chưa thành

thục, người lành cho là khổ, đến khi nghiệp lành thành thục, 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 nhưt định thọ khổ; làm các thiện nghiệp là hơn, vì làm lành nhưt 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).”

*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 kình 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 bôn 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 diên 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 gổ, thời ngài dạy rõ quả báo không lười hay trộm lười. Nếu gặp kẻ tà kiến mê tín, thời ngài dạy rõ quả báo thọ sanh vào chốn hỏa lánh.

### **III. Tập Khí:**

Theo Phật giáo, tập khí đóng vai trò rất quan trọng trong sự hình thành của nghiệp. Tập khí là thói quen cũ hay sự tích lũy ý nghĩ, tình cảm, việc làm và những dục vọng trong quá khứ). Người tu thiền cốt yếu phải nhận định cho rõ rệt một vấn đề căn bản là ‘Tập khí’. Ngồi thiền là để loại trừ tập khí, hay những thói xấu, để thanh lọc tâm tư, để giải trừ những thói xấu đố kỵ với những ai hơn mình. Hãy gạt bỏ hết những tâm tư đố kỵ và phiền não. Có như vậy, chân tâm sẽ tỏ lộ, trí tuệ sẽ hiển bày. Tập khí còn có nghĩa là “Dư Tập”. Dù đã dứt hẳn dục vọng phiền não nhưng tàn dư tập khí hay thói quen vẫn còn, chỉ có Phật mới có khả năng dứt sạch chúng mà thôi (theo Đại Trí Độ Luận, các vị A La Hán, Bích Chi, Duyên Giác, tuy đã phá được ba món độc, nhưng phần tập khí của chúng còn chưa hết, ví như hương ở trong lò, tuy đã cháy hết rồi nhưng khói vẫn còn lại, hay củi dù đã cháy hết nhưng vẫn còn tro than chưa nguội. Ba món độc chỉ có Đức Phật mới vĩnh viễn dứt trừ hết sạch, không còn tàn dư). Tiếng Bắc Phạn cho danh từ “nội kết” là “Samyojana.” Nó có nghĩa là “kết tinh” hay “đóng cục lại.” Mọi người chúng ta ai cũng có nội kết cần phải được chăm sóc. Với thiền tập chúng ta có thể tháo gỡ được nội kết và đạt được sự chuyển hóa. Theo Phật giáo, tập khí là những ấn tượng của bất cứ hành động và kinh nghiệm quá khứ được ghi lại trong tâm chúng ta một cách vô ý thức, hay những tri giác quá khứ mà trong hiện tại chúng ta hồi tưởng lại, hay kiến thức quá khứ được lưu trữ trong ký ức. Tập khí còn có nghĩa là nghiệp lực. Những chất chồng của nghiệp, thiện và bất thiện từ những thói quen hay thực tập trong tiền kiếp. Sự khởi dậy của tư tưởng, dục vọng, hay ảo tưởng sau khi chúng đã được chế ngự. Đây là những thói quen nghị lực của ký ức. Những ý thức và hành động đã làm trong quá khứ, đánh động sự phân biệt và ngăn ngừa sự giác ngộ. Tập khí còn là sự huân tập chủng tử. Các hạt giống tập khí trong mọi hành động, tâm linh và vật lý, tạo ra chủng tử hạt mầm của nó, những chủng tử này được gieo trong A Lại Da để được nảy mầm về sau dưới những điều kiện thuận lợi. Huân tập chủng tử là ý niệm quan trọng trong Duy Thức Học của các ngài Vô Trước và Thế Thân.

Tập khí là sự xông ướp thói quen hay sự hiểu biết xuất phát từ ký ức. Theo A Tỳ Đạt Ma Luận (Vi Diệu Pháp), tập khí có nghĩa là nghiệp thường hay thường nghiệp là những thói quen mà chúng sanh thường làm, dầu tốt hay xấu (có khuynh hướng tạo nên tâm tánh của chúng sanh). Những thói quen hằng ngày, dù lành hay dữ, dần dần trở thành bản chất ít nhiều uốn nắn tâm tánh con người. Trong khi nhàn rỗi, tâm ta thường duyên theo những tư tưởng, những hành vi quen thuộc một cách tự nhiên lắm khi vô ý thức. Nếu không có trọng nghiệp hay cận tử nghiệp thì thường nghiệp quyết định tái sanh. Theo Khởi Tín Luận, tập khí là Bất Tư Nghì Huân là ảnh hưởng huân tập của căn bản vô minh trên chân như tạo thành phiền não. Bất tư nghì huân tập là sự thẩm thấu của sự ngu si hay trí tuệ vào tự tánh thanh tịnh trong tâm của chân như rồi sau đó xuất hiện trong thế giới hiển hiện để tạo thành phiền não. Tuy nhiên, cũng có thứ tập khí khiến người ta xa lìa phiền não. Theo Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 38, có mười thứ tập khí của chư Đại Bồ Tát. Chư Bồ Tát an trụ trong pháp này thời lìa hẳn tất cả tập khí phiền não, đạt được trí đại trí tập khí phi tập khí của Như Lai: tập khí của Bồ Đề tâm; tập khí của thiện căn; tập khí giáo hóa chúng sanh; tập khí thấy Phật; tập khí thọ sanh nơi thế giới thanh tịnh; tập khí công hạnh; tập khí của thệ nguyện; tập khí của Ba La Mật; tập khí tư duy pháp bình đẳng; và tập khí của những cảnh giới sai biệt.

Tập khí còn có nghĩa là “Nội kết”. Tiếng Bắc Phạn cho danh từ “nội kết” là “Samyojana.” Nó có nghĩa là “kết tinh” hay “đóng cục lại.” Mọi người chúng ta ai cũng có nội kết cần phải được chăm sóc. Với thiền tập chúng ta có thể tháo gỡ được nội kết và đạt được sự chuyển hóa. Trong tâm thức của chúng ta có những khối của niềm đau khổ, giận hờn, và bực bội khó chịu, gọi là nội kết. Chúng cũng được gọi là những nút thắt, hay những giây quấn hay phiền trước bởi vì chúng trói buộc chúng ta và làm cản trở sự tự do của chúng ta. Sau một thời gian dài, nội kết càng trở nên khó khăn cho chúng ta chuyển hóa hay tháo gỡ, chúng ta có thể dễ dàng bị mắc kẹt trong khối nội kết này. Không phải nội kết nào cũng khó chịu. Có những nội kết êm ái nhưng nội kết êm ái cũng có thể gây nên đau khổ. Khi thấy, nghe, hoặc thưởng thức những gì chúng ta thích, sự ưa thích đó sẽ trở thành một nội kết. Khi những gì chúng ta ưa thích không còn nữa, chúng ta sẽ thèm nhớ và đi tìm. Chúng ta để nhiều thì giờ và tâm lực để tìm hưởng lại những khoái lạc đó. Càng ngày chúng ta càng khao khát. Chúng ta



sẽ bị sức mạnh của nội kết thúc đẩy, chế ngự và cướp mất tự do của chúng ta.

Khi một người nào đó sỉ nhục chúng ta, hay làm việc gì đó không tử tế với chúng ta thì nội kết sẽ kết tụ trong tâm thức của chúng ta. Nếu chúng ta không biết cách tháo gỡ những nội kết này và chuyển hóa chúng, thì chúng sẽ nằm trong tâm thức chúng ta rất lâu. Sau đó có ai lại nói hay làm những chuyện tương tự như vậy với chúng ta thì những nút thắt ấy sẽ lớn mạnh hơn. Nội kết hay khối đau nhức trong chúng ta, có năng lực thúc đẩy và ép buộc chúng trong cách chúng ta hành xử. Tình yêu là một nội kết rất lớn. Khi yêu bạn chỉ còn nghĩ tới người bạn yêu. Bạn không còn sự tự do. Bạn không làm được gì cả, bạn không học hành được, không làm việc được, và không thể thưởng thức cảnh đẹp tự nhiên quanh bạn. Bạn chỉ còn nghĩ tới đối tượng tình yêu của bạn. Vì thế mà tình yêu có thể là một khối nội kết rất lớn. Dễ chịu hay không dễ chịu, cả hai thứ nội kết này đều làm chúng ta mất tự do. Vì vậy cho nên chúng ta phải cẩn thận bảo vệ không cho nội kết bắt rễ trong chúng ta. Ma túy, rượu và thuốc lá có thể tạo nên nội kết trong thân. Và sân hận, thèm khát, ganh tỵ, và thất vọng có thể tạo nên nội kết trong tâm của chúng ta. Sân hận là một nội kết, và vì nó gây khổ đau cho nên chúng ta phải tìm cách diệt trừ nó. Các nhà tâm lý học thích dùng từ “tống khứ nó ra khỏi cơ thể chúng ta.” Là Phật tử, bạn nên tạo năng lượng của chánh niệm và chăm sóc tử tế sân hận mỗi khi nó hiện đến qua tu tập thiền định. Chánh niệm không bao giờ đánh phá sân hận hay tuyệt vọng. Chánh niệm chỉ có mặt để nhận diện. Chánh niệm về một cái gì là nhận diện sự có mặt của cái đó trong hiện tại. Chánh niệm là khả năng biết được những gì đang xảy ra trong hiện tại. Theo Hòa Thượng Thích Nhất Hạnh trong tác phẩm “Giận,” cách tốt nhất để tỉnh thức về sân hận là “khi thở vào tôi biết sân hận phát khởi trong tôi; thở ra tôi mỉm cười với sân hận của tôi.” Đây không phải là bức chế hay đánh phá sân hận. Đây chỉ là nhận diện. Một khi chúng ta nhận diện được sân hận, chúng ta có thể chăm sóc một cách tử tế hay ôm ấp nó với sự tỉnh thức của chính mình. Chánh niệm nhận diện và chấp nhận sự có mặt của cơn giận. Chánh niệm cũng như người anh cả, không bức chế hay đàn áp đưa em đau khổ. Chánh niệm chỉ nói: “Em thân yêu, có anh đây sẵn sàng giúp đỡ em.” Bạn ôm ấp đưa em của bạn vào lòng và an ủi vỗ về. Đây chính là sự thực tập của chúng ta. Cơn giận của chúng ta chính là chúng ta, và từ bi cũng chính

là chúng ta. Thiền tập không có nghĩa là đánh phá. Trong đạo Phật, thiền tập là phương pháp ôm ấp và chuyển hóa, chứ không phải là đánh phá. Khi cơn giận khởi dậy trong chúng ta, chúng ta phải bắt đầu thực tập hơi thở chánh niệm ngay tức khắc. “Thở vào tôi biết cơn giận đang có trong tôi. Thở ra, tôi chăm sóc cơn giận của tôi.” Nếu bạn không biết cách chăm sóc bạn với tâm từ bi thì làm sao bạn có thể chăm sóc người khác với tâm từ bi cho được? Khi cơn giận nổi dậy, hãy tiếp tục thực tập hơi thở chánh niệm, bước chân chánh niệm để chế tác năng lượng chánh niệm. Chúng ta tiếp tục nâng niu năng lượng của cơn giận trong chúng ta. Cơn giận có thể sẽ kéo dài một thời gian, nhưng chúng ta sẽ được an toàn, bởi vì Đức Phật đang có mặt trong chúng ta, giúp chúng ta chăm sóc cơn giận. năng lượng chánh niệm là năng lượng của Phật. Khi thực tập hơi thở chánh niệm và ôm ấp cơn giận chúng ta đang được Phật bảo hộ. Không còn gì để nghi ngờ, Phật đang ôm ấp chúng ta và cơn giận của chúng ta trong từ bi vô lượng.

#### ***IV. Tam Nghiệp Thân-Khẩu-Ý:***

##### ***1. Thân Nghiệp:***

Theo đạo Phật, thân người là năm uẩn. Cơ thể vật lý phát sanh từ một bào thai do tinh cha huyết mẹ tạo nên. Cái tinh và khí ấy được tạo nên do tinh chất của thực phẩm vốn do vạn duyên trên thế gian này hợp lại mà thành. Con người như vậy, quan hệ mật thiết với vạn duyên bởi thế giới vật chất và tinh thần này, con người ấy quan hệ mật thiết với xã hội và thiên nhiên, con người ấy không thể nào tự tồn tại một mình được. Sự vận hành của ngũ uẩn của con người là sự vận hành của thập nhị nhân duyên. Trong đó, sắc uẩn được hiểu là cơ thể vật lý của con người, thọ uẩn gồm cảm thọ khổ, lạc, không khổ không lạc, khởi lên từ sự tiếp xúc của mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý. Tưởng uẩn gồm có tưởng về sắc, về thanh, hương, vị, và về pháp hay về thế giới hiện tượng. Hành uẩn là tất cả những hành động về thân, khẩu và ý. Hành uẩn cũng được hiểu là các hành động có tác ý do sắc, thanh, hương, vị, xúc, và pháp gây ra. Thức uẩn bao gồm nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, và ý thức. Theo Kinh Chuyển Pháp Luân, Đức Phật đã dạy rất rõ về ngũ uẩn: “Này các Tỳ Kheo, sắc, thọ, tưởng, hành, thức là vô thường, khổ và vô ngã.” Chúng ta hãy thử quan sát thân tâm để xem trong hai thứ đó chúng ta có thể tìm thấy được cái “Ta” nó nằm ở đâu, và chúng ta thấy cái “Ta” nó chẳng ở thân mà cũng chẳng ở tâm. Như vậy cái “Ta”

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

Theo Kinh Duy Ma Cật thì ông Duy Ma Cật đã dùng phương tiện hiện thân có bệnh để thuyết pháp hóa độ chúng sanh. Do ông (Duy Ma Cật) có bệnh nên các vị Quốc Vương, Đại thần, Cư sĩ, Bà la môn cả thầy cùng các vị Vương tử với bao nhiêu quan thuộc vô số ngàn người đều đến thăm bệnh. Ông như dịp thân bệnh mới rộng nói Pháp. “Này các nhân giả! Cái huyễn thân này thật là vô thường, nó không có sức, không mạnh, không bền chắc, là vật mau hư hoại, thật không thể tin cậy. Nó là cái ổ chứa nhóm những thứ khổ não bệnh hoạn. Các nhân giả! Người có trí sáng suốt không bao giờ nương cậy nó. Nếu xét cho kỹ thì cái thân này như đồng bọt không thể cầm nắm; thân này như bóng nổi không thể còn lâu; thân này như ánh nắng dọi giữa đồng, do lòng khát ái sanh; thân này như cây chuối không bền chắc; thân này như đồ huyễn thuật, do nơi điên đảo mà ra; thân này như cảnh chiêm bao, do hư vọng mà thấy có; thân này như bóng của hình, do nghiệp duyên hiện; thân này như vang của tiếng, do nhân duyên thành; thân

nầy như mây nổi, trong giây phút tiêu tan; thân nầy như điện chớp sanh diệt rất mau lẹ, niệm niệm không dừng; thân nầy không chủ, như là đất; thân nầy không có ta, như là lửa; thân nầy không trường thọ, như là gió; thân nầy không có nhân, như là nước; thân nầy không thật, bởi tứ đại giả hợp mà thành; thân nầy vốn không, nếu lia ngã và ngã sở; thân nầy là vô tri, như cây cỏ, ngói, đá; thân nầy vô tác (không có làm ra), do gió nghiệp chuyển lay; thân nầy là bất tịnh, chứa đầy những thứ dơ bẩn; thân nầy là giả dối, dầu có tắm rửa ăn mặc tử tế rốt cuộc nó cũng tan rã; thân nầy là tai họa, vì đủ các thứ bệnh hoạn khổ não; thân nầy như giếng khô trên gò, vì nó bị sự già yếu ép ngặt; thân nầy không chắc chắn, vì thế nào nó cũng phải chết; thân nầy như rắn độc, như kẻ cướp giặc, như chốn không tụ, vì do ấm, giới, nhập hợp thành. Tuy nhiên, khi Bồ Tát Văn Thù hỏi cư sĩ Duy Ma Cật về thân, “phàm Bồ Tát an ủi Bồ Tát có bệnh như thế nào?”, thì Duy Ma Cật nói rằng, “Nói thân vô thường, nhưng không bao giờ nhằm chán thân nầy. 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 nhằm mỗi, đó là phương tiện. Lại nữa, ngài Văn Thù Sư Lợi! Quán thân, thân không rời bệnh, bệnh chẳng rời thân, bệnh nầy, thân nầy, không phải mới, không phải cũ, đó là huệ. Dù thân có bệnh mà không nhằm chán trọn diệt độ, đó là phương tiện. Các nhân giả! Chớ tham tiếc cái thân nầy, phải nên ưa muốn thân Phật. Vì sao? Vì thân Phật là Pháp Thân, do vô lượng công đức trí tuệ sanh; do giới, định, tuệ, giải thoát, giải thoát tri kiến sanh; do từ bi hỷ xả sanh; do bố thí, trì giới, nhẫn nhục, tinh tấn, thiền định, trí tuệ, và phương tiện sanh; do lục thông, tam minh sanh; do 37 phẩm trợ đạo sanh; do chỉ quán sanh; do thập lực, tứ vô úy, thập bát bất cộng sanh; do đoạn trừ tất cả các pháp bất thiện, tu các pháp thiện sanh; do

chân thật sanh; do không buông lung sanh; do vô lượng pháp thanh tịnh như thế sanh ra thân Như Lai. Nay các nhân giả, muốn được thân Phật, đoạn tất cả bệnh chướng sanh thì phải phát tâm Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác.

Vạn sự vạn vật không ngừng thay đổi, chứ không bao giờ chịu ở yên một chỗ. Cuộc đời nay còn mai mất, biến chuyển không ngừng nghỉ. Thân con người cũng vậy, nó cũng là vô thường, nó cũng nằm trong định luật “Thành Trụ Hoại Không.” Thân ta phút trước không phải là thân ta phút sau. Khoa học đã chứng minh rằng trong thân thể chúng ta, các tế bào luôn luôn thay đổi và cứ mỗi thời kỳ bảy năm là các tế bào cũ hoàn toàn đổi mới. Sự thay đổi làm cho chúng ta mau lớn, mau già và mau chết. Càng muốn sống bao nhiêu chúng ta lại càng sợ chết bấy nhiêu. Từ tóc xanh đến tóc bạc, đời người như một giấc mơ. Thế nhưng có nhiều người không chịu nhận biết ra điều này, nên họ cứ lao đầu vào cái thòng lọng tham ái; để rồi khổ vì tham dục, còn khổ hơn nữa vì tham lam ôm ấp bám víu mãi vào sự vật, đôi khi đến chết mà vẫn chưa chịu buông bỏ. Đến khi biết sắp trút hơi thở cuối cùng mà vẫn còn luyến tiếc tìm cách nắm lại một cách tuyệt vọng. Tuy nhiên, trong các trận bão, sinh mạng là hơn, nếu mạng mình còn là còn tất cả. Chỉ mong sao cho thân mạng này được sống còn, thì lo chi không có ngày gãy dựng nên cơ nghiệp. Tuy nhiên, vạn vật ở trên đời nếu đã có mang cái tướng hữu vi, tất phải có ngày bị hoại diệt. Đời người cũng thế, hễ có sanh là có tử; tuy nói trăm năm, nhưng mau như ánh chớp, thoáng qua tựa sương, như hoa hiện trong gương, như trăng lồng đáy nước, hơi thở mong manh, chứ nào có bền lâu? Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng khi sanh ra đã không mang theo một đồng, nên khi chết rồi cũng không cầm theo một chữ, suốt đời làm lụng khổ thân tích chứa của cải, rốt cuộc vô ích cho bản thân mình trước cái sanh lão bệnh tử. Sau khi chết đi, của cải ấy liền trở qua tay người khác một cách phủ phàng. Lúc ấy không có một chút phước lành nào để cho thân thức nương cậy về kiếp sau, cho nên phải dựa vào tam đồ ác đạo. Cổ đức có dạy: “Thiên niên thiết mộc khai hoa dị, nhất thất nhưn thân vạn kiếp nan.” Nghĩa là cây sắt ngàn năm mà nay nở hoa cũng chưa lấy làm kinh dị, chớ thân người một khi đã mất đi thì muôn kiếp cũng khó mà tái hồi. Vì thế, Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ những gì Phật dạy: “Thân người khó được, Phật pháp khó gặp. Được thân người, gặp Phật pháp, mà ta nỗ lực cho thời gian luống qua vô ích,

quả là uống cho một kiếp người.” Chính vì vậy mà Đức Phật khuyên chúng đệ tử nên tu tập trong từng phút từng giây của cuộc sống hiện tại. Theo Kinh Thân Hành Niệm trong Trung Bộ Kinh, Tu tập thân hành niệm là khi đi biết rằng mình đang đi; khi đứng biết rằng mình đang đứng; khi nằm biết rằng mình đang nằm; khi ngồi biết rằng mình đang ngồi. Thân thể được xử dụng thế nào thì mình biết thân thể như thế ấy. Sống không phóng dật, nhiệt tâm, tinh cần, các niệm và các tư duy về thế tục được đoạn trừ. Nhờ đoạn trừ các pháp ấy mà nội tâm được an trú, an tọa, chuyên nhất và định tĩnh. Như vậy là tu tập thân hành niệm

Thân tự nó là một đối tượng rất tốt tu tập và trong Thiền Quán. Trên thân chính là chỗ gieo trồng và sanh sản thiện hay ác nghiệp cho kiếp lai sinh. Theo Phật giáo, để gieo trồng thiện nghiệp, người con Phật chân thuần phải tự đặt mình sống hòa hợp với thiên nhiên và những quy luật tự nhiên đã điều hành vũ trụ. Sự hòa hợp này phát sanh từ lòng nhân ái, bao dung, từ bi và trí tuệ, vì lòng những thứ này là nguồn gốc của tánh không vị kỷ và đại lượng, là nguyên do của sự thương yêu và lợi tha, là cội nguồn của từ bi hỷ xả, là lòng nhân đạo và thiện ý, là nguyên nhân của sự xả bỏ và định tĩnh. 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 như 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.

### ***B. Khẩu Nghiệp***

Khẩu nghiệp là một trong tam nghiệp. Hai nghiệp còn lại là thân nghiệp và ý nghiệp. Theo lời Phật dạy thì cái quả báo của khẩu nghiệp còn nhiều hơn quả báo của thân nghiệp và ý nghiệp, vì ý đã khởi lên nhưng chưa bày ra ngoài, chứ còn lời vừa buông ra thì liền được nghe biết ngay. Dùng thân làm ác còn có khi bị ngăn cản, chỉ sợ cái miệng

mở ra buông lời vọng ngữ. Ý vừa khởi ác, thân chưa hành động trợ ác, mà miệng đã thốt ngay ra lời hung ác rồi. Cái thân chưa giết hại người mà miệng đã thốt ra lời hăm dọa. Ý vừa muốn chửi rửa hay hủy báng, thân chưa lộ bày ra hành động cử chỉ hung hăng thì cái miệng đã thốt ra lời nguyên rửa, dọa nạt rồi. Miệng chính là cửa ngõ của tất cả oán họa, là tội báo nơi chốn a tỳ địa ngục, là lò thiêu to lớn đốt cháy hết bao nhiêu công đức. Chính vì thế mà cổ nhân thường khuyên đời rằng: “Bệnh tùng khẩu nhập, họa tùng khẩu xuất,” hay bệnh cũng từ nơi cửa miệng mà họa cũng từ nơi cửa miệng. Nói lời ác, ắt sẽ bị ác báo; nói lời thiện, ắt sẽ được thiện báo. Nếu bạn nói tốt người, bạn sẽ được người nói tốt; nếu bạn phỉ báng mạ lỵ người, bạn sẽ bị người phỉ báng mạ lỵ, đó là lẽ tất nhiên, nhân nào quả nấy. Chúng ta phải luôn nhớ rằng “nhân quả báo ứng không sai,” mà từ đó can đảm nhận trách nhiệm sửa sai những việc mình làm bằng cách tu tập hầu từ từ tiêu trừ nghiệp tội, chớ đừng bao giờ trách trời oán người. Khẩu nghiệp rất ưa là mãnh liệt. Chúng ta nên biết rằng lời ác còn quá hơn lửa dữ bởi vì lửa dữ chỉ đốt thiêu tất cả tài sản và của báu ở thế gian, trái lại lửa giận ác khẩu chẳng những đốt mất cả Thất Thánh Tài và tất cả công đức xuất thế, mà còn thêm chiêu cảm ác báo về sau này.

Hành Giả nên luôn nhớ lời cổ đức dạy về khẩu nghiệp. Miệng niệm hồng danh chư Phật cũng như nhả ra châu ngọc, sẽ quả báo sanh về cõi Trời hay cõi Tịnh Độ của chư Phật. Miệng nói ra lời lành cũng như phun ra mùi hương thơm, ắt sẽ được quả báo mình cũng được người nói tốt lành như vậy. Miệng nói ra lời giáo hóa đúng theo chánh pháp, cũng như phóng ra hào quang ánh sáng phá trừ được cái mê tối cho người và cho mình. Miệng nói ra lời thành thật cũng như cấp cho người lạnh lượ tốt cho họ được ấm áp thoải mái. Hành giả nên luôn nhớ và phát triển tâm biết sợ và gìn giữ khẩu nghiệp của mình. Hành giả nên luôn nhớ rằng miệng nói ra điều không đâu vô ích cho mình và cho người, như nhai mặc cửa, cây gỗ; chi bằng làm thỉnh để tỉnh dưỡng tinh thần; nghĩa là khi không có điều hay lẽ thật để nói, thì cách tốt nhất là đừng nên nói gì cả (khẩu đàm vô ích, như tước mộc tiết; bất như mặc dĩ dưỡng khí). Miệng nói lời dối trá, khinh người, như lấy giấy đập trên miệng giếng; hại kẻ đi đường không thấy té xuống chết. Điều này cũng giống như giăng bẫy giết người vậy (khẩu ngôn khi trá, như mông hảm tỉnh; hành tắc ngộ nhơn). Miệng nói lời trêu ghẹo, trướng giỡn, như múa đao kiếm nơi kẻ chợ, thế nào cũng có người bị thương

hay chết (khẩu háo hí ngược, như trạo đao kiếm; hữu thời thương nhơn). Miệng nói lời ác độc, vô luân, như phun hơi thú; sẽ chịu quả báo xấu ngang bằng với lời mình đã nói cho người. Miệng nói lời dơ dáy, bẩn thỉu, như phun ra dòi tửa; sẽ bị quả báo nơi tam đồ ác đạo từ địa ngục, ngạ quỷ, đến súc sanh (khẩu đạo uế ngữ, như lưu thơ trùng; địa ngục súc sanh chỉ đạo).

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

### **C. Ý Nghiệp**

Ý nghiệp là nghiệp tạo tác bởi ý (nghiệp khởi ra từ nơi ý căn hay hành động của tâm), một trong tam nghiệp thân khẩu ý. So với khẩu nghiệp thì ý nghiệp không mãnh liệt và thù nghịch bằng, vì ý nghĩ chỉ mới phát ra ở trong nội tâm mà thôi chứ chưa lộ bày, tức là chưa thực hiện hành động, cho nên khó lập thành nghiệp hơn là khẩu nghiệp. Ý thức không tùy thuộc vào bất cứ căn nào, nhưng lệ thuộc vào sự liên tục của tâm. Ý thức chẳng những nhận biết cả sáu đối tượng gồm sắc, thanh, hương, vị, xúc và các hiện tượng trong quá khứ, hiện tại và ngay cả vị lai. Ý thức sẽ cùng ta lữ hành từ kiếp này qua kiếp khác, trong khi năm thức trước chỉ là những tâm tạm thời. Ý thức còn là một trong năm uẩn.



Hành Giả nên luôn nhớ mặc dầu tâm này vô thường nhưng tâm này là nhân tố chính đã xô đẩy chúng ta lăn trôi trong tam đồ lục đạo, và cũng Chính Tâm Này sẽ đưa chúng ta trở về Niết Bàn. Thân ta vô thường, tâm ta cũng vô thường. Tâm vô thường còn mau lẹ hơn cả thân. Tâm chúng ta thay đổi từng giây, từng phút theo với ngoại cảnh, vui đó rồi buồn đó, cười đó rồi khóc đó, hạnh phúc đó rồi khổ đau đó. Có người cho rằng luận thuyết “Thân Tâm Vô Thường” của đạo Phật phải chăng vô tình gieo vào lòng mọi người quan niệm chán đời, thối chí. Nếu thân và tâm cũng như sự vật đều vô thường như vậy thì chẳng nên làm gì cả, vì nếu có làm thành sự nghiệp lớn lao cũng không đi đến đâu. Mới nghe tưởng chừng như phần nào có lý, kỳ thật nó không có lý chút nào. Khi thuyết giảng về thuyết này, Đức Phật không muốn làm nản chí một ai, mà Ngài chỉ muốn cảnh tỉnh đệ tử của Ngài về một chân lý. Phật tử chớ than khi hiểu được lẽ vô thường sẽ giữ bình tĩnh, tâm không loạn động trước cảnh đổi thay đột ngột. Biết được lẽ vô thường mới giữ được tâm an, mới cố gắng làm những điều lành và mạnh bạo gạt bỏ những điều ác, cương quyết làm, dám hy sinh tài sản, dám tận tụy đóng góp vào việc công ích cho hạnh phúc của mình và của người.

#### **V. Mười Ác Nghiệp:**

*Theo Phật giáo, có mười ác nghiệp:* Tất cả nghiệp được kiểm soát bởi ba thứ thân, khẩu, ý. Có ba nghiệp nơi thân, bốn nghiệp nơi miệng, và ba nghiệp nơi ý. Mười nghiệp ác gồm có: sát sanh, trộm cắp, tà dâm, vọng ngữ, nói lưỡi hai chiều, nói lời phỉ báng, nói lời vô ích, tham, sân, và tà kiến. *Theo Phật Giáo Nguyên Thủy, có mười ác nghiệp:* Tất cả nghiệp được kiểm soát bởi ba thứ thân, khẩu, ý. Có ba nghiệp nơi thân, bốn nghiệp nơi miệng, và ba nghiệp nơi ý: sát sanh, trộm cắp, tà dâm, nói dối, nói lời vu khống, nói lời độc ác, tham, ác ý, và tà kiến. *Thứ nhất là sát sanh* gồm giết sanh mạng cả người lẫn thú. Nói cách khác, giết có nghĩa là tiêu diệt bất cứ một chúng sanh nào kể cả súc vật. Hành động giết có 5 điều kiện cần thiết: một chúng sanh, biết đó là một chúng sanh, cố ý giết, cố gắng giết, và kết quả của sự giết là cái chết. *Thứ nhì là Trộm cắp*, mọi hình thức đem về cho mình cái thuộc về người khác. Hành động trộm cắp gồm có năm điều kiện: lấy tài sản của người khác, ý thức được việc lấy trộm này, cố ý trộm cắp, có nỗ lực trộm cắp, và kết quả là hành động trộm cắp. *Thứ ba là*

*Tà dâm*, bao gồm những ham muốn nhục dục bằng hành động hay tư tưởng. Hành động tà dâm có ba điều kiện chính: có dụng ý tà dâm, nỗ lực vui hưởng tà dâm, và hành động tà dâm hay chiếm đoạt mục tiêu đã bị cấm. *Thứ tư là nói dối*: Nói dối gồm có bốn trường hợp: nói không đúng, cố ý đánh lừa, cố gắng đánh lừa, và diễn đạt vấn đề (sự đối trá) đến người khác. *Thứ năm là nói lời vu khống*: Chửi rủa hay nói lười hai chiều. Hành động vu khống gồm có bốn điều cần thiết sau đây: nói chia rẽ, có dụng ý chia rẽ, có sự cố gắng chia rẽ, và diễn đạt sự chia rẽ qua lời nói. *Thứ sáu là nói lời độc ác*: Người nói lời ác độc thường bị người đời ghét bỏ cho dù không có lỗi lầm. Hành động nói lời độc ác có ba điều kiện: có người để sỉ nhục, có tư tưởng giận dữ, và chửi rủa người. *Thứ bảy là nói chuyện phiếm*: Hậu quả của kẻ ngồi lê đôi mách nói chuyện phù phiếm là không ai chấp nhận lời nói của mình cho dù sau này mình có nói thật. Hành động nói chuyện phiếm có hai điều kiện: hưởng về chuyện phù phiếm và nói phù phiếm. Khẩu nghiệp rất ư là mãnh liệt. Chúng ta nên biết rằng lời ác còn quá hơn lửa dữ bởi vì lửa dữ chỉ đốt thiêu tất cả tài sản và của báu ở thế gian, trái lại lửa giận ác khẩu chẳng những đốt mất cả Thất Thánh Tài <sup>(1)</sup> và tất cả công đức xuất thế, mà còn thêm chiêu cảm ác báo về sau này. *Thứ tám là tham lam*: Hành động tham lam gồm hai điều kiện chính: tài sản của người khác và muốn lấy tài sản của người khác. *Thứ chín là ác ý*: Để lập thành ác nghiệp sân hận, cần có hai điều kiện: một chúng sanh khác và cố ý làm hại chúng sanh. *Thứ mười là tà kiến*: Tà kiến có nghĩa là nhìn sự vật một cách sai lệch, không biết chúng thật sự đúng như thế nào. Tà kiến gồm có hai điều kiện chính: đối xử sai lầm trong quan điểm với đối tượng và hiểu lầm đối tượng ấy theo quan điểm sai trái đó. Chính vì thế, Đức Phật dạy: “Phật tử thuần thành nên tâm niệm như sau: không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, không nói dối, không nói lời trau chuốt, không nói lời đâm thọc hay nói lười hai chiều, không nói lời độc ác, không tham lam, không sân hận, và không mê muội tà kiến.”

(1) Thất Thánh Tài gồm: Tín: Đức tin—Faithfulness, Tấn: Tinh tấn—Vigor, Tàm quý: Hổ với bên ngoài và thẹn với bên trong—Shamefulness, Đa văn: Học nhiều hiểu rộng—Broad knowledge, Xả: Không chấp giữ trong tâm—Forgiveness or Abandonment, Định: Tâm không dao động—Concentration or Samadhi, Huệ: Trí huệ—Wisdom. Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có thất thánh tài—According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are seven Ariyan treasures: Tín Tài:

The treasure of Faith, Giới Tài: The treasure of morality, Tàm Tài: Hiri (p)—The treasure of moral shame, Quý Tài: Ottappa (p)—The treasure of moral dread, Văn Tài: Suta (p)—The treasure of learning, Thí Tài: Caga (p)—The treasure of renunciation, Tuệ Tài: Wisdom).

#### **VI. Mười Thiện Nghiệp:**

*Theo Phật giáo, có mười thiện nghiệp:* không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, không nói dối, không nói lời trau chuốt, không nói lời đâm thọc hay nói lưỡi hai chiều, không nói lời độc ác, không tham lam, không sân hận, không mê muội tà kiến. *Theo Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Chương 4, Đức Phật dạy:* “Chúng sanh do mười điều mà thành thiện, cũng do mười điều mà thành ác. Mười điều ấy là gì? Thân có ba, miệng có bốn, và ý có ba. Thân có ba là: Giết hại, trộm cắp, dâm dục. Lưỡi có bốn là: Nói lưỡi hai chiều, nói lời độc ác, nói lời dối trá, nói ba hoa. Ý có ba là: Tật đố, sân hận, ngu si. Mười điều ấy không phù hợp với con đường của bậc Thánh, gọi là hành vi ác. Nếu mười điều ác này được chấm dứt thì gọi là mười điều thiện.” *Theo Kinh Duy Ma Cật, chương mười, phẩm Phật Hương Tích, cư sĩ Duy Ma Cật đã nói với các Bồ Tát nước Chúng Hương rằng:* “Bồ Tát ở cõi này đối với chúng sanh, lòng đại bi bên chắc thật đúng như lời các ngài đã ngợi khen. Mà Bồ Tát ở cõi này lợi ích cho chúng sanh trong một đời còn hơn trăm ngàn kiếp tu hành ở cõi nước khác. Vì sao? Vì cõi Ta Bà này có mười điều lành mà các Tịnh Độ khác không có.” Thế nào là mười? Thứ nhất là dùng bố thí để nhiếp độ kẻ nghèo nàn. Thứ nhì là dùng tịnh giới để nhiếp độ người phá giới. Thứ ba là dùng nhẫn nhục để nhiếp độ kẻ giận dữ. Thứ tư là dùng tinh tấn để nhiếp độ kẻ giải đãi. Thứ năm là dùng thiền định để nhiếp độ kẻ loạn ý. Thứ sáu là dùng trí tuệ để nhiếp độ kẻ ngu si. Thứ bảy là nói pháp trừ nạn để độ kẻ bị tám nạn. Thứ tám là dùng pháp đại thừa để độ kẻ ưa pháp tiểu thừa. Thứ chín là dùng các pháp lành để cứu tế người không đức. Thứ mười là thường dùng tứ nhiếp để thành tựu chúng sanh. *Thập Thiện Nghiệp theo Phật Giáo Nguyên Thủy:* Mười Nghiệp Lành Tạo Quả Trở Sanh Trong Dục Giới được đề cập trong Đức Phật Và Phật Pháp của Hòa Thượng Narada: bố thí, trì giới, thiền định, lễ bái, phục vụ, hồi hướng, hoan hỷ, nghe pháp hoàng pháp, và củng cố chánh kiến của mình (quy y tam bảo và tỉnh thức).

## ***VII. Ai Chịu Trách Nhiệm Cho Nghiệp:***

### ***1. Chúng Ta Chịu Trách Nhiệm Cho Nghiệp Của Chính 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 nổi 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.

## **2. Tạo Nghiệp Bằng Cách Tự Tác Giáo Tha:**

Tự tác giáo tha là tự mình làm, rồi xúi người khác cùng làm. Chúng ta phải biết rằng sát sanh, trộm cắp, tà dâm, vọng ngữ và uống những chất cay độc là những hành vi tạo nghiệp. 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.

## **3. 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.

## **(B) Báo**

### **I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Báo:**

Người Phật tử luôn tin rằng 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. Báo có nghĩa là đền bù hay Trả lại. Từ

“Báo” đồng nghĩa với từ “Quả”, đối lại với “Nhân”. 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. Quả báo sướng khổ tương ứng với thiện ác nghiệp. Tuy nhiên, theo tông Hoa Nghiêm, chư Bồ Tát 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. Tổng báo quyết định chủng loại và xứ sở mà người ta sanh vào; chúng sanh lục căn đẹp xấu, mệnh thọ dài ngắn, giàu, nghèo, bệnh, khỏe, v.v. là biệt báo. Quả báo sướng khổ tương ứng với thiện ác nghiệp. Tuy nhiên, theo tông Hoa Nghiêm, chư Bồ Tát 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. Quả báo hiện đời cho những hành động tốt xấu trong hiện tại. Thí dụ như đời này làm lành thì ngay ở đời này có thể được hưởng phước; còn đời này làm ác, thì ngay ở đời này liền bị mang tai họa.

## **II. Phân loại Báo:**

**1. Hai Loại Báo Ứng:** Theo Phật giáo, có hai loại báo ứng. *Thứ nhất là Y báo hay Y quả:* Hoàn cảnh vật chất mà một người phải tùy thuộc vào do kết quả của nghiệp đời trước. Giáo pháp của Phật chủ trương chánh báo và y báo hay tất cả thân thể và sở trụ của chúng sanh đều do tâm của họ biến hiện. *Thứ nhì là Chánh báo hay Chánh quả:* Thân ta hôm nay chính là kết quả trực tiếp của tiền nghiệp; hoàn cảnh xung quanh chính là kết quả gián tiếp của tiền nghiệp. Con người hiện tại, tốt hay xấu, tùy thuộc vào kết quả của nghiệp đời trước, như phải giữ căn bản ngũ giới nếu muốn tái sanh trở lại làm người.

**2) Ba Loại Báo Ứng:** Theo Phật giáo, có ba loại báo ứng hay nhân quả ba đời. *Thứ nhất là Hiện báo:* Hiện báo là quả báo hiện đời cho những việc làm trong hiện kiếp. Quả báo ngay trong kiếp hiện tại, hay quả báo của những hành động, lành hay dữ, ngay trong đời này. Quả báo hiện đời cho những hành động tốt xấu trong hiện tại. Thí dụ như đời này làm lành thì ngay ở đời này có thể được hưởng phước; còn đời này làm ác, thì ngay ở đời này liền bị mang tai họa. *Thứ nhì là Đương báo hay Sinh báo:* Quả báo trong kiếp tái sanh cho những việc làm trong hiện tại. Sinh báo là những hành động bây giờ mà đến đời sau mới chịu quả báo. Sinh báo là kiếp này gây những nghiệp thiện ác thì kiếp sau sẽ chịu quả báo sướng khổ. *Thứ ba là Hậu báo hay quả*

*báo cho hậu kiếp*: Hậu báo là quả báo về lâu xa sau này mới gặt. Hậu báo là quả báo của một hay nhiều đời sau tạo nên bởi cái nghiệp thiện ác của đời này. Đời nay làm lành ác, mà qua đến đời thứ hai, thứ ba, hay lâu hơn nữa mới được hưởng phước lành, hay thọ lãnh quả báo ác. Hậu báo sớm muộn không nhất định, nhưng chắc chắn là không thể nào tránh khỏi. Hễ tạo nghiệp, dù thiện hay dù ác, chắc chắn sớm muộn gì sẽ phải thọ lãnh quả báo. Chính vì thế mà cổ đức dạy: “Thiên võng khôi khôi, sơ nhi bất lậu,” và “Giả sử bá thiên kiếp, sở tác nghiệp bất vong; nhân duyên hội ngộ thời, quả báo hoàn tự thọ,” có nghĩa là lưới trời tuy thưa lủng lọng, nhưng một mảy lông cũng không lọt khỏi, và giả sử như trăm ngàn kiếp đi nữa thì nghiệp gây tạo vẫn còn, khi nhân duyên đầy đủ thì báo ứng sẽ đến không sai. Có những trường hợp đáng chú ý mà người Phật tử phải hiểu rõ để tránh không bị hiểu lầm về luật nhân quả: làm dữ ở kiếp này mà vẫn được giàu sang, là vì kiếp trước đã từng làm phước, cúng dường, bố thí. Cái nhân dữ ở kiếp này vì mới gieo nên chưa thành ra quả ác; trong khi cái nhân lành trong kiếp trước hay nhiều kiếp trước, vì đã gieo lâu, nên đã chín mùi, nên quả giàu sang phải trở. Cũng như vậy, ăn ở hiền lành mà vẫn cứ nghèo cùng, hoặc luôn bị các điều khổ sở, hoạn nạn, vắn vắn, ấy là vì nhân lành mới gieo trong kiếp này mà thôi, nên quả lành chưa trở; còn bao nhiêu nhân ác kiếp trước, đã gieo lâu rồi nên quả dữ đã đến thời điểm chín mùi. Đây là một trong ba quả báo và bốn nhân khiến cho đứa trẻ sanh vào một gia đình nào đó. Hậu báo là những tạo tác thiện ác đời này sẽ có quả báo lành dữ, không phải ngay đời sau, mà có thể là hai, ba, hoặc bốn, hoặc trăm ngàn hay vô lượng kiếp đời sau.

**3. Bốn Loại Báo Ứng:** Theo Phật giáo, có bốn loại báo ứng. Thứ nhất là Thuận Hiện Nghiệp Định Quả, hành động gây ra báo ứng tức khắc. Thứ nhì là Thuận Hiện Nghiệp Bất Định Quả, hành động gây báo ứng trong đời hiện tại, nhưng không biết thời gian nhất định. Thứ ba là Thuận Sinh Nghiệp, hành động gây báo ứng trong đời sống kế tiếp. Thứ tư là Thuận Hậu Nghiệp, hành động gây báo ứng trong các đời sau, không nhất định thời gian.

## *Actions & Recompenses*

### *(A) Actions*

#### *I. An Overview of 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.

## *II. The Meanings of 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, 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 Vijñānavāda 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-vijñāna, the storehouse-consciousness. Because this consciousness is so deep, it is very difficult to understand. The alaya-vijñāna 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 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 positive 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." (Dhammapada 279)."

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.

### ***III. Remnants of Habits:***

According to Busshism, remnants of habits play an important role in the formation of karmas. Remnants of habits are old habits or the accumulation of the past thoughts, affections, deeds, and passions. Zen practitioner should be clear about the basic problem of the 'vasana' (old habits). We practice meditation to eliminate those bad habits and faults, to wash the mind so it can have clean and pure thoughts, to

purge ourselves of jealousy towards worthy and capable individuals, to banish forever all thoughts of envy and obstructiveness, of ignorance and afflictions. If we can do this, then our true mind, our wisdom, will manifest. The remnants of habits which persist after passion has been subdued, only the Buddha can eliminate or uproot them all. The Sanskrit word for “internal formation” is “Samyojana.” It means “to crystallize.” Every one of us has internal formations that we need to take care of. With the practice of meditation we can undo these knots and experience transformation. According to Buddhism, remnants of habits are the impression of any past action or experience remaining unconsciously in the mind, or the present consciousness of past perceptions, or past knowledge derived from memory. Remnants of habits are the force of habit. Good or evil karma from habits or practice in a former existence. The uprising or recurrence of thoughts, passions or delusions after the passion or delusion has itself been overcome, the remainder or remaining influence of illusion. This is the perfuming impression or memory. The habit-energy of memory from past actions (recollection of the past or former impression) which ignites discriminations and prevents Enlightenment. Remnants of habits also mean memory-seeds (vasanavija). Every act, mental and physical, leaves its seeds behind, which is planted in the Alaya for future germination under favorable conditions. This notion plays an important role in the Vijnap. Remnants of habits are habitual perfuming, perfumed habits, or knowledge which is derived from memory. According to the Abhidharma, remnants of habits mean habitual karmas, which are deed that one habitually or constantly performs either good or bad. Habits, whether good or bad, become second nature. They more or less tend to mould the character of a person. In the absence of weighty karma and a potent-death-proximate karma, this type of karma generally assumes the rebirth generative function. According to the Awakening of Faith, the indescribable vasana or the influence of primal ignorance on the bhutatathata, producing all illusions. The permeation of the pure self-essence of the mind of true thusness by ignorance or wisdom which then appears in the manifest world. However, there are also habits that help people staying away from afflictions. According to the Flower Adornment Sutra, Chapter 38, there are ten kinds of habit energy of Great Enlightening Beings.

Enlightening Beings who abide by these can forever get rid of all afflictive habit energies and attain Buddhas' habit energies of great knowledge, the knowledge that is not energized by habit: the habit energy of determination for enlightenment; the habit energy of roots of goodness; the habit energy of edifying sentient beings; the habit energy of seeing Buddha; the habit energy of undertaking birth in pure worlds; the habit energy of enlightening practice; the habit energy of vows; the habit energy of transcendence; the habit energy of meditation on equality; and the habit energy of various differentiations of state.

Remnants of habits also mean "Internal formations". The Sanskrit word for "internal formation" is "Samyojana." It means "to crystallize." Every one of us has internal formations that we need to take care of. With the practice of meditation we can undo these knots and experience transformation. In our consciousness there are blocks of pain, anger, and frustration called internal formations. They are also called knots because they tie us up and obstruct our freedom. After a while, it become very difficult for us to transform, to undo the knots and we cannot ease the constriction of this crystal formation. Not all internal formations are unpleasant. There are also pleasant internal formations, but they still make us suffer. When you taste, hear, or see something pleasant, then that pleasure can become a strong internal knot. When the object of your pleasure disappears, you miss it and you begin searching for it. You spend a lot of time and energy trying to experience it again. If you smoke marijuana or drink alcohol, and begin to like it, then it becomes an internal formation in your body and in your mind. You cannot get it off your mind. You will always look for more. The strength of the internal knot is pushing you and controlling you. So internal formations deprive us of our freedom.

When someone insults us, or does something unkind to us, an internal formation is created in our consciousness. If we don't know how to undo the internal knots and transform them, the knots will stay there for a long time. And the next time someone says something or does something to us of the same nature, that internal formation will grow stronger. As knots or blocks of pain in us, our internal formations have the power to push us, to dictate our behavior. Falling in love is a big internal formation. Once you are in love, you think only of the other person. You are not free anymore. You cannot do anything; you

cannot study, you cannot work, you cannot enjoy the sunshine or the beauty of nature around you. You can think only of the object of your love. So love can also be a huge internal knot. Pleasant or unpleasant, both kinds of knots take away our liberty. That's why we should guard our body and our mind very carefully, to prevent these knots from taking root in us. Drugs, alcohol, and tobacco can create internal formations in our body. And anger, craving, jealousy, despair can create internal formations in our mind. Anger is an internal formation, and since it makes us suffer, we try our best to get rid of it. Psychologists like the expression "getting it out of your system." As a Buddhist, you should generate the energy of mindfulness and take good care of anger every time it manifests through meditation practice. Mindfulness does not fight anger or despair. Mindfulness is there in order to recognize. To be mindful of something is to recognize that something is the capacity of being aware of what is going on in the present moment. According to Most Venerable Thích Nhất Hạnh in "Anger," the best way to be mindful of anger is "when breathing in I know that anger has manifested in me; breathing out I smile towards my anger." This is not an act of suppression or of fighting. It is an act of recognizing. Once we recognize our anger, we are able to take good care of it or to embrace it with a lot of awareness, a lot of tenderness. Mindfulness recognizes, is aware of its presence, accepts and allows it to be there. Mindfulness is like a big brother who does not suppress his younger brother's suffering. He simply says: "Dear brother, I'm here for you." You take your younger brother in your arms and you comfort him. This is exactly our practice. Our anger is us, and our compassion is also us. To meditate does not mean to fight. In Buddhism, the practice of meditation should be the practice of embracing and transforming, not of fighting. When anger comes up in us, we should begin to practice mindful breathing right away: "Breathing in, I know that anger is in me. Breathing out, I am taking good care of my anger. If you don't know how to treat yourself with compassion, how can you treat another person with compassion? When anger arises, continue to practice mindful breathing and mindful walking to generate the energy of mindfulness. Continue to tenderly embrace the energy of anger within you. Anger may continue to be there for some time, but you are safe, because the Buddha is in you, helping you to take good care of your

anger. The energy of mindfulness is the energy of the Buddha. When you practice mindful breathing and embracing your anger, you are under the protection of the Buddha. There is no doubt about it: the Buddha is embracing you and your anger with a lot of compassion.

#### ***IV. Three Kinds of Karma on Body-Mouth-Mind:***

##### ***A. Karma of the Body:***

According to Buddhism, man is “Pancakkhandha”. The physical body is produced from the essence of food which is a combination of multiple conditions in the world, digested by the father communicated to the mother and established in the womb. Such a person is conditioned by this physical and mental world; he relates closely to others, to society, and to nature, but can never exist by himself. The five aggregates of man are the operation of the twelve elements. Among which, aggregate of form is understood as a person’s physical body, aggregate of feeling includes feelings of suffering, of happiness, and of indifference. It is known as feelings arising from eye contact, ear contact, nose contact, tongue contact, body contact and mind contact. Aggregate of perception includes perception of body, of sound, of odor, of taste, of touch, and of mental objects or phenomena. Aggregate of activities is all mental, oral, and bodily activities. It is also understood as vocational acts occasioned by body, by sound, by odor, by taste, by touching or by ideas. Aggregate of consciousness includes eye, ear, nose, tongue, body, and mind consciousnesses. In the Turning the Dharma-Cakra Sutra, the Buddha taught very clearly about the Pancakkhandha as follows: “Bhiksus, the form, feeling, perception, activities, and consciousness are impermanent, suffering, and void of the self. 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 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.

According to the Vimalakirti Sutra, Vimalakirti used expedient means of appearing illness in his body to expound about sentient beings' bodies and the Buddha's body to save them. Because of his indisposition, kings, ministers, elders, upasakas, Brahmins, etc., as well as princes and other officials numbering many thousands came to enquire after his health. So Vimalakirti appeared in his sick body to receive and expound the Dharma to them, saying: "Virtuous ones, the human body is impermanent; it is neither strong nor durable; it will decay and is, therefore, unreliable. It causes anxieties and sufferings, being subject to all kinds of ailments. Virtuous ones, all wise men do not rely on this body which is like a mass of foam, which is intangible. It is like a bubble and does not last for a long time. It is like a flame and is the product of the thirst of love. It is like a banana tree, the centre of which is hollow. It is like an illusion being produced by inverted thoughts. It is like a dream being formed by false views. It is like a shadow and is caused by karma. This body is like an echo for it results from causes and conditions. It is like a floating cloud which disperses any moment. It is like lightning for it does not stay for the time of a thought. It is ownerless for it is like the earth. It is egoless for it is like fire (that kills itself). It is transient like the wind. It is not human for it is like water. It is unreal and depends on the four

elements for its existence. It is empty, being neither ego nor its object. It is without knowledge like grass, trees and potsherds. It is not the prime mover, but is moved by the wind (of passions). It is impure and full of filth. It is false, and though washed, bathed, clothed and fed, it will decay and die in the end. It is a calamity being subject to all kinds of illnesses and sufferings. It is like a dry well for it is pruned by death. It is unsettled and will pass away. It is like a poisonous snake, a deadly enemy, a temporary assemblage (without underlying reality), being made of the five aggregates, the twelve entrances (the six organs and their objects) and the eighteen realms of sense (the six organs, their objects and their perceptions). However, when Manjusri Bodhisattva asked Vimalakirti about “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.” 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). “Virtuous ones, the (human) body being so repulsive, you should seek the Buddha body. Why? Because the Buddha body is called Dharmakaya, the product of boundless merits and wisdom; the outcome of discipline, meditation, wisdom, liberation and perfect knowledge of liberation; the result of kindness, compassion, joy and indifference (to emotions); the consequence of (the six perfections or paramitas) charity, discipline, patience, zeal, meditation and wisdom, and the sequel of expedient teaching (upaya); the six supernatural powers; the three insights; the thirty-seven stages contributory to enlightenment; serenity and insight; the ten transcendental powers (dasabala); the four kinds of fearlessness; the eighteen unsurpassed characteristics of the Buddha; the wiping out of all evils and the performance of all good deeds; truthfulness, and freedom from looseness and unrestraint. So countless kinds of purity and cleanness produce the body of the Tathagata. Virtuous ones, if you want to realize the Buddha body in order to get rid of all the illnesses of a living being, you should set your minds on the quest of supreme enlightenment (anuttara-samyak-sambodhi).”

All things have changed and will never cease to change. The human body is changeable, thus governed by the law of impermanence. Our body is different from the minute before to that of the minute after. Biological researches have proved that the cells in our body are in constant change, and in every seven years all the old cells have been totally renewed. These changes help us quickly grow up, age and die. The longer we want to live, the more we fear death. From childhood to aging, human life is exactly like a dream, but there are many people who do not realize; therefore, they continue to launch into the noose of desire; as a result, they suffer from greed and will suffer more if they become attached to their possessions. Sometimes at time of death they still don't want to let go anything. There are some who know that they will die soon, but they still strive desperately to keep what they cherish most. However, of all precious jewels, life is the greatest; if there is life, it is the priceless jewel. Thus, if you are able to maintain your livelihood, someday you will be able to rebuild your life. However, everything in life, if it has form characteristics, then, inevitably, one day it will be destroyed. A human life is the same way,

if there is life, there must be death. Even though we say a hundred years, it passes by in a flash, like lightening streaking across the sky, like a flower's blossom, like the image of the moon at the bottom of a lake, like a short breath, what is really eternal? Sincere Buddhists should always remember when a person is born, not a single dime is brought along; therefore, when death arrives, not a word will be taken either. A lifetime of work, putting the body through pain and torture in order to accumulate wealth and possessions, in the end everything is worthless and futile in the midst of birth, old age, sickness, and death. After death, all possessions are given to others in a most senseless and pitiful manner. At such time, there are not even a few good merits for the soul to rely and lean on for the next life. Therefore, such an individual will be condemned into the three evil paths immediately. Ancient sages taught: "A steel tree of a thousand years once again blossom, such a thing is still not bewildering; but once a human body has been lost, ten thousand reincarnations may not return." Sincere Buddhists should always remember what the Buddha taught: "It is difficult to be reborn as a human being, it is difficult to encounter (meet or learn) the Buddha-dharma; now we have been reborn as a human being and encountered the Buddha-dharma, if we let the time passes by in vain we waste our scarce lifespan." Thus, the Buddha advised His disciples to cultivate in every minute and every second of the current life. According to the Kayagatasati-Sutta in the Middle Length Discourses of the Buddha, cultivation of mindfulness of the body means when walking, a person understands that he is walking; when standing, he understands that he is standing; when sitting, he understands that he is sitting; when lying, he understands that he is lying. He understands accordingly however his body is disposed. As he abides thus diligent, ardent, and resolute, his memories and intentions based on the household life are abandoned. That is how a person develops mindfulness of the body.

The body itself is a very good object in Cultivation and in Meditation. The body regarded as a field which produces good and evil fruit in the future existence. According to Buddhism, in order to produce wholesome fruit, devout Buddhists should put themselves in harmony with Nature and the natural laws which govern the universe. This harmony arises through charity, generosity, love, and wisdom, for

they are the causes of unselfishness, sympathy and altruism, compassion and equanimity, humanity and goodwill, renunciation and serenity. 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.

## ***2. The Karma of the Mouth:***

Karma of the mouth is one of the three karmas. The other two are karma of the body and of the mind. The others are karma of the body (thân nghiệp) and karma of thought (ý nghiệp). According to the Buddha's teachings, the karmic consequences of speech karma are much greater than the karmic consequences of the mind and the body karma because when thoughts arise, they are not yet apparent to everyone; however, as soon as words are spoken, they will be heard immediately. Using the body to commit evil can sometimes be impeded. The thing that should be feared is false words that come out of a mouth. As soon as a wicked thought arises, the body has not supported the evil thought, but the speech had already blurted out vicious slanders. The body hasn't time to kill, but the mind already made the threats, the mind just wanted to insult, belittle, or ridicule someone, the body has not carried out any drastic actions, but the speech is already rampant in its malicious verbal abuse, etc. The mouth is the gate and door to all hatred and revenge; it is the karmic retribution of of the Avichi Hell; it is also the great burning oven destroying all of one's virtues and merits. Therefore, ancients always reminded people: "Diseases are from the mouth, and calamities are also from the mouth." If wickedness is spoken, then one will suffer

unwholesome karmic retributions; if goodness is spoken, then one will reap the wholesome karmic retributions. If you praise others, you shall be praised. If you insult others, you shall be insulted. It's natural that what you sow is what you reap. We should always remember that the "theory of karmic retributions" is flawless, and then courageously take responsibility by cultivating so karmic transgressions will be eliminated gradually, and never blame Heaven nor blaming others. The evil karma of speech is the mightiest. We must know that evil speech is even more dangerous than fire because fire can only destroy all material possessions and treasures of this world, but the fire of evil speech not only burns all the Seven Treasures of Enlightened beings and all virtues of liberation, but it will also reflect on the evil karma vipaka in the future.

Practitioners should always remember the Ancients and Saintly beings' Teachings about the karma of the mouth. Mouth chanting Buddha Recitation or any Buddha is like excreting precious jewels and gemstones and will have the consequence of being born in Heaven or the Buddhas' Purelands. Mouth speaking good and wholesomely is like praying exquisite fragrances and one will attain all that was said to people. Mouth encouraging, teaching, and aiding people is like emitting beautiful lights, destroying the false and ignorant speech and dark minds for others and for self. Mouth speaking truths and honesty is like using valuable velvets to give warmth to those who are cold. Practitioners should always remember to develop the mind to be frightened and then try to guard our speech-karma. Practitioners should always remember that mouth speaking without benefits for self or others is like chewing on sawdust; it is so much better to be quiet and save energy. It is to say if you don't have anything nice to say, it is best not to say anything at all. Mouth lying to ridicule others is like using paper as a cover for a well, killing travellers who fall into the well because they were not aware. It is similar to setting traps to hurt and murder others. Mouth joking and poking fun is like using swords and daggers to wave in the market place, someone is bound to get hurt or die as the result. Mouth speaking of wickedness, immorality, and evil is like spitting foul odors and must endure evil consequences equal to what was said. Mouth speaking vulgarly, foully, uncleanly is like

spitting out worms and maggots and will face the consequences of the three evil paths from hells, hungry ghosts to animals.

Practitioners should always remember that if we cannot cease our karma of the mouth, we should try to develop the good ones. A saying can lead people to love and respect you for the rest of your life; also a saying can lead people to hate, despise, and become an enemy for an entire life. A saying can lead to a prosperous and successful life; also a saying can lead to the loss of all wealth and possessions. A saying can lead to a greatly enduring nation; also a saying can lead to the loss and devastation of a nation. Mouth speaking good and wholesomely is like spraying exquisite fragrances and one will attain all that was said to people. Mouth encouraging, teaching, and aiding people is like emitting beautiful lights, destroying the false and ignorant speech and dark minds of the devil and false cultivators. Mouth speaking of truths and honesty is like using valuable velvets to give warmth to those who are cold. The spoken words of saints, sages, and enlightened beings of the past were like gems and jewels, leaving behind much love, esteem, and respect from countless people for thousands of years into the future. As for Zen practitioners nowadays, if we cannot speak words like jewels and gems, then it is best to remain quiet, be determined not to toss out words that are wicked and useless.

### ***3. The Karma of the Mind:***

The function of mind or thought, one of the three kinds of karma (thought, word, and deed). Compared to the karma of the mouth, karma of the mind is difficult to establish, thought has just risen within the mind but has not take appearance, or become action; therefore, transgressions have not formed. Vijnanas 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.

Practitioners should always remember that this Mind is Impermanent, but this Mind itself is the Main Factor that causes us to

drift in the Samsara, and it is this Mind that helps us return to the Nirvana. Not only our body is changeable, but also our mind. It changes more rapidly than the body, it changes every second, every minute according to the environment. We are cheerful a few minutes before and sad a few minutes later, laughing then crying, happiness then sorrow. Some people wonder why Buddhism always emphasizes the Theory of Impermanence. Does it want to spread in the human mind the seed of disheartenment, and discourage? In their view, if things are changeable, we do not need to do anything, because if we attain a great achievement, we cannot keep it. This type of reasoning, a first, appears partly logical, but in reality, it is not at all. When the Buddha preached about impermanence, He did not want to discourage anyone, but warning his disciples about the truth. A true Buddhist has to work hard for his own well being and also for the society's. Although he knows that he is facing the changing reality, he always keeps himself calm. He must refrain from harming others, in contrast, strive to perform good deeds for the benefit and happiness of others.

#### **V. *Ten Evil Actions:***

*According to Buddhism, there are ten evil deeds:* All karmas are controlled by the threefold deed (body, speech, and mind). Three deeds of the body, four deeds of the mouth, and three deeds of the mind. Ten wrongs comprise of: killing, stealing, committing adultery, telling lies or using obscene and lewd words or speech, speaking two-faced speech, abusive slandering, useless gossiping or chattering, greed, anger, and devoting to wrong views. *According to the Theravadan Buddhism, there are ten evil actions:* All karmas are controlled by the threefold deed (body, speech, and mind). Three deeds of the body, four deeds of the mouth, and three deeds of the mind: killing, stealing, sexual misconduct, lying, slandering, harsh language, greed, ill-will, and wrong views. First, taking the life of any beings, including human or animal. Killing means the destruction of any living being including animals of all kinds. To complete the offence of killing, five conditions are necessary: a being, consciousness that it is a being, intention of killing, effort of killing, and consequent death. Second, Stealing, all forms of acquiring for oneself that which belongs to another. To complete the offence of stealing, five conditions are necessary:

property of other people, consciousness that it is stealing, intention of stealing, effort of stealing, and consequent stealing. Third, sexual misconduct, including all forms of sex-indulgence, by action or thoughts wants. To complete the offence of sexual misconduct, three conditions are necessary: intent to enjoy the forbidden object, efforts of enjoyment of the object, and possession of the object. Fourth, lying or telling lie. To complete the offence of lying, four conditions are necessary: untruth, intention to deceive, effort, and communication of the matter to others. Fifth, slandering (to slander or speak with a double-tongue maner or to speak ill of one friend to another). To complete the offence of slandering, five conditions are necessary: division of people, intention to separate people, effort of division, and communication. Sixth, harsh language. The effects of harsh language are being detested by others although blameless. To complete the offence of harsh language, three conditions are necessary: someone to be abused, angry thought, and using abusive or harsh language. Seventh, frivolous talk and the effects of frivolous talk are disorderliness of the bodily organs and unacceptable speech. To complete the offence of frivolous talk, two conditions are necessary: inclination towards frivolous talk and speaking of frivolous talk. The evil karma of speech is the mightiest. We must know that evil speech is even more dangerous than fire because fire can only destroy all material possessions and treasures of this world, but the fire of evil speech not only burns all the Seven Treasures of Enlightened beings and all virtues of liberation, but it will also reflect on the evil karma vipaka in the future. Eighth, greed or covetousness. To complete the offence of covetousness, two conditions are necessary: another's property and desire for another's property. Ninth, ill-will. To complete the offence of ill-will, two conditions are necessary: another being and I intention of doing harm. Tenth, false view, which means seeing things wrongly without understanding what they truly are. To complete this false view two conditions are necessary: perverted manner in which an object is viewed and misunderstanding of the object according to that wrong view. Therefore, the Buddha taught: "Devout Buddhists should always remember in mind the followings: not to kill, not to steal, not to fornicate, not to lie, not to polish your words for personal advantages, not to slander nor double-tongued, not to use harsh speech (not be of

evil speech), not to crave (desire or greed), not to be angry, and not to be ignorant (stupid) or wrong views.”

**VI. Ten Wholesome Actions:**

*According to Buddhism, there are ten wholesome deeds: not to kill, not to steal, not to fornicate, not to lie, not to polish your words for personal advantages, not to slander nor double-tongued, not to use harsh speech (not be of evil speech), not to crave (desire or greed), not to be angry, and not to be ignorant (Stupid) or wrong views. According to the Sutra In Forty-Two Sections, Chapter 4, the Buddha taught: “Living beings may perform ten good practices or ten evil practices. What are the ten? Three are three of the Body, four are of the Mouth and the last three are of the Mind. The three of the Body are killing, stealing and lust. The four of the mouth are double-tongued speech (duplicitous speech), harsh speech, lies, and irresponsible speech. The three of the Mind are jealousy, hatred, and stupidity. Thus, these ten are not in accordance (consistent) with the Holy Way and are called ten evil practices. To put an end to these evils is to perform the ten good practices.” According to the Vimalakirti Sutra, chapter ten, the Buddha of the Fragrant Land, Vimalakirti said to Bodhisattvas of the Fragrant Land as follows: “As you have said, the Bodhisattvas of this world have strong compassion, and their lifelong works of salvation for all living beings surpass those done in other pure lands during hundreds and thousands of aeons. Why? Because they achieved ten excellent deeds which are not required in other pure lands.” What are these ten excellent deeds? What these ten good deeds? First, using charity (dana) to succour the poor. Second, using precept-keeping (sila) to help those who have broken the commandments. Third, using patient endurance (ksanti) to subdue their anger. Fourth, using zeal and devotion (virya) to cure their remissness. Fifth, using serenity (dhyana) to stop their confused thoughts. Sixth, using wisdom (prajna) to wipe out ignorance. Seventh, putting an end to the eight distressful conditions for those suffering from them. Eighth, teaching Mahayana to those who cling to Hinayana. Ninth, cultivation of good roots for those in want of merits. Tenth, the four Bodhisattva winning devices for the purpose of leading all living beings to their goals (in Bodhisattva development). Ten wholesome deeds according to Theravada Buddhism: According to*



Most Venerable Narada, there are ten kinds of good karma or meritorious actions which may ripen in the sense-sphere: generosity or charity, morality, meditation, reverence, service, transference of merit, rejoicing in other's good actions and praising other's good work, hearing the doctrine, expounding the doctrine, and straightening one's own views by two parts (taking the three refuges and mindfulness).

## ***VII. Who Is Responsible for the Karma?***

### ***I. We Are Responsible for Our Own Karmas:***

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.

**2. *To Create Karma by Doing Things by Oneself and Telling Others to Do:***

We have done these ourselves, then told others to do them. We know that killing, stealing, committing sexual misconduct, lying, and taking intoxicants are improper ways to behave that causes bad karmas. 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.

**3. *To 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.

## **(B) Recompense**

### ***I. An Overview and the Meanings of Retributions:***

Buddhists always believe that 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. Recompense or retribution means to give back, to acknowledge, or to requite. The term "recompense" is synonyme with the term "consequence" or "effect", contrasts with "cause," or "fruit" contrasts with "seed." The effect by causing a further effect becomes also a cause. Karma-reward; the retribution of karma (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. General karma determining the species, race, and country into which one is born; the particular relating to one's condition in that species, i.e. rich, poor, well, ill, etc... Karma-reward; the retribution of karma (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. Present-life recompense for good or evil done in the present life. For example, if wholesome karma are created in this life, it is possible to reap those meritorious retributions in this present life; if evil karma are committed in this life, then the evil consequences will occur in this life.

### ***II. Categories of Recompenses:***

***1) The Dual Reward:*** According to Buddhism, there are two kinds of recompenses. *First, the dependent condition or material environment:* The material environment on which a person depends, resulting from former karma. Buddhist doctrine believes that direct retribution of individual's previous existence and the dependent condition or environment created by the beings' minds. Second, direct

reward, body or person. *The body is the direct fruit of the previous life:* the environment is the indirect fruit of the previous life. Being the resultant person, good or bad, depends on or results from former karma. Direct retribution of the individual's previous existence, such as being born as a man is the result of keeping the five basic commandments for being reborn as a man.

2) **Three Recompenses:** According to Buddhism, there are three kinds of recompenses or cause and effect permeates all three life spans. First, immediate result or Immediate retribution. Recompense in the present life for deeds done now. Recompenses in the present life for deeds done now, or result that happens in this present life. Present-life recompense for good or evil done in the present life. For example, if wholesome karma are created in this life, it is possible to reap those meritorious retributions in this present life; if evil karma are committed in this life, then the evil consequences will occur in this life. Second, Future result, next life retribution or rebirth retribution. Recompenses in the next rebirth for deeds done now. Recompenses in the next rebirth for deeds now done, or future result which will happen in the next life. Future result means all the deeds, wholesome or unwholesome, done in this life produce their results, meritorious retributions or evil karma, in the next reincarnation. Third, Deffered result or future retribution or recompenses in subsequent life. Deffered result means recompenses in subsequent lives, or result that is deffered for some time to come. The deffered result means retribution received in the next or further incarnation for the deeds done in this life. Wholesome and unwholesome karma are created in this life, but sometimes the karma will pass through the second, third life, or even longer before one is able to reap the meritorious retributions or endure the evil consequences. Whether these future retributions are earlier or later is not absolute, but it is absolutely unavoidable. If there is action, whether it is good or evil, there will be consequences sooner or later. Ancient sages taught: "The heaven's net may be thin, but even a hair will not fall through," and "supposing hundreds of thousands of lives have passed, but the karma created still remains; when destinies, circumstances come to fruition, the appropriate retributions will not be denied." There are some noticeable situations which Buddhists should

clearly understand to prevent any misunderstanding about the law of cause and effect: Those who commit evil in this life, yet continue to prosper; it is because they have only began to commit transgressions in this life. However, in the former lives, they have already formed wholesome merits, make offerings and charitable donations. The evil deeds of this life which have just been planted, have not had the proper time to form unwholesome consequences; while the wholesome deeds in the former lives planted long ago, have had the time to come to fruition in the present life. There are also other circumstances, where people practice good deeds, yet they continue to suffer, experience setbacks, misfortunes, etc. that is because they have just learned to practice wholesome conducts in the present life. Otherwise, in the former lives, they have created many unwholesome deeds. The wholesome deeds in this life have just been planted, have not had the proper time to grow into wholesome fruition. However, the wholesome and wicked deeds in the former lives which had been planted long long ago, have had the proper time to come to fruition in the present life. This is one of the three consequences associated with the causes for a child to be born into a certain family. Transgressions or wholesome deeds we perform in this life, we will not receive good or bad results in the next life; however, good or bad results can appear in the third, fourth or thousandth lifetime, or until untold eons in the future.

**3) *Four Kinds of Retribution:*** According to Buddhism, there are four kinds of recompenses. First, the action which receives retribution immediately. Second, the action which receives retribution in the present life, but definite time is not known. Third, the action which receives retribution in the life to come. Fourth, the action which receives retribution in one of the lives following the next.



***Luận Thứ Mười Lăm***  
***The Fifteenth Essay***

***Lòng Yêu Thương Và Bốn Tâm Vô Lượng***

***(A) Lòng Yêu Thương Trong Phật Giáo***

***I. Tổng Quan Về Lòng Yêu Thương Trong Phật Giáo:***

Có nhiều nghĩa cho chữ “Yêu Thương”. Yêu thương có nghĩa yêu hay ham muốn xác thịt là một trong những nguyên nhân chính dẫn đến khổ đau và luân hồi sanh tử. Theo đạo Phật, thương yêu là hiểu biết, là không phán xét hay kết tội, là lắng nghe và thông cảm, là quan tâm và đồng tình, là chấp nhận và tha thứ, vân vân và vân vân. Như vậy, tình yêu thương theo Phật giáo có nghĩa là tình thương không vị kỷ đi kèm với lòng từ, bi, hỷ, xả. Tình thương luôn đi đôi với từ bi. Khi chúng ta có một trái tim thương yêu, từ bi nảy sinh dễ dàng nơi chúng ta. Bất cứ lúc nào chúng ta nhìn thấy một người khổ đau, chúng ta cảm thấy muốn chìa tay ra làm cho người ấy được vơi đi đau khổ. Đặc tính của yêu thương là loại bỏ khổ đau, là muốn làm giảm thiểu đau khổ nơi người khác. Như vậy người nào có lòng bi mẫn, biết yêu thương và tha thứ cho người khác, người đó thật sự hiểu đúng nghĩa của chữ “Yêu Thương” trong Phật Giáo. Kỳ thật, sự giải thoát trong Phật giáo không phải xa rời không thực tiễn, nếu chúng ta biết chuyển sự chú ý vị kỷ thành vị tha, nghĩa là biết nghĩ nhiều đến sự an vui và hạnh phúc của người khác, là chúng ta đã được giải thoát.

***II. Các Loại Yêu Thương Theo Quan Điểm Phật Giáo:***

Có hai loại yêu thương: Thứ nhất là *Dục ái*: Trong Phật giáo, “sự ham muốn” đặc biệt chỉ về sự ham muốn xác thịt. Trong nhiều đoạn văn kinh, kama được dùng với hàm nghĩa “ham muốn” nói chung. Kama là khao khát thỏa mãn tính dục cũng như niềm vui được cảm thấy trong sự khoái lạc ấy. Đây là một trong những trở ngại chính trên bước đường tu tập. Dục vọng, nhục dục, hay tham dục là khao khát thỏa mãn tính dục cũng như niềm vui được cảm thấy trong sự khoái lạc ấy. Có năm loại dục vọng: sắc, thanh, hương, vị, và xúc. Khi tham ái liên quan đến dục lạc ngũ trần thì gọi là dục ái. Dục ái là tình yêu khởi

lên do dục vọng qua ngũ quan. Phàm phu tham ái với cảnh ngũ dục hay ái dục thường tình khởi phát từ dục vọng, ngược lại với Pháp ái. *Thứ nhì là Pháp ái*: Pháp ái là tình yêu khởi lên do Pháp. Tình yêu trong phạm trù tôn giáo. Tình yêu của những vị Bồ tát muốn cứu độ chúng sanh, ngược lại với Dục ái hay tình yêu phàm tục.

### ***III. Lòng Yêu Thương Và Bi Mẫn Trong Phật Giáo:***

Trong đạo Phật, lòng từ hay lòng yêu thương là một trong những tình cảm lớn nhất 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. 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. Lòng yêu thương 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 áp dụng 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. Thật vậy, lòng yêu thương đem lại công đức mãnh liệt. Lòng yêu thương sẽ tạo được lòng kính trọng nơi tha nhân. Lòng yêu thương giúp ta vượt qua chấp thủ và chướng ngại. Lòng yêu thương giúp ta cảm thấy dễ chịu. Lòng yêu thương là một trong những cửa ngõ quan trọng đi đến đại giác, vì nhờ đó mà thiện căn lướt thắng mọi hoàn cảnh trong cuộc sống hằng ngày của chúng ta.



Chính tinh thần của lòng từ và sự bi mẫn 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.

#### ***IV. Thương Yêu Và Dục Vọng:***

Theo Hòa Thượng Thích Thiên Tâm trong Liên Tông Thập Tam Tổ, sao gọi là Từ Bi Tâm? Từ bi là lòng xót thương cứu độ mà lia tướng và không phân biệt chấp trước. Nghĩa là thương xót cứu độ mà không có hậu ý lợi dụng. Chẳng hạn như vì thấy người giàu đẹp, sang cả, vân vân, nên giả bộ ‘Từ Bi’ để dụng ý và mưu tính các việc riêng tư có lợi cho mình. Đây chỉ được gọi là ‘Ái Kiến,’ nghĩa là thấy giàu đẹp mà sanh khởi lòng thương theo lối trói buộc của chúng sanh, chớ không phải là Từ Bi. Trong Phật giáo, thương yêu và dục vọng là sự luyến ái và dục vọng, hoặc tình thương yêu gia đình. Ái dục là những khối làm hành giả vấp ngã trên bước đường tu hành. Ngoài ra, biển ái dục của vòng sanh tử là cái gốc của chướng đạo. Hành giả nào còn vướng víu ái dục, bất luận là với người khác hay với đồ vật đều sẽ bị chướng ngại không tiến bộ được trên bước đường tu tập. Nói tóm lại, ái dục chính là sanh tử, và sanh tử là ái dục. Như vậy ái dục là nguồn gốc của sinh tử. Nếu chúng ta không chịu phá vỡ sự vô minh của ái dục thì không cách chi mình có thể thoát ra khỏi vòng luân hồi sanh tử cả. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng trước khi nghĩ đến Phật quả, chúng ta phải hết sức đoạn dục khử ái. Hơn 25 thế kỷ về trước Thái tử Tất Đạt Đa Cồ Đàm cũng phải làm y như vậy trước khi Ngài trở thành một du Tăng khổ hạnh. Phật tử thuần thành nên nhớ rằng chúng ta là những chúng sanh con người, và chúng sanh con người chắc chắn là phải có tình cảm, nhưng người Phật tử chúng ta không nên bám víu vào những tình cảm của ái dục này. Chúng ta phải luôn đối xử bình đẳng với mọi người, phải tỏ lòng từ bi với tất cả, nhưng cũng phải cẩn trọng để không vướng vào cái bẫy của ái dục. Người Phật tử không có con đường nào khác để chuyển hóa ngoài con đường cắt đứt ái dục, vì hễ cái gì mình thích là mình yêu thương, còn cái gì mình không thích là mình ghét bỏ. Vì vậy nếu mình không cắt đứt ái và loại bỏ dục thì chúng ta chỉ quanh quanh quẩn quẩn trong cái vòng “thương thương ghét ghét” bất tận.

#### ***V. Những Lời Phật Dạy Về Lòng Thương Yêu:***

1) *Những lời Phật dạy về lòng yêu thương trong kinh Duy Ma Cát:*  
Theo Kinh Duy Ma Cát, Phẩm Quán Chúng Sanh, khi Ngài Văn Thù Sư Lợi đến thăm bệnh cư sĩ Duy Ma Cát, ngài có hỏi: “Bồ Tát quán sát phải thực hành lòng từ như thế nào?” Ông Duy Ma Cát đáp: Bồ Tát

quán sát như thế rồi phải tự nghĩ rằng mình phải vì chúng sanh nói pháp như trên, đó là lòng yêu thương chân thật. Vị ấy phải thực hành lòng yêu thương tịch diệt, bởi vì không sanh. Vị ấy phải thực hành lòng yêu thương không nóng bức, bởi vì không có phiền não. Vị ấy phải thực hành lòng yêu thương bình đẳng, bởi ba đời như nhau. Vị ấy phải thực hành lòng yêu thương không đua tranh, bởi vì không có khởi. Vị ấy phải thực hành lòng yêu thương không hai, bởi trong ngoài (căn trần) không hiệp. Vị ấy phải thực hành lòng yêu thương không hoại, bởi hoàn toàn không còn. Vị ấy phải thực hành lòng yêu thương kiên cố, bởi lòng không hủy hoại. Vị ấy phải thực hành lòng yêu thương thanh tịnh, bởi tánh các pháp trong sạch. Vị ấy phải thực hành lòng yêu thương vô biên, bởi như hư không. Vị ấy phải thực hành lòng từ của A la hán, vì phá các giặc kiết sử. Vị ấy phải thực hành lòng yêu thương của Bồ Tát, vì an vui chúng sanh. Vị ấy phải thực hành lòng yêu thương của Như Lai, vì đặng tướng như như. Vị ấy phải thực hành lòng yêu thương của Phật, vì giác ngộ chúng sanh. Vị ấy phải thực hành lòng yêu thương tự nhiên, vì không nhưn đầu mà đặng. Vị ấy phải thực hành lòng yêu thương Bồ Đề, vì chỉ có một vị. Vị ấy phải thực hành lòng yêu thương vô đẳng, vì đoạn các ái kiến. Vị ấy phải thực hành lòng yêu thương đại bi dẫn dạy cho pháp Đại Thừa. Vị ấy phải thực hành lòng yêu thương không nhằm mỗi, quán không, vô ngã. Vị ấy phải thực hành lòng yêu thương pháp thí không có luyến tiếc. Vị ấy phải thực hành lòng yêu thương trì giới để hóa độ người phá giới. Vị ấy phải thực hành lòng yêu thương nhẫn nhục để ủng hộ người và mình. Vị ấy phải thực hành lòng yêu thương tinh tấn để gánh vác chúng sanh. Vị ấy phải thực hành lòng yêu thương thiền định không thọ mùi thiền. Vị ấy phải thực hành lòng yêu thương trí tuệ, đều biết đúng nhíp. Vị ấy phải thực hành lòng từ phương tiện, thị hiện tất cả. Vị ấy phải thực hành lòng yêu thương không ấn dấu, lòng ngay trong sạch. Vị ấy phải thực hành lòng yêu thương trong thâm tâm, không có hạnh xen tạp. Vị ấy phải thực hành lòng yêu thương không phỉnh dối, không có lừa gạt. Vị ấy phải thực hành lòng yêu thương an vui, làm cho tất cả được sự an vui của Phật. Lòng từ của Bồ Tát là như thế đó.

2) *Những lời Phật dạy về “Lòng Từ” trong Kinh Pháp Cú:* “lòng từ là phương cách duy nhất để xóa bỏ hận thù. Hận thù không thể đánh bại được hận thù.” Lòng từ trên thế gian này không tình thương nào hơn tình cha mẹ thương con. Nếu có người, vai bên trái công cha, vai

bên mặt công mẹ, đi giáp núi Tu Di trăm ngàn vòng, máu chảy đầy chân, cũng còn chưa thể báo đền được tình thương và công ơn sanh dưỡng.” Trong Kinh Pháp Cú, đức Phật dạy: Xuất gia dứt hết ái dục là khó, tại gia theo đường sinh hoạt là khó, không phải bận mà chung ở là khổ, qua lại trong vòng luân hồi là khổ. Vậy các người hãy giác ngộ để đừng qua lại trong vòng thống khổ ấy (302). Nếu ở thế gian này mà bị ái dục buộc ràng, thì những điều sâu khổ càng tăng mãi như loài cỏ tỳ-la gặp mưa (335). Nếu ở thế gian này, mà hàng phục được những ái dục khó hàng phục, thì sâu khổ tự nhiên rụng tàn như nước ngọt lá sen (336). Đây là sự lành mà Ta bảo với các người: “Các người hãy dồn sức vào để nhổ sạch gốc ái dục, như người muốn trừ sạch giống cỏ tỳ-la phải nhổ hết gốc nó. Các người chớ lại để bị ma làm hại như loài cỏ lau gặp cơn hồng thủy!” (337). Đốn cây mà chưa đào hết gốc rễ thì tước vẫn ra hoài, đoạn trừ ái dục mà chưa sạch căn gốc thì khổ não vẫn nảy sinh trở lại mãi (338). Những người có đủ 36 dòng ái dục, họ mạnh mẽ dong ruổi theo dục cảnh chẳng chút ngại ngùng, bởi vậy người đã có tâm tà kiến, hằng bị những tư tưởng ái dục làm trời dạt hoài (339). Lòng ái dục tuôn chảy khắp nơi như giống cỏ man-la mọc tràn lan mặt đất. Người hãy xen giống cỏ đó để dùng tuệ kiếm đoạn hết căn gốc ái dục đi (340). Người đời thường vui thích theo ái dục, ưa dong ruổi lục trần, tuy họ có hưởng cầu an lạc mà vẫn bị quanh quẩn trong chốn trầm luân (341). Những người trì trệ theo ái dục khác nào thả bị sa lưới. Càng buộc ràng với phiền não, càng chịu khổ lâu dài (342). Những người trì trệ theo ái dục, khác nào thả bị sa lưới. Hàng Tỳ kheo vì cầu vô dục nên phải trước tự gắng lìa dục (343). Người đã lìa dục xuất gia, lại tìm vui ở chốn sơn lâm, khác nào trở lại nhà; người hãy xem hạng người đó, kẻ đã được mở ra rồi lại tự trói vào! (344). Đối với người trí, sự trói buộc bằng dây gai, bằng cây, bằng sắt chưa phải kiên cố, chỉ có lòng luyến ái vợ con tài sản mới thật sự là sự trói buộc chắc bền (345). Những kẻ dắt người vào sa đọa, là như sự trói buộc chắc bền, nó hình như khoan dung hòa huyễn mà thật khó lòng thoát ra. Hãy đoạn trừ đừng dính mắc, xa lìa ái dục mà xuất gia (346). Những người say đắm theo ái dục, tự lao mình trong lưới buộc như nhện giăng tơ. Ai dứt được sự ràng buộc không còn dính mắc nữa, thì sẽ xa mọi thống khổ để ngao du tự tại (347). Bước tới chỗ cứu cánh thì không còn sợ hãi; xa lìa ái dục thì không còn nhiễm ô; nhổ lấy mũi tên sanh hữu thì chỉ còn một thân này là cuối cùng, không bị tiếp tục sanh nữa (351). Xa lìa ái dục

không nhiễm trước, thông đạt từ vô ngại, thấu suốt nghĩa vô ngại, và thứ lớp của tự cú, đó thật là bậc đại trí đại tượng phu, chỉ còn một thân này là cuối cùng, không bị tiếp tục sinh nữa (352). Dững cảm đoạn trừ dòng ái dục, các người mới là Bà-la-môn! Nếu thấu rõ các uẩn diệt tận, các người liền thấy được vô tác hay Niết bàn (383).

3) *Những lời Phật dạy về Lòng yêu thương theo kinh Từ Thiện:*  
Theo Kinh Từ Thiện, Đức Phật dạy.

“Mong mọi loài chúng sanh được hạnh phúc yên ổn,  
Ước mong tâm trí chúng sanh được vui vẻ an lạc.  
Bất cứ chúng sanh nào, dù loài mạnh hay yếu  
Dù dài, ngắn hay vừa, dù lớn hay nhỏ  
Loài hữu hình hay vô hình, dù ở xa hay gần  
Loài được sinh, hay loài chưa sinh,  
Mong mọi loài đều hạnh phúc.  
Giống như một bà mẹ che chở cho đức con độc nhất,  
Dầu hiểm nguy đến tánh mạng,  
Cũng vậy đối với mọi loài.  
Hãy tu tập từ tâm thấm nhuần khắp nơi  
Trên dưới và ngang, không ngăn ngại  
Không sân hận, không thù địch.  
Hãy tu tập từ tâm.”

### **(B) Bốn Tâm Vô Lượng**

#### **I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Tâm:**

Theo Phật giáo, tâm là gốc của muôn pháp. “Tâm” hay “Ý” tức là “Tâm Phân Biệt” của mình, tức là thức thứ sáu. “Tâm” không những phân biệt mà còn đầy đầy vọng tưởng. Trong sáu thức đầu có thể nói là loại có tánh tri giác, do nơi lục căn mà phát ra sáu thứ tri giác này. Lục căn tức là mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, và ý; chúng phát xuất ra thấy (thị giác), nghe (thính giác), ngửi (khứu giác), nếm (vị giác), xúc chạm (xúc giác nơi thân), và hiểu biết (tri giác nơi ý). Con người ta gây tội tạo nghiệp nơi sáu căn này, mà tu hành giác ngộ cũng ở nơi sáu căn này. Nếu không bị ngoại cảnh chi phối thì đó chính là đang có tu tập. ngược lại, nếu bị cảnh giới bên ngoài làm cho xoay chuyển tức là đọa lạc. Trong Tâm Địa Quán Kinh, Đức Phật dạy: “Trong Phật pháp, lấy tâm làm chủ. Tất cả các pháp đều do tâm sanh.” Tâm tạo ra chư Phật,

tâm tạo thiên đường, tâm tạo địa ngục. Tâm là động lực chính làm cho ta sung sướng hay đau khổ, vui hay buồn, trầm luân hay giải thoát. Có một số từ ngữ Sanskrit và Ba Li chỉ tâm như Mana, Citta, Vijnana, Vinnana. Tâm là một tên khác của A Lại Da Thức (vì nó tích tập hạt giống của chư pháp hoặc huân tập các hạt giống từ chủng tử chủng pháp mà nó huân tập). Không giống như xác thân vật chất, cái tâm là phi vật chất. Chúng ta nhận thức được những tư tưởng và cảm nghĩ của chúng ta cùng nhiều điều khác bằng trực giác, và chúng ta kết luận sự hiện hữu của chúng bằng phép loại suy. “Citta” là một Phạn ngữ, được tạm coi là Tâm hay ý. Tâm suy nghĩ, tưởng tượng, lý luận, vân vân. Đây cũng chính là tâm thức. Tâm thức này hành sự qua năm ngã đường tương ứng với năm căn. “Citta” ám chỉ tiến trình tâm thức và thường được sách vở Ấn Độ coi như đồng nghĩa với Mạt Na và A Lại Da thức. Trong nhận thức luận của Phật giáo Tây Tạng, người ta ám chỉ “citta” như là một cái “tâm chính,” được tháp tùng theo bởi những tâm sở. 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. Phận sự của tâm là nhận biết được đối tượng. Nó phân biệt giữa hình thức, phẩm chất, vân vân. Cách duy nhất để đạt được Phật tánh là huấn luyện và chuyển hóa tâm cho đến khi chúng ta hoàn toàn thoát khỏi những nhiễm trược. Trong Anh ngữ, “mind” có nghĩa là trái tim, tinh thần, hay linh hồn. Mind với chữ “m” thường có nghĩa là chỗ ở của lý trí, “Mind” với chữ “M” viết hoa có nghĩa là chân lý tuyệt đối. Theo kinh nghiệm nhà thiền, thì tâm là toàn bộ tính thức, nói cách khác lắng nghe khi nghe là tính thức. Theo Hòa Thượng Dhammananda trong Những Hạt Ngọc Trí Tuệ Phật Giáo, tâm có thể được định nghĩa đơn giản là sự nhận thức về một đối tượng bởi không có một tác nhân hay linh hồn chỉ huy mọi hoạt động. Tâm bao gồm trạng thái tính thoáng qua luôn luôn trôi lên rồi mất đi nhanh như tia chớp. “Vì sinh ra để thành nguồn của nó và chết đi để trở thành lối vào của nó, nó bền vững tràn trề như con sông nhận nước từ các suối nguồn

bồi thêm vào dòng chảy của nó.” Mỗi thức nhất thời của dòng đời không ngừng thay đổi, khi chết đi thì truyền lại cho thức kế thừa toàn bộ năng lượng của nó, tất cả những cảm tưởng đã ghi không bao giờ phai nhạt. Cho nên mỗi thức mới gồm có tiềm lực của thức cũ và những điều mới. Tất cả những cảm nghĩ không phai nhạt được ghi vào cái tâm không ngừng thay đổi, và tất cả được truyền thừa từ đời này sang đời kia bất chấp sự phân hủy vật chất tạm thời nơi thân. Vì thế cho nên sự nhớ lại những lần sanh hay những biến cố trong quá khứ trở thành một khả năng có thể xảy ra. Tâm là con dao hai lưỡi, có thể xử dụng cho cả thiện lẫn ác. Một tư tưởng nổi lên từ một cái tâm vô hình có thể cứu hay phá hoại cả thế giới. Một tư tưởng như vậy có thể làm tăng trưởng hay giảm đi dân cư của một nước. Tâm tạo Thiên đàng và địa ngục cho chính mình. Tâm còn được định nghĩa như là toàn bộ hệ thống thức, bốn nguyên thanh tịnh, hay tâm. Citta thường được dịch là “ý tưởng.” Trong Kinh Lăng Già cũng như trong các kinh điển Đại Thừa khác, citta được dịch đúng hơn là “tâm.” Khi nó được định nghĩa là “sự chất chứa” hay “nhà kho” trong đó các chủng tử nghiệp được cất chứa, thì citta không chỉ riêng nghĩa ý tưởng mà nó còn có ý nghĩa có tính cách hữu thể học nữa. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Tâm dẫn đầu các hành vi, tâm là chủ, tâm tạo tác tất cả.” Trong Phật giáo không có sự phân biệt giữa tâm và thức. Cả hai đều được dùng như đồng nghĩa. Theo Đại Sư Ấn Quang: “Tâm bao hàm hết khắp cả thập pháp giới, đó là Phật pháp giới, Bồ Tát pháp giới, Duyên Giác pháp giới, Thanh Văn pháp giới, Thiên pháp giới, Nhân pháp giới, A Tu La pháp giới, Súc Sanh pháp giới, Ngạ Quỷ pháp giới, và Địa Ngục pháp giới. Một tâm mà hay sanh tất cả. Phật cũng do tâm sanh, mà địa ngục cũng do tâm tạo.” Tâm kết hợp chặt chẽ với thân đến độ các trạng thái tinh thần ảnh hưởng trực tiếp đến sức khỏe và sự an vui của thân. Một số bác sĩ khẳng quyết rằng không có một chứng bệnh nào được xem thuần túy là thân bệnh cả. Do đó, trừ khi trạng thái tinh thần xấu này là do ác nghiệp do kiếp trước gây ra quá nặng, khó có thể thay đổi được trong một sớm một chiều, còn thì người ta có thể chuyển đổi những trạng thái xấu để tạo ra sự lành mạnh về tinh thần, và từ đó thân sẽ được an lạc. Tâm con người ảnh hưởng đến thân một cách sâu xa, nếu cứ để cho tâm hoạt động một cách bừa bãi và nuôi dưỡng những tư duy bất thiện, tâm có thể gây ra những tai hại khó lường được, thậm chí có thể gây ra sát nhân. Tuy nhiên, tâm cũng có thể chữa lành một

cái thân bệnh hoạn. Khi tâm được tập trung vào những tư duy chân chánh với tinh tấn và sự hiểu biết chân chánh thì hiệu quả mà nó tạo ra cũng vô cùng tốt đẹp. Một cái tâm với những tư duy trong sáng và thiện lành thật sự sẽ dẫn đến một cuộc sống lành mạnh và thư thái. Theo Phật giáo, tâm còn được gọi là ý thức, ý thức không tùy thuộc vào bất cứ căn nào, nhưng lệ thuộc vào sự liên tục của tâm. Ý thức chẳng những nhận biết cả sáu đối tượng gồm sắc, thanh, hương, vị, xúc và các hiện tượng trong quá khứ, hiện tại và ngay cả vị lai. Ý thức sẽ cùng ta lữ hành từ kiếp này qua kiếp khác, trong khi năm thức trước chỉ là những tâm tạm thời. Ý thức còn là một trong năm uẩn. Chức năng của 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 mạn 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,” mạn na nắm giữ nó, bám vào nó, suy nghĩ về nó mà thành hình và phát triển. Tuy nhiên, trong bản chất, mạn na và mạn 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 mạn na thức.”

## ***II. Sơ Lược Về Bốn Tâm Vô Lượng:***

1) *Tâm vô lượng là tâm rộng lớn 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.

2) *Vô Lượng Tâm trong giáo lý nhà Phật đã ảnh hưởng sâu sắc đến trái tim của vua A Dục:* 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 lượng 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.

### **III. Chi Tiết Về Bốn Tâm Vô Lượng:**

**1) Từ Vô Lượng Tâm:** Lòng từ, 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. 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. 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. *1) Lòng Từ là lòng thương yêu vô cùng rộng lớn:* 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. 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 khuyển bảo chúng sanh đừng gây nhân khổ, từ để chỉ phương pháp cứu khổ ban vui. 2) *Tâm Từ là tâm đem lại niềm vui sướng cho chúng sanh*: Ở đây vị Tỳ Kheo với tâm đầy lòng từ 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 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. Tâm này giúp đoạn trừ sân hận. 3) *Lòng từ vô lượng tương ứng với nỗi khổ vô lượng của chúng sanh*: Nỗi khổ của chúng sanh vô lượng thì lòng từ cũng phải là vô lượng. Muốn thành tựu tâm từ này, Bồ Tát 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. 4) *Những quả phúc của tâm từ (Theo Đức Phật và Phật Pháp của Ngài Narada)*: Những người có tâm từ luôn ngủ được an vui. Khi đi ngủ với tâm an lành, tự nhiên cũng tỉnh giấc với tâm an lành. Người có tâm từ, không có ác mộng. Khi thức thì họ luôn từ bi, khi ngủ thì họ luôn an lành. Người có tâm từ luôn thân ái với kẻ khác. Họ thương kẻ khác và kẻ khác cũng thương yêu họ. Người có tâm từ còn là bạn thân của chúng sanh mọi loài. Loài cầm thú cũng lấy làm vui khi được sống gần với những bậc hiền nhân đạo đức. Nhờ tâm từ mà họ không bị hại bởi thuốc độc, trừ phi họ phải trả một nghiệp xấu đã tạo trong quá khứ. Chư thiên luôn hộ trì những người có tâm từ. Người có tâm từ thường an trụ dễ dàng vì không bị những tư tưởng trái ngược khuấy động. Người có tâm từ thì gương mặt thường tươi sáng, vì gương mặt là phản ảnh của nội tâm. Người có tâm từ đến lúc lìa đời cũng được an vui, vì trong lòng không chứa chấp sân hận. Sau khi họ tắt thở, gương mặt tươi tỉnh phản ảnh sự ra đi yên bình của họ. Người có tâm từ chết một cách hạnh phúc, và sẽ được tái sanh vào một cảnh giới cực lạc. Nếu đắc thiền thì người có tâm từ sẽ được sanh vào cảnh giới của chư Phạm Thiên. 5) *Sức mạnh của “Lòng Từ”*:

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. Bên cạnh đó, tâm từ ái còn giúp đem lại công đức mãnh liệt. Tâm từ ái sẽ tạo được lòng kính trọng nơi tha nhân. Tâm từ ái giúp ta vượt qua chấp thủ và chướng ngại. Tâm từ ái giúp ta cảm thấy dễ chịu. Lòng “Từ” là một trong những cửa ngõ quan trọng đi đến đại giác, vì nhờ đó mà thiện căn lướt thắng mọi hoàn cảnh trong cuộc sống hằng ngày của chúng ta. 6) *Những lời Phật dạy về lòng từ trong kinh Từ Bi*: Người khôn khéo mưu tìm lợi ích cho mình và có ước nguyện thành đạt trạng thái vắng lặng nên có hành động như thế này: Người ấy phải có khả năng, hải chánh trực, hoàn toàn chánh trực, phải biết lắng nghe, và phải khiêm tốn. Tri túc cho người thiện tín dễ dàng hộ trì, ít bị ràng buộc, không nhiều nhu cầu, thu thúc lục căn, kín đáo, tế nhị, không luyến ái gia đình. Người ấy không nên vi phạm lỗi lầm nhỏ bé nào mà bậc thiện trí có thể khiển trách. Ước mong tất cả chúng được an vui và châu toàn! Ước mong tất cả đều có tâm hoàn toàn trong sạch. Bất luận chúng sanh ấy như thế nào: yếu đuối hay khỏe mạnh, cao lớn mập mạp hay tầm vóc bình thường, lùn thấp bé nhỏ, hữu tình hay vô tình, những chúng sanh ở gần hay những chúng sanh ở xa, những chúng sanh đã ra đời hoặc những chúng sanh chưa ra đời. Ước mong tất cả chúng sanh, không loại trừ bất luận ai, đều có tâm an lành hạnh phúc. Không ai làm cho ai thất vọng, không ai khinh bỉ ai, dầu người thế nào hoặc ở nơi đâu. Trong cơn giận dữ hay lúc oán hờn, không nên mong điều bất hạnh đến với người khác. Cũng như từ mẫu hết lòng bảo vệ đứa con duy nhất, dầu nguy hiểm đến tánh mạng, cùng thế ấy người kia trau dồi tâm Từ vô lượng vô biên, rải khắp mọi chúng sanh. Hãy để những tư tưởng từ ái vô biên bao trùm toàn thể thế gian, bên trên, phía dưới, bốn phương tám hướng, không để cho điều gì làm trở ngại, không mảy may nóng giận, không chút hiềm thù. Dầu người ấy đi, đứng, nằm, ngồi, giây phút nào còn thức, đều nên phát triển tâm niệm. Đó là hạnh phúc cao thượng nhất. Không để rơi vào những lầm lạc, đức hạnh trong sạch và viên mãn giác ngộ, người ấy lánh xa mọi hình thức ái dục. Đúng thật vậy, người ấy không còn trở lại vào bào thai.

**2) Bi Vô Lượng Tâm:** Tiếng Phạn là Phả Li Nê Phược, cũng có nghĩa 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” chính là một trong những cửa ngõ quan trọng đi đến đại giác, vì nhờ đó mà chúng ta không giết hại chúng sanh. Bi tâm là lòng bi mẫn, là tâm se lại trước sự đau khổ của chúng sinh khác. Lòng mong muốn loại bỏ những đau khổ của chúng sinh khác. 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. Tâm bi là tâm thiện với những tư tưởng tư tưởng thiện lành, mong cho người khác thoát khỏi khổ đau phiền não. Tâm bi chẳng những mang lại hạnh phúc và an tịnh cho người khác mà còn mang lại cho mình nữa. Tâm bi giúp ta loại bỏ những tư tưởng bất thiện như giận hờn, ganh ghét và đố kỵ. Bi tâm mở rộng không phân biệt chúng sanh mọi loài. Tuy nhiên, bi tâm phải đi kèm với trí tuệ, để có được kết quả đúng đắn. 1) *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. 2) *Bi Vô Lượng Tâm là tâm cứu khổ cho chúng sanh:* 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 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 kiên 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

man và ích kỷ. 3) *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. 4) *Bi tâm đồng cảm từ bi hay khoan dung*: “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 với 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 thảy 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. 5) *Bi Tâm của một vị Bồ Tát là lòng mong muốn người khác thoát khổ*: 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. 6) *Bi Tâm của một vị Bồ Tát là tâm cứu khổ cho chúng sanh*: Ở đây vị Tỳ Kheo với tâm đầy lòng bi mẫn trải rộng khắp nơi, trên, dưới, ngang, hết thảy phương xứ, cùng khắp vô biên giới, vị ấy luôn an trú biến mẫn 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. 7) *Bi Tâm của một vị Bồ Tát là lòng bi mẫn của chư Bồ Tát*: 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 trời 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. 8) *Bi Tâm của một vị Bồ Tát theo Liên Tông Thập Tam Tổ*: Theo Hòa Thượng Thích Thiền Tâm trong Liên Tông Thập Tam Tổ, sao gọi là Từ Bi Tâm? Từ bi là lòng xót thương cứu độ mà lia tương và không phân biệt chấp trước. Nghĩa là thương xót cứu độ mà không có hậu ý lợi dụng. Chẳng hạn như vì thấy người giàu đẹp, sang cả, vân vân, nên giả bộ ‘Từ Bi’ để dụng ý và mưu tính các việc riêng tư có lợi cho mình. Đây chỉ được gọi là ‘Ái Kiến,’ nghĩa là thấy giàu đẹp mà sanh khởi lòng thương theo lối trời buộc của chúng sanh, chớ không phải là Từ Bi. 9) *“Bi” tâm của một vị Bồ Tát theo Kinh Duy Ma Cát*: Theo Kinh Duy Ma Cát, Phẩm thứ bảy, Quán Chúng Sanh, Bồ Tát Văn Thù khi đến thăm bệnh cư sĩ Duy Ma Cát có hỏi về lòng “bi” như sau: Ngài Văn Thù Sư Lợi hỏi Duy Ma Cát: “Sao gọi là lòng bi của một vị Bồ Tát?” Duy Ma Cát đáp: “Bồ Tát làm công đức gì cốt để chia xẻ cho tất cả chúng sanh, đó gọi là ‘bi’.” 10) *Bi Tâm là một trong những cửa ngõ quan trọng đi đến đại giác*: Theo Phật giáo, Từ Bi là một trong những cửa ngõ quan trọng đi đến đại giác, vì nhờ đó mà thiện căn lướt thắng và cũng từ đó mà chúng ta không làm tổn hại chúng sanh. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “An trụ trong căn nhà Từ Bi ấy chính là một nơi kiên cố nhất, nơi bảo

vệ cho thân tâm ta được an toàn trước mọi kẻ thù phiền não và sân hận. Nơi đó ta sẽ có sự an lạc.” Thế nên, Phật tử chơn thuần nên luôn xem từ bi lớn làm nhà, nhu hòa nhẫn nhục làm y áo, và các pháp không làm tòa. 11) *Bi và Trí*: a) *Lòng bi mẫn tự nó trải rộng đến chúng sanh vạn loài. Bi mẫn phải đi kèm với trí tuệ mới có hiệu quả đúng đắn được*: Có một thí dụ nổi bậc về lòng bi mẫn của Đức Phật đã được ghi lại trong kinh điển Phật giáo. Chuyện kể rằng thái tử Tất Đạt Đa và người anh em họ là Đề Bà Đạt Đa, trong khi đang dạo chơi trong vườn ngự uyển của hoàng cung, khi Đề Bà dùng cung tên bắn rơi một con thiên nga. Cả hai đều vội vã đến chỗ con thiên nga vừa rơi xuống, nhưng thái tử chạy nhanh hơn nên tới trước. Ngài ôm con thiên nga bị thương trong tay và tìm cách làm cho nó bớt đau đớn. Khi Đề Bà đến nơi, ông ta tỏ ý giận dữ, nhất định cho rằng con thiên nga là của ông vì chính ông đã bắn trúng nó. Sau đó hai người đem sự tranh chấp đến nhờ một nhà hiền triết nổi tiếng của triều đình phân xử. Vị này đã quyết định dựa vào lý do cứu sinh mạng của con chim mà giao nó cho thái tử, chứ không giao cho người đã bắn rơi nó. b) *Bi và trí là hai đặc tính của chư Bồ Tát*: Bi và trí là hai đặc tính của chư Bồ Tát trên bước đường tu tập đại giác và cứu độ chúng sanh: i) Bi là dưới thì hạ hóa chúng sanh. ii) Trí là thượng cầu Bồ Đề hay Phật đạo. c) *Bi và Trí theo Đại Thừa*: Theo Phật giáo Đại Thừa, bi được tiêu biểu bởi các Ngài Quán Thế Âm và Đại Thế Chí, trong khi Trí là ngài Văn Thù Bồ Tát. d) *Bi và Trí theo Chân Ngôn*: Theo Chân Ngôn Giáo thì Bi là Thai Tạng giới, trong khi Trí là kim cang giới. 12) *Những giải thích khác về lòng Bi Mẫn*: i) 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. ii) 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.

iii) 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 trừu mẫn, 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. 13) *Lòng bi mẫn và sự hiểu biết:* i) 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. ii) 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. iii) 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. iv) 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. 14) *Mười Hoàn Cảnh Khởi Tâm Đại Bi*: Theo Kinh Hoa Nghiêm, ngài Phổ Hiền Bồ Tát đã khai thị các vị Bồ Tát về tâm đại bi phải quán sát thấy như sau: i) Bồ Tát quán sát thấy các chúng sanh không nơi nương tựa mà khởi tâm đại bi. ii) Bồ Tát quán thấy chúng sanh tâm tánh chẳng điều thuận mà khởi đại bi tâm. iii) Bồ Tát quán thấy chúng sanh nghèo cùng khốn khổ, không có căn lành mà khởi đại bi tâm. iv) Bồ Tát quán thấy chúng sanh ngủ say trong đêm dài vô minh mà khởi tâm đại bi. v) Bồ Tát quán thấy chúng sanh làm những điều ác mà khởi tâm đại bi. vi) Bồ Tát quán thấy chúng sanh làm

những điều ác mà còn thích lao mình thêm vào trong các sự ràng buộc khác nữa, mà khởi tâm đại bi. vii) Bồ Tát quán thấy chúng sanh bị chìm đắm trong biển sanh tử mà khởi đại bi tâm. viii) Bồ Tát quán thấy chúng sanh bị vương mang tội khổ lâu dài mà khởi tâm đại bi. ix) Bồ Tát quán thấy chúng sanh không ưa thích pháp lành mà khởi tâm đại bi. x) Bồ Tát quán thấy chúng sanh xa mất Phật pháp mà khởi tâm đại bi.

**3) Hỷ Vô Lượng Tâm:** Hỷ Vô Lượng Tâm là tâm vui mừng khi thấy người khác thoát khổ được vui. Ở đây vị Tỳ Kheo với đầy tâm hỷ 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 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). Từ “Hoan Hỷ” có nghĩa là cảm kích một cái gì đó. Hoan hỷ là vui theo cái vui hay cái thiện lành của người khác mà không có một chút gì ganh tỵ và cạnh tranh. Không có những ý nghĩ tiêu cực này, chúng ta hoan hỷ tất cả những thiện hành được thực hiện bởi ngay cả những người mà chúng ta xem như kẻ thù. Có hai đối tượng để hoan hỷ: Hoan hỷ thiện căn của người khác và hoan hỷ thiện căn của chính mình. Khi hoan hỷ những hành vi đạo đức của bản thân, chúng ta có thể hoan hỷ những hành vi đạo đức đã tạo ra trong những kiếp quá khứ mà chúng ta có thể lượng được bằng sự nhận thức vững chắc đã được luận ra; và khi hoan hỷ thiện căn của bản thân về kiếp hiện tại, chúng ta có thể lượng được bằng sự nhận thức vững chắc trực tiếp. Hoan hỷ vì nhận ra những hành vi đạo đức trong quá khứ không khó. Sự thật là chúng ta không chỉ tái sanh thân người hiện tại, mà còn thừa hưởng những điều kiện thuận lợi cần thiết để tu tập Phật pháp xác nhận rằng trong những kiếp quá khứ, chúng ta đã quảng tu bố thí, nhẫn nhục, và những ba la mật khác. Do đó, chúng ta nên hoan hỷ. Hoan hỷ những hành vi đạo đức của kiếp hiện tại có nghĩa là nghĩ đến những thiện hạnh mà cá nhân người đó đã thực hiện. Ví dụ như trì tụng thánh điển, suy gẫm về ý nghĩa của thánh điển, nghe thuyết pháp hay bất kỳ hành động rộng lượng nào, vân vân. Kế đó, hoan hỷ những điều này mà không có sự kiêu mạn bởi vì nếu chúng ta cảm thấy quá kiêu hãnh thì thiện căn của chúng ta sẽ

giảm chứ không tăng. Hoan hỷ những hành vi đạo đức của người khác có nghĩa là hoan hỷ với những hành vi ấy mà không có thành kiến. Hành động hoan hỷ phải không bị bản nhơ bởi những ý nghĩ tiêu cực như ganh tỵ. Cho dù sự liên hệ của chúng ta với một người như thế nào, chúng ta nên thừa nhận một cách chân thật những hành vi đạo đức của họ và hoan hỷ. Đây là kỹ thuật về trí tuệ hữu hiệu nhất để xây dựng sự tích lũy công đức lớn. 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 cõi 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.

**4) Xả Vô Lượng Tâm:** “Xả” còn gọi là Một Xả, 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 hững 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 Cật, khi ngài Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát đến thăm bệnh cư sĩ Duy Ma Cật, ông có hỏi về lòng “xả”. Văn Thù Sư Lợi hỏi Duy Ma Cật: “Sao gọi là lòng xả?” Duy Ma Cật đáp: “Những phước báo mà vị Bồ Tát đã làm, không có lòng hy vọng”. 1) *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. 2) *Tâm xả bỏ mọi thứ vật chất cũng như vượt lên mọi cảm xúc*: Ở đây vị Tỳ Kheo 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. 3) *Năm cách phát triển Tâm Xả*: 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: i) *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. Phàm 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. ii) *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. iii) *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. iv) *Thân cận người không quá luyến ái và người có tâm xả*. v) *Hướng tâm vào việc phát triển tâm xả*: Khi tâm hướng vào việc phát triển xả ly thì nó không còn lang thang những việc phàm tình thế tục nữa.

## *Love and Four Immeasurable Minds in Buddhism*

### *(A) Love in Buddhism*

#### *I. An Overview of Love in Buddhism:*

There are many different meanings of “Love”. Love as craving or sexual desire is one of the major causes of sufferings and rebirth. According to Buddhism, love is understanding, love does not judge or condemn, love listens and understands, love cares and sympathizes, love accepts and forgives, and so on and so on. Thus, in Buddhism, love has the meaning of “selfless love” which accompanies with loving-kindness, compassion, joy, and equanimity. Love goes hand-in-hand with compassion. When we have a loving heart, compassion arises easily in us. Whenever we see somebody suffering, we feel an urge to reach out to help the person ease his or her suffering. To remove or ease another’s suffering is the main characteristic of love. Thus, those who is compassionate, loving and forgiving, they really understand the meanings of the word “Love” in Buddhism. In fact, emancipation in Buddhism is not unrealistic, if we know how to focus from “Selfish” to “Altruistic”, and think more about others’ well-being and welfare, we have already liberated ourselves.

#### *II. Different Kinds of Love in Buddhist Point of View:*

*There are two kinds of love: First, Passion-love:* In Buddhism, the term “desire,” is specifically referred to sexual desire. In many scriptural contexts it is used to encompass desire in general. Kama refers to desire toward sensually satisfying objects and to the joy taken in these things. It is seen as one of the primary obstacles on the spiritual path (considered to be one of the major hindrances to the Buddhist path). Sense-pleasures, desire for sense-pleasures, desire (sexual) or sensual desire, or mental defilement, refers to desire toward sensually satisfying objects and to the joy taken in these things. There are types of sensual desire: form, sound, smell, taste, and bodily feeling. When craving is connected with sense pleasure, it is call “sensous craving.” Passion-love, love inspired by desire. Love in the passion realm or ordinary human love springing from desire, in contrast

with religious love (Pháp ái). Love inspired by desire through any of the five senses. *Second, Religious love:* Religious love is the love inspired by the dharma. Bodhisattva or religious love springing from the vow to save all creatures. Bodhisattva love with desire to save all creatures, in contrast with ordinary love (Dục ái).

### ***III. Love and Compassion in Buddhism:***

In Buddhism, love-kindness is one of the greatest emotions toward all sentient beings. Immeasurable loving kindness is the greatest love dedicated to all sentient beings, together with the desire to ring them joy and happiness. 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. Loving-kindness 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. As a matter of fact, loving kindness or love will help us gain strong meritorious power. When we offer loving kindness to other people, we will gain their love and respect at the same time. When we offer loving kindness to other people, we will gain their love and respect at the same time. Loving kindness helps us overcome

all kinds of graspings of wealth, and other hindrances Loving kindness helps us overcome all kinds of graspings of wealth, and other hindrances. Loving kindness help us experience more physical confort. Loving-kindness (benevolence) is one of the most important entrances to the great enlightenment; for with it, good roots prevail in all situations in our daily life.

It was the spirit of loving-kindness 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.



#### *IV. Love and Desire:*

According to Most Venerable Thích Thiên Tâm in *The Thirteen Patriarchs of Pureland Buddhism*, what is the ‘compassionate mind?’ To be compassionate is to pity and to be empathetic, wishing to help and rescue others without having discriminations or attachment to various characteristics. This means ‘altruism’ or to have mercy and compassion, wishing to help others but not to have any intention of taking advantages. For instance, seeing someone rich, beautiful, etc, one pretends to be compassionate by helping, but having ulterior motives of self-gain. This is called “Desirous Views,” or developing love and lust when seeing wealth and beauty according to binding ways of sentient beings; thus, to act in this way cannot be called being ‘compassionate.’ In Buddhism, love and desire means loves that attach to desires or love of family. Love and desire are the stumbling blocks in cultivation. Besides, the sea of emotional love of birth and death is fundamental obstacle to the Way. If cultivators feel love and desire, whether for people or objects, it will hinder them from making progress in cultivation. In one word, love and desire are just birth and death, and birth and death are just love and desire. Thus love and desire are the root of birth and death. If we don’t break through the ignorance of love and desire, there is no way we can escape the cycle of birth and death. Sincere Buddhists should always remember that before thinking of the Buddhahood, we should first cut off desire and get rid of love. More than twenty-five hundred years ago, Prince Siddhartha Gautama did just that before he became a wandering ascetic monk. Sincere Buddhists should always remember that we all are human beings, and human beings surely have emotions, but we Buddhists should not cling to such emotions of love and desire. We should treat everyone equally, showing loving-kindness and compassion to all, but we must be careful not to get trapped in the trap of love and desire. Buddhists have no other way to transcend but cutting off desire and getting rid of love, for whatever we are fond of, we love, and whatever we dislike, we hate. So if we don’t cut desire and get rid of love, we will continue to go round and round in the cycle of love and hate forever.

***V. The Buddha's Teachings on Loving:***

1) *The Buddha's teachings of loving-kindness in the Vimalakirti-Sutra:* According to the Vimalakirti Sutra, Chapter Seventh, Contemplating at Living Being, when Manjusri called on to enquire Vimalakirti's illness, Manjusri asked Vimalakirti: "When a Bodhisattva meditates, how should he practise kindness (maitri)? Vimalakirti replied: When a Bodhisattva has made this meditation, he should think that he ought to teach living beings to meditate in the same manner; this is true loving or kindness. A Bodhisattva should practise causeless (nirvanic) loving or kindness which prevents creativeness. A Bodhisattva should practice unheated loving or kindness which puts an end to klesa (troubles and causes of trouble). A Bodhisattva should practice impartial loving or kindness which coves all the three periods of time (which means that it is eternal involving past, future and present). A Bodhisattva should practice passionless loving or kindness which wipes out disputation. A Bodhisattva should practice non-dual loving or kindness which is beyond sense organs within and sense data without. A Bodhisattva should practice indestructible loving or kindness which eradicates all corruptibility. A Bodhisattva should practice stable loving or kindness which is a characteristic of the undying self-mind. A Bodhisattva should practice pure and clean loving or kindness which is spotless like Dharmata. A Bodhisattva should practice boundless loving or kindness which is all-pervasive like space. A Bodhisattva should practice the loving or kindness of the arhat stage which destroys all bondage. A Bodhisattva should practice the Bodhisattva loving or kindness which gives comfort to living beings. A Bodhisattva should practice the Tathagata loving or kindness which leads to the state of thatness. A Bodhisattva should practice the Buddha loving or kindness which enlightens all living beings. A Bodhisattva should practice spontaneous loving or kindness which is causeless. A Bodhisattva should practice Bodhi loving or kindness which is one flavour (i.e. uniform and unmixed wisdom). A Bodhisattva should practice unsurpassed loving or kindness which cuts off all desires. A Bodhisattva should practice merciful loving or kindness which leads to the Mahayana (path). A Bodhisattva should practice untiring loving or kindness because of deep insight into the void and non-existent ego. A Bodhisattva should practice Dharma-bestowing (dana) loving or

kindness which is free from regret and repentance. A Bodhisattva should practice precepts (sila) upholding kindness to convert those who have broken the commandments. A Bodhisattva should practice patient (ksanti) kindness which protects both the self and others. A Bodhisattva should practice Zealous (virya) loving or kindness to liberate all living beings. A Bodhisattva should practice serene (dhyana) loving or kindness which is unaffected by the five senses. A Bodhisattva should practice wise (prajna) loving which is always timely. A Bodhisattva should practice expedient (upaya) kindness to appear at all times for converting living beings. A Bodhisattva should practice unhidden loving because of the purity and cleanness of the straightforward mind. A Bodhisattva should practice profound minded loving which is free from discrimination. A Bodhisattva should practice undeceptive loving which is faultless. A Bodhisattva should practice joyful loving or kindness which bestows the Buddha joy (in nirvana). “Such are the specialities of Bodhisattva loving or kindness”.

2) *The Buddha’s teachings on “Loving-kindness” in the Dhammapada Sutta:* “Loving-kindness is the only way to destroy hatred. Hatred cannot be defeated with more hatred. There is no greater love in this world than the love of the mother and father. If a person, carrying father on the left shoulder and mother on the right shoulder, were to walk around the Sumeru Mountain hundreds of thousands of times, with blood covering both feet, it would still not be enough to repay the love and hardship of child rearing.” In the Dharmapada Sutra, the Buddha taught: It is difficult to renounce the world. It is difficult to be a householder. It is painful to associate with those who are not friends. It is painful to be wandering in the samsara forever. Reaching the enlightenment and let wander no more! Let’s suffer no more! (Dharmapada 302). Whoever binds to craving, his sorrows flourish like well-watered birana grass (Dharmapada 335). Whoever in this world overcomes this unruly craving, his sorrows fall away just like water-drops from a lotus leaf (Dharmapada 336). This is my advice to you: “Root out craving; root it out, just like birana grass is rooted out. Let not Mara crush you again and again as a flood crushes a reed! (Dharmapada 337). Latent craving is not conquered, suffering recovers and grows again and again, just like a tree hewn down grows up again as long as its roots is unrooted (Dharmapada 338). If in any

man, the thirty-six streams of craving are still flowing, such deluded person is still looking for pleasure and passion, and torrential thoughts of lust sweep him away (Dharmapada 339). Streams of pleasure and passion flow in all directions, just like the creeper sprouts and stands. Seeing the creeper that has sprung up in your mind, cut it off with wisdom (Dharmapada 340). Common people are subject to attachment and thirst; they are always happy with pleasure; they run after passion. They look for happiness, but such men caught in the cycle of birth and decay again and again (Dharmapada 341). Men who are crazed with craving, are terrified like hunted hares. The more they hold fast by fetters, bonds, and afflictions, the longer they suffer (Dharmapada 342). Men who are crazed with craving, are terrified just like hunted hares. Therefore, a monk who wishes his own passionlessness, should first banish craving (Dharmapada 343). He who is free from desire for the household, finds pleasure (of asceticism or monastic life) in the forest, yet run back to that very home. Look at that man! He runs right back into that very bondage again! (Dharmapada 344). To a wise man, the bondage that is made of hemp, wood or iron, is not a strong bond, the longing for wives, children, jewels, and ornaments is a greater and far stronger attachment (Dharmapada 345). The wise people say that that bond is very strong. Such fetters seem supple, but hard to break. Break them! Cut off desire and renounce the world! (Dharmapada 346). A man infatuated with lust falls back into the stream as a spider into the web spun by itself. He who cuts off this bond, retire from the world, with no clinging, will leave all sorrow behind (Dharmapada 347). He who has reached the goal, without fear, without craving and without desire, has cut off the thorns of life. This is his final mortal body (Dharmapada 351). He who is without craving, without attachment; who understands subtleties of words and meanings; they are truly a great wise who bear the final mortal body (Dharmapada 352). Strive hard to cut off the stream of desires. Oh! Brahman! Knowing that all conditioned things will perish. Oh! Brahman! You are a knower of the Unmade Nirvana! (Dharmapada 383).

3) *The Buddha's teachings on Loving in the Metta Sutta*: According to the Metta Sutta, the Buddha taught:

“May all beings be happy and secure  
May their mind be contented.

Whatever beings there may be,  
 Feeble or strong, long, great or medium,  
 Small or large, seen or unseen,  
 Those dwelling far or near,  
 Those who are born, and  
 Those who are yet to be born.  
 May all beings, without exception, be happy...  
 Just as a mother would protect her only child  
 Even at the risk of her own life,  
 Even so, let one cultivate  
 Boundless heart towards all beings.  
 Let one's thoughts of boundless love  
 Pervade the whole world,  
 Above, below and across,  
 Without any obstruction,  
 Any hatred or any enmity."

**(B) *Four Immeasurable Minds***

***I. An Overview and the Meanings of Citta:***

According to Buddhism, the mind is the root of all dharmas. The "Intent" is the "Discriminating Mind," the sixth consciousness. Not only does the "Mind" make discriminations, it is filled with idle thoughts. The six consciousnesses can also be said to be a perceptive nature. That is, from the six sense organs: eyes, ears, nose, tongue, body, and mind, the functions of seeing, hearing, smelling, tasting, feeling, and knowing arise. When people commit offenses, they do it with the six sense organs. When they cultivate, they also do it with the six sense organs. If you can remain unperturbed by external states, then you are cultivating. If you are turned by external states, then you will fall. 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. There are several Sanskrit and Pali terms for mind such as Mana, Citta, Vijnana, and Vinnana. "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. Mental or Intellectual consciousness. “Citta” is a Sanskrit term, temporarily considering and recognizing mind or thought. The mind that is attending, observing, thinking, reflecting, imagining (thought, intention, aim, wish, memory, intelligence, reason). Consciousness or mind: This is consciousness itself. It naturally functions in five ways corresponding to the five sense-organs. “Citta” refers to mental processes in general and is commonly said in Indian texts to be synonymous with Manas (sentience) and Vijnana (consciousness). In Tibetan Buddhist epistemology, it is said to refer to a “main mind,” which is accompanied by “mental factors.” 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. According to Most Venerable Dhammananda in *The Gems of Buddhist Wisdom*, mind may be defined as simply the awareness of an object since there is no agent or a soul that directs all activities. It consists of fleeting mental states which constantly arise and perish with lightning rapidity. “With birth for its source and death for its mouth, it persistently flows on like a river receiving from the tributary streams of sense constant accretions to its flood.” Each momentary consciousness of this

everchanging lifestream, on passing away, transmits its whole energy, all the indelibly recorded impressions, to its successor. Every fresh consciousness therefore consists of the potentialities of its predecessors and something more. As all impressions are indelibly recorded in this everchanging palimpsest-like mind, and as all potentialities are transmitted from life to life, irrespective of temporary physical disintegrations, reminiscence of past births or past incidents become a possibility. Mind is like a double-edged weapon that can equally be used either for good or evil. One single thought that arises in this invisible mind can even save or destroy the world. One such thought can either populate or depopulate a whole country. It is mind that creates one's paradise and one's hell. Citta is defined as the whole system of vijñanas, 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." In Buddhism, there is no distinction between mind and consciousness. Both are used as synonymous terms. According to Great Master Ying-Kuang: "The mind encompasses all the ten directions of dharma realms, including Buddha dharma realm, Bodhisatva dharma realm, Pratyeka-Buddha dharma realm, Sravaka dharma realm, Heaven dharma realm, Human dharma realm, Asura dharma realm, Animal dharma realm, Hungry Ghost dharma realm, and Hell dharma realm. One mind can give rise to everything. Buddhas arise from within the cultivator's mind, Hells also arise from the cultivator's mind." The mind is so closely linked with the body that mental states affect the body's health and well-being. Some doctors even confirm that there is no such thing as a purely physical disease. Unless these bad mental states are caused by previous evil acts, and they are unalterable, it is possible so to change them as to cause mental health and physical well-being to follow thereafter. Man's mind influences his body profoundly. If allowed to function viciously and entertain unwholesome thoughts, mind can cause disaster, can even kill a being; but it can also cure a sick body. When 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 a healthy and relaxed life. According to Buddhism, mind is the thinking consciousness that coordinates the perceptions of the sense organs, 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."

## ***II. A Summary of the Four Immeasurable Minds:***

1) *The mind of greatness that cannot be measurable:* The mind is immeasurable. 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.

2) *Immeasurable Minds in Buddhism that touched the heart of King Asoka*: 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 unsheathe 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.

### ***III. Details of the Four Immeasurable Minds:***

**1) Immeasurable Mind of Loving Kindness:** Kindness, 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. 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. 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. *1) The greatest love:* Immeasurable loving kindness is the greatest love dedicated to all sentient beings, together with the desire to bring them joy and happiness. 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. *2) The mind*

of “Loving-kindness” is the 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 monk, 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. 3) *The greatest love that responds to immeasurable human sufferings*: To respond to immeasurable human sufferings, we should have immeasurable loving kindness. To accomplish the heart of immeasurable loving kindness, the Bodhisattvas 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. 4) *Attendant Blessings of Loving-kindness (The Buddha and His Teachings)*: Those who practice Loving-kindness (metta) sleep happily. As they go to sleep with a loving heart, they awake with an equally loving heart. Even in sleep loving persons are not perturbed by bad dreams. They are always full of love during waking hours, and peaceful in their sleeping hours. They become dear to human beings. As they love others, so do others love them. They are dear to non-humans as well. Animals are also attracted to people with loving-kindness. Owing to their loving-kindness, they become immune from poison, unless they are subject to some inexorable karma in the past. Invisible deities protect them because of the power of their loving-kindness. Loving-kindness leads to quick mental concentration. As their minds are not perturbed by hostile vibrations; thus, one-pointedness can be gained easily. Loving-kindness tends to beautify one’s facial expression. The face as a rule reflects the state of the

mind. Persons imbued with loving-kindness die peacefully as they harbour no thoughts of hatred towards all beings. Even after death their serene face reflects their peaceful death. Since persons with loving-kindness die happily, they will subsequently be reborn in a blissful state. Persons with loving-kindness will be reborn in a Brahma realm if they gain the Dhyana. 5) *The powers of Loving-kindness*: 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. Besides, loving kindness or love will also help us gain strong meritorious power. When we offer loving kindness to other people, we will gain their love and respect at the same time. Loving kindness helps us overcome all kinds of graspings of wealth, and other hindrances. Loving kindness help us experience more physical comfort. Loving-kindness (benevolence) is one of the most important entrances to the great enlightenment; for with it, good roots prevail in all situations in our daily life. 6) *The Buddha's teachings of loving-kindness in the the Metta Sutta*: He who skilled in his good and who wishes to attain that state of calm should act as follows: he should be efficient, upright, perfectly upright, obedient and humble. Contented, easily supportable (fulfilled), with duties, of Right Livelihood, controlled in senses, discreet, not impudent, not be greedily attached to families. He should not commit any slight wrong such that other wise men might censure him. May all beings be happy and secure! May their heart be wholesome! Whatsoever living beings there be: feeble or strong, long, stout or medium, short, small or large, seen or unseen, those dwelling far or near, those who are born and those who are to be born. May all beings, without exception, be happy minded! Let none deceive another nor despise any person whatsoever in any place. In anger or ill-will, let him not wish any harm to another. Just as a mother would protect her only child at the risk of her own life, even so let him cultivate a boundless heart towards all beings. Let his thoughts of boundless love pervade the whole world above, below and across, without any obstruction, without any hatred, without any

enemy. Whether he walks, stands, lies down or sits, as long as he is awake, he should develop this mindfulness. This, they say, is the highest conduct here. Not falling into error, virtuous and endowed with insight, he discards attachment to sense-desires. Of a truth, he does not come again for conception in a womb.

**2) Immeasurable Compassion Mind:** Karuna also means 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 or compassion is one of the most important entrances to the great enlightenment; for with it, we do not kill or harm living beings. The compassion is selfless, non-egoistic and based on the principle of universal equality. A compassionate mind is a mind with wholesome thoughts which always wishes others to be released from their sufferings and afflictions. A compassionate mind does not only bring forth happiness and tranquility for others, but also to ourselves. The compassionate mind also helps us dispel our negative thoughts such as anger, envy and jealousy, etc. Compassion extends itself without distinction to all sentient beings. However, compassion must be accompanied by wisdom in order to have right effect. 1) *'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. 2) *Immeasurable Compassion, a mind of great pity, or infinite compassion:* Boundless pity, to save from suffering. 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. 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. 3) *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. 4) *Compassion and Loving-kindness*: “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. 5) *Bodhisattva's compassion mind wishing others be freed from problems*: 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. 6) *Boundless pity, to save from suffering*: 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. 7) *Compassion of Bodhisattvas*: 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 to others without any egoistic preoccupation. Do we not 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? 8) *Heart of compassion in The Thirteen Patriarchs of Pureland Buddhism*: According to Most Venerable Thích Thiên Tâm in *The Thirteen Patriarchs of Pureland Buddhism*, what is the 'compassionate mind?' To be compassionate is to pity and to be empathetic, wishing to help and rescue others without having discriminations or attachment to various characteristics. This means 'altruism' or to have mercy and compassion, wishing to help others but not to have any intention of taking advantages. For instance, seeing someone rich, beautiful, etc, one pretends to be compassionate by helping, but having ulterior motives of self-gain. This is called "Desirous Views," or developing love and lust when seeing wealth and beauty according to binding ways of sentient beings; thus, to act in this way cannot be called being 'compassionate.' 9) "*Karuna*" according to *the Vimalakirti Sutra*: According to the *Vimalakirti Sutra*, Chapter Seventh, Contemplating on Living Beings, when Manjusri Bodhisattava

called on to enquire after Vimalakirti's health, he asked Vimalakirti about "Karuna" as follows: Manjusri asked Vimalakirti: "What should be compassion (karuna) of a Bodhisattva?" Vimalakirti replied: "A Bodhisattva's compassion should include sharing with all living beings all the merits he has won." 10) *Mind of Compassion is one of the most important entrances to the great enlightenment:* According to Buddhism, Loving-kindness (benevolence) and compassion are some of the most important entrances to the great enlightenment; for with it good roots prevail in all situations in life, also with it we do not kill or harm living beings. In the Dharmapada Sutra, the Buddha taught: "To dwell in the house of Compassion is the safest, for it protects our minds and bodies from the enemies of hatred and afflictions. It allows us to have peace and contentment." Thus, sincere Buddhists should always consider great pity and compassion their room, gentleness and patience the robes, and the emptiness of all phenomena the seat. 11) *Pity and Wisdom:* a) *Compassion extends itself without distinction to all sentient beings. Compassion must be accompanied by wisdom in order to have right effect:* There is a striking example of the Buddha's compassion written in Buddhist sutras. The story tells us that one day the prince and his cousin Devadatta went wandering in the Royal Park which surrounded the royal residence. When Devadatta shot down a swan with his bow and arrow. Both the prince and Devadatta ran toward where the swan had fallen down, but Prince Siddhartha, being the faster runner, reached the place first. The young prince picked the wounded swan up in his arms and sought to relieve the bird's suffering. Devadatta reacted angrily to this, insisting that the swan belonged to him because he was the one who shot it down. Eventually, they took their dispute to the wise man of the court, who decided to reward the bird to Siddhartha on the basis that life rightly belongs to him who would preserve it and not to him who would destroy it. b) *Pity and wisdom are two characteristics of a Bodhisattva:* Pity and wisdom, the two characteristics of a bodhisattva seeking to attain perfect enlightenment and the salvation of all beings: i) Karuna or compassion means below is to save sentient beings. ii) Jnana or wisdom means above is to seek Bodhi. c) *"Karuna" and "Wisdom" in Mahayana Buddhism:* In Mahayana Buddhism, Pity is typified by Avalokitesvara and wisdom by Mahasthamaprapta, while wisdom is represented by



Manjusri Bodhisattva. *d) Pity and Wisdom in the Esoteric Sects:* In the esoteric sects, pity is represented by the garbhadhatu or the womb treasury, while wisdom is represented by the vajradhatu or the diamond treasury. *12) Other explanations on Compassion:* i) 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. ii) 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. iii) 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. *13) Compassion and understanding:* i) 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. ii) 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. iii) 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. iv) 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. *14) Ten circumstances in which Bodhisattvas develop their compassionate minds:* According to the Avatamsaka Sutra, Samantabhadra Bodhisattva shed light on why Bodhisattvas developed the compassionate mind as follows: i) Bodhisattvas observe sentient beings and seeing that they do not have any place to lean on to develop great compassion. ii) Bodhisattvas observe sentient beings and seeing that they are not kind and good-natured to develop great compassion. iii) Bodhisattvas observe sentient beings and seeing that they suffer in poverty without wholesome karma to develop great compassion. iv) Bodhisattvas observe sentient beings and seeing that they sleep soundly in the long night of binding ignorance to develop great compassion. v) Bodhisattvas observe sentient beings and seeing that they carry out wicked actions to develop great compassion. vi) Bodhisattvas observe sentient beings and seeing that they are already bound and tied down but are still fond of other bondage to develop great compassion. vii) Bodhisattvas observe sentient beings and seeing that they are drowning in the ocean of life and death to develop great compassion. viii) Bodhisattvas observe sentient beings and seeing that they are trapped enduring sufferings for an extensive period of time to develop great compassion. ix) Bodhisattvas observe sentient beings and seeing that they are not fond of wholesome dharma to develop great compassion. x) Bodhisattvas observe sentient beings and seeing that they are far away and have lost the Buddha Dharma to develop great compassion.

**3) Immeasurable Mind of Inner Joy:** Immeasurable Joy, a mind of great joy, or infinite joy. Boundless joy (gladness), on seeing others rescued from suffering. Here a monk, 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. The word "Rejoice" means appreciation of something. Rejoicing without the slightest thought of jealousy or competitiveness. Without these negative thoughts, we must rejoice over positive deeds performed even by people we consider enemies. We have two objects of rejoicing: Rejoicing over others' root virtues and rejoicing over our own. When rejoicing over our own virtue, we can rejoice over virtue done in our past lives that we can measure through inferential valid cognition and rejoice over our root virtue of this present life that we can measure by means of direct valid cognition. It is not difficult to apply inferential valid cognition to rejoice over our past lives. The fact that we have not only taken rebirth in this present human form but have inherited favorable conditions necessary for Dharma practices confirm that we must have practiced generosity, patience, and the other perfections in our past lives. So we should rejoice. Rejoice over our virtues of this present life means to think over virtuous deeds we personally have performed. For example, recitation of the holy scriptures, contemplation of their meanings, listening to the teachings of Dharma or any act of generosity and so forth. Then rejoicing at these without arrogance because if we feel proud, our root virtues will lessen instead of increasing. Rejoicing over others' virtues means rejoicing over the virtue of others without prejudice. One's act of rejoicing must not be contaminated by negative thoughts like jealousy. Regardless of what our relationship with the other person is, we should acknowledge sincerely their virtuous deeds and rejoice. This is the most effective mental technique to build a huge accumulation of merits. 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).

**4) Immeasurable Mind of Detachment:** 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. Upekṣa 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 Vimalakīrti Sūtra, when Mañjuśrī Bodhisattva called on to enquire after Upasaka Vimalakīrti’s health, Mañjuśrī asked Vimalakīrti about “Upekṣa”. Mañjuśrī asked Vimalakīrti: “What should be relinquish (upekṣa) of a Bodhisattva?” Vimalakīrti replied: “In his work of salvation, a Bodhisattva should expect nothing (i.e. no gratitude or reward) in return.”

1) *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.

2) *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 monk, 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. 3) *Five ways of developing Equanimity*: 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: i) *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. ii) *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. iii) *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. iv) *Choosing friends who do not have many attachments or possessions*. v) *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.

***Luận Thư Mười Sáu***  
***The Sixteenth Essay***

***Thất Tình Lục Dục***

***I. Tổng Quan Về Tình:***

Tình cảm, dù tiêu cực hay tích cực, đều vô thường (có nghĩa là không tồn tại), nhưng chúng ta không thể nói chúng ta không đếm xỉa tới tình cảm của chúng ta vì chúng vô thường. Người tu theo Phật không thể nói vì cả khổ đau lẫn hạnh phúc đều là vô thường nên chúng ta chẳng cần tìm mà cũng chẳng cần tránh chúng. Ai trong chúng ta cũng đều biết rằng những tình cảm bất thiện (tiêu cực) đưa đến khổ đau, trong khi tình cảm thiện lành đưa đến hạnh phúc, và mục tiêu của Phật tử là mong đạt được hạnh phúc. Như vậy chúng ta cần phải cố gắng thể thực hiện điều tạo nên hạnh phúc và ráng loại bỏ những gì làm cho ta đau khổ. Đức Phật dạy, chư Tăng Ni mà vướng mắc tình cảm với người khác là phạm giới luật Phật giáo. Vị Tỳ Kheo Ni nào vướng mắc tình cảm với người khác, dù nam hay nữ, là phạm giới Tăng tàn: Không được vị kia đáp trả nên dùng nhiều phương thức làm tổn hại uy danh của vị kia. Khi thấy vị kia tiếp xúc với ai khác bèn sanh tâm ganh tỵ giận hờn và làm náo động trong chúng. Dùng quyền lực cấm đoán người kia không được quan hệ thân thiết với người nào khác, cũng như bảo người khác không được quan hệ thân thiết với người mà vị ấy đã vướng mắc tình cảm. Biết vị này cũng đang vướng mắc tình cảm với một người khác nên tìm mọi cách để ly gián và đui vị kia ra khỏi cộng đồng. Một vị Tỳ Kheo hay Tỳ Kheo Ni, sau khi được bốn vị Tăng hay Ni khác nhắc nhở là vị ấy đang vướng mắc tình cảm với người khác. Tuy nhiên, chẳng những vị ấy không lắng nghe mà còn tìm cách chối quanh, phủ nhận hoặc tỏ ý giận dữ, vị ấy phạm giới Ba Dật Đề hay giới Đọa (phải phát lồ sám hối).

***II. Thất Tình:***

Theo Phật giáo, có bảy loại tình cảm: Thông thường mà nói, cái gì mang lại thoải mái là hạnh phúc. Hạnh phúc bình thường là thỏa mãn sự khao khát. Tuy nhiên, ngay khi điều mong muốn vừa được thực hiện thì chúng ta lại mong muốn một thứ hạnh phúc khác, vì lòng thèm muốn ích kỷ của chúng ta không cùng tận. Tiền không mua được hạnh

phúc, hay sự giàu có thường không mang lại hạnh phúc. Kỳ thật, hạnh phúc thực sự chỉ tìm thấy trong nội tâm chứ không nơi của cải, quyền thế, danh vọng hay chiến thắng. Đức Phật đã nêu lên các loại hạnh phúc cho người cư sĩ tại gia: “Hạnh phúc có sức khỏe, có của cải, sống lâu, đẹp đẽ, vui vẻ, sức mạnh, tài sản và con cái, vân vân. Đức Phật không khuyên chúng ta từ bỏ cuộc sống trần tục và rút lui về sống ẩn dật. Tuy nhiên, Ngài khuyên Phật tử tại gia, sự vui hưởng của cải không những nằm trong việc sử dụng cho riêng mình, mà nên đem phúc lợi cho người khác. Những cái mà chúng ta đang có chỉ là tạm bợ. Những cái mà chúng ta đang gìn giữ, rốt rồi chúng ta cũng bỏ chúng mà đi. Chỉ có những nghiệp sẽ phải theo chúng ta suốt nẻo luân hồi. Đức Phật dạy về hạnh phúc của người cư sĩ như sau: “Sống nghèo về vật chất mà tinh thần thoải mái là hạnh phúc. Sống đời không bị chê trách là hạnh phúc, vì người không bị chê trách là phúc lành cho chính mình và cho người khác. Người đó được mọi người ngưỡng mộ và cảm thấy sung sướng hơn khi truyền cảm được làn sóng hòa bình sang người khác. Tuy nhiên, rất khó mà không bị mọi người chê trách. Vì thế người trí cao thượng nên cố sống đứng vững với sự khen chê bên ngoài, cố đạt được hạnh phúc tinh thần bằng cách vượt qua lạc thú vật chất.” Sau đó Đức Phật tiếp tục nhắc nhở chư Tăng Ni: “Hạnh phúc Niết Bàn là dạng thức hạnh phúc giải thoát khổ đau cao thượng nhất.” Chính vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Hạnh phúc thay đức Phật ra đời! Hạnh phúc thay diễn nói Chánh pháp! Hạnh phúc thay Tăng già hòa hợp! Hạnh phúc thay đồng tiến đồng tu! (194). Sung sướng thay chúng ta sống không thù oán giữa những người thù oán; giữa những người thù oán, ta sống không thù oán (197). Sung sướng thay chúng ta sống không tật bệnh giữa những người tật bệnh; giữa những người tật bệnh chúng ta sống không tật bệnh (198). Sung sướng thay chúng ta sống không tham dục giữa những người tham dục; giữa những người tham dục, chúng ta sống không tham dục (199). Sung sướng thay chúng ta sống không bị điều gì chướng ngại. Ta thường sống với những điều an lạc như các vị thần giữa cõi trời Quang-Âm (200). Thắng lợi thì bị thù oán, thất bại thì bị đau khổ; chẳng màng tới thắng bại, sẽ sống một đời hòa hiếu an vui và hạnh phúc (201). Nếu bỏ vui nhỏ mà được hưởng vui lớn, kẻ trí sẽ làm như thế (290). Gặp bạn xa lâu ngày là vui, sung túc phải lúc là vui, mệnh chung có được thiện nghiệp là vui, lia hết thống khổ là vui (331). Được kính dưỡng mẹ hiền là vui, kính



dưỡng thân phụ là vui, kính dưỡng sa-môn là vui, kính dưỡng Thánh nhân là vui (332). Già vẫn sống đức hạnh là vui, thành tựu chánh tín là vui, đầy đủ trí tuệ là vui, không làm điều ác là vui (333).

Theo giáo thuyết Phật giáo, ai lạc tương sinh (Buồn vui cùng sanh ra lẫn nhau, nghĩa là buồn sinh ra vui, vui sinh ra buồn. Ý khuyên chúng ta khi gặp chuyện vui không nên quá vui, mà khi gặp chuyện buồn cũng không nên quá buồn vì trong vui có buồn và trong buồn có vui).

Tình thương trên thế gian này không tình thương nào hơn tình cha mẹ thương con. Nếu có người, vai bên trái công cha, vai bên mặt công mẹ, đi giáp núi Tu Di trăm ngàn vòng, máu chảy đầy chân, cũng còn chưa thể báo đền được tình thương và công ơn sanh dưỡng (Kinh Pháp Cú). Phật dạy: “Tình thương là phương cách duy nhất để xóa bỏ hận thù. Hận thù không thể đánh bại được hận thù.”

Đức Phật dạy khi bạn ghét ai thì bạn trở nên mất hạnh phúc, còn khi bạn thương ai thì mọi người đều cảm thấy hạnh phúc. Để triệt tiêu sự thù ghét, bạn nên thiền quán về lòng từ bi.

Tham ái, tham dục đòi hỏi những sự ham muốn về vật chất như thêm ăn, thêm ngủ, thêm ân ái, vân vân, là những khoái lạc về ngũ quan. Con người còn ham muốn để được thỏa mãn những nhu cầu về tinh thần như ham chiếm đoạt, ham phô trương, ham quyền lực, ham lợi lộc. Những phiền não của lòng tham muốn che lấp tâm thức hữu tình thì không cho phép thiện pháp nảy sinh. Lòng ham muốn đắm mê không bao giờ biết ngừng, không bao giờ được thỏa mãn cả, như chiếc thùng không đáy. Để thỏa mãn dục vọng mà con người sanh ra vị kỷ, độc ác, làm hại, làm khổ người khác để mình được vui, được sung sướng. Vì lòng tham mà chúng ta không ngại sử dụng mọi thủ đoạn để đạt cho được mục đích, bất kể chuyện gì xảy đến cho người khác. Phật tử chúng ta nên thấy rõ vì không tu nên cõi đời trở thành một đấu trường mà nước mắt đổ như mưa rào, bể khổ dâng lên như nước thủy triều biển khơi. Tham dục là tham muốn của cái trần thế. Hầu hết người đời thường định nghĩa hạnh phúc trần tục như là sự thỏa mãn của mọi tham dục. Tham dục trần thế là vô hạn, nhưng chúng ta lại không có khả năng nhận ra chúng và tham dục không được thỏa mãn thường gây ra khổ đau phiền não cho mình và cho người. Khi chúng ta chỉ phần nào thỏa mãn tham dục, chúng ta luôn có khuynh hướng tiếp tục theo đuổi chúng cho đến khi được thỏa mãn, chính vì vậy mà chúng ta

càng gây nên khổ đau cho mình và cho người. Ngay cả khi đã thỏa mãn tham dục, chúng ta cũng khổ đau. Chúng ta chỉ nghiệm được chân hạnh phúc và an nhin tự tại khi chúng ta có ít tham dục. Đây cũng là một trong những bước lớn đến bến bờ giải thoát của chúng ta. Đức Phật dạy: “Tham dục chính là nguồn gốc của khổ đau. Mọi vật rồi sẽ thay đổi, vì thế không nên luyến ái hay vướng víu vào một thứ gì. Nên nhiếp tâm thanh tịnh tìm chân lý và đạt đến hạnh phúc vĩnh hằng.” Biết tri túc 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.

Trong xã hội hôm nay người ta sợ đủ thứ, sợ không tiền, sợ không nhà, sợ già, sợ bệnh, sợ chết, vân vân. Kỳ thật vì không hiểu bản chất thật sự của đời sống nên chúng ta cố gắng duy trì những thứ mà chúng ta không thể duy trì được, rồi từ đó chúng ta đâm ra sợ hãi. Phật tử nên luôn nhớ rằng đời sống này luôn thay đổi. Nó được cấu tạo bởi một mớ yếu tố có thể đổi thay (vô thường). Hiểu được như vậy chúng ta sẽ không còn cảm thấy sợ hãi trước những biến cố của cuộc đời này nữa.

### ***III. Lục Dục:***

Như trên đã nói, tình cảm, dù tiêu cực hay tích cực, đều vô thường (có nghĩa là không tồn tại), nhưng chúng ta không thể nói chúng ta không đếm xỉa tới tình cảm của chúng ta vì chúng vô thường. Người tu theo Phật không thể nói vì cả khổ đau lẫn hạnh phúc đều là vô thường nên chúng ta chẳng cần tìm mà cũng chẳng cần tránh chúng. Ai trong chúng ta cũng đều biết rằng những tình cảm bất thiện (tiêu cực) đưa đến khổ đau, trong khi tình cảm thiện lành đưa đến hạnh phúc, và mục tiêu của Phật tử là mong đạt được hạnh phúc. Như vậy chúng ta cần phải cố gắng thể thực hiện điều tạo nên hạnh phúc và ráng loại bỏ những gì làm cho ta đau khổ. Theo Phật giáo, lục tình là sáu tình khởi lên từ sáu căn: Nhãn Tình, tức là tình khởi lên từ nhãn căn hay mắt. Nhĩ Tình, tức là tình khởi lên từ nhĩ căn hay tai. Tỷ Tình, tức là tình khởi lên từ tỷ căn hay mũi. Thiệt Tình, tức là tình khởi lên từ thiệt căn hay lưỡi. Thân Tình, tức là tình khởi lên từ thân căn. Ý Tình, tức là tình khởi lên từ ý căn. Người tu tập tỉnh thức luôn coi Lục Căn là những đối tượng trong tu tập. Theo Tỳ Kheo Piyananda trong Những Hạt Ngọc

Trí Tuệ Phật Giáo, bạn phải luôn tỉnh thức về những cơ quan của giác quan như mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và sự tiếp xúc của chúng với thế giới bên ngoài. Bạn phải tỉnh thức về những cảm nghĩ phát sinh do kết quả của những sự tiếp xúc ấy: Mắt đang tiếp xúc với sắc; tai đang tiếp xúc với thanh; mũi đang tiếp xúc với mùi; lưỡi đang tiếp xúc với vị; thân đang tiếp xúc với sự xúc chạm; và ý đang tiếp xúc với vạn pháp.

### *Seven Emotions & Six Desires*

#### *I. An Overview of Emotions:*

Emotions, negative or positive, are impermanent (they would not last), but we cannot say we don't care about our emotions because they are impermanent. Buddhists cannot say both suffering and happiness are impermanent so we need not seek nor avoid them. We all know that negative emotions lead to suffering, whereas positive ones lead to happiness, and the purpose of all Buddhists is to achieve happiness. So should try to achieve things that cause happiness, and whatever causes suffering we should deliberately happiness. The Buddha taught that Monks and Nuns who have emotional attachment to another person break Buddhist precepts. A Bhiksuni who has an emotional attachment to another person, whether male or female, commits a Sangha Restoration Offence: Because her feelings are not reciprocated by the other, finds ways to damage the reputation of the other person. When she sees the other person interacting with someone else she manifests jealousy or anger, causing disturbance in the Sangha. Uses her authority to prohibit the other person from having a close relationship with anyone else, and tells others that they are not to have a close relationship with the person to whom she is attached. Knowing that the other person has an emotional attachment with the third person, she does everything she can to separate them, and drives the third person out of the community. A Bhiksu or Bhiksuni, after being reminded by four or more monks or nuns that he or she is emotionally attached to another person, whether female or male. However, he or she refuses to listen, denies it, tries to negate what they say, or expresses anger, he or she commits an Expression of Regret Offence.

## ***II. Seven Emotions:***

According to Buddhism, there are seven kinds of emotions. Generally speaking, what can be borne with ease is happiness. Ordinary happiness is the gratification of a desire. However, as soon as the thing desired is achieved, then we desire something else or some other kind of happiness, for our selfish desires are endless. Money cannot buy happiness, or wealth does not always conduce to happiness. In fact, real happiness is found within, and is not be defined in terms of wealth, power, honours, or conquests. The Buddha enumerates some kinds of happiness for a layman. They are the happiness of possession, health, wealth, longevity, beauty, joy, strength, property, children, etc. The Buddha does not advise all of us to renounce our worldly lives and pleasures and retire to solitude. However, he advised lay disciples to share the enjoyment of wealth with others. We should use wealth for ourselves, but we should also use wealth for the welfare of others. What we have is only temporary; what we preserve we leave and go. Only karmas will have to go with us along the endless cycle of births and deaths. The Buddha taught about the happiness of lay disciples as follows: “A poor, but peace life is real happiness. Leading a blameless life is one of the best sources of happiness, for a blameless person is a blessing to himself and to others. He is admired by all and feels happier, being affected by the peaceful vibrations of others. However, it is very difficult to get a good name from all. The wisemen try to be indifferent to external approbation, try to obtain the spiritual happiness by transcending of material pleasures.” Then the Buddha continued to remind monks and nuns: “Nirvana bliss, which is the bliss of relief from suffering, is the highest form of happiness.” Thus, the Buddha taught on Happiness in the Dharmapada Sutra: “Happy is the birth of Buddhas! Happy is the teaching of the True Law! Happy is the harmony in the sangha! Happy is the discipline of the united ones! (Dharmapada 194). Oh! Happily do we live without hatred among the hateful! Among hateful men we dwell unhating! (Dharmapada 197). Oh! Happily do we live in good health among the ailing! Among the ailing we dwell in good health! (Dharmapada 198). Oh! Happily do we live without greed for sensual pleasures among the greedy! Among the greedy we dwell free from greed! (Dharmapada 199). Oh! Happily do we live without any hindrance. We shall always live in peace and joy as the gods of the

Radiant Realm (Dharmapada 200). Victory breeds hatred, defeat breeds suffering; giving up both victory and defeat will lead us to a peaceful and happy life (Dharmapada 201). If by giving up a small happiness or pleasure, one may behold a larger joy. A far-seeing and wise man will do this (a wise man will leave the small pleasure and look for a larger one) (Dharmapada 290). It is pleasant to have friends when need arises. Enjoyment is pleasant when shared with one another. Merit is pleasant when life is at its end. Shunning of (giving up) all evil is pleasant (Dharmapada 331). To revere the mother is pleasant; to revere the father is pleasant; to revere the monks is pleasant; to revere the sages is pleasant (Dharmapada 332). To be virtuous until old age is pleasant; to have steadfast faith is pleasant; to attain wisdom is pleasant; not to do evil is pleasant (Dharmapada 333).

According to Buddhist theories, sorrow and joy, each producing the other, or each being inherent in the other.

There is no greater love in this world than the love of the mother and father. If a person, carrying father on the left shoulder and mother on the right shoulder, were to walk around the Sumeru Mountain hundreds of thousands of times, with blood covering both feet, it would still not be enough to repay the love and hardship of child rearing (Dhammapada). The Buddha taught: "Love is the only way to destroy hatred. Hatred cannot be defeated with more hatred."

Buddha taught: "When you hate others, you yourself become unhappy. But when you love others, everyone is happy." In order to eliminate "hate," you should meditate on loving-kindness, pity and compassion.

Greed and lust are unrestrained desires for material possessions such as food, sleeping, sexual intercourse, etc., all related to sensual pleasures. We also have a desire for appropriations, showing off, authority, and profits. The cover of desire which overlays the mind and prevents the good from appearing. Since they are like bottomless barrel, neither obsessive greed nor desire can be stopped or satisfied. Through tricks, expedients, and manipulations we try to reach our goal irrespective of whatever happens to others. We Buddhists must see that greedy people are generally selfish, wicked, and prone to cause sufferings to others. As a result, they transform this world into a battlefield where tears are shed like streams, and sufferings rise like an

ocean tide. Desire for and love of the things of this life, such as craving (greed, affection, desire). 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: "Craving 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.

In nowadays society, one fears everything, fear of no money, fear of homelessness, fear of sickness, old-age and death, etc. In fact, because of lack of understanding about the real nature of life, we try to maintain things that we are unable to, that's why we feel fear of everything. Buddhists should always remember that life is changeable and it composes of a bundle of changeable (impermanent) elements. Once we understand the real nature of life, we don't have the feeling of fear in life anymore.

### ***III. Six Desires:***

As mentioned above, emotions, negative or positive, are impermanent (they would not last), but we cannot say we don't care about our emotions because they are impermanent. Buddhists cannot say both suffering and happiness are impermanent so we need not seek nor avoid them. We all know that negative emotions lead to suffering, whereas positive ones lead to happiness, and the purpose of all Buddhists is to achieve happiness. So should try to achieve things that cause happiness, and whatever causes suffering we should deliberately happiness. According to Buddhism, six emotions arising from the six

organs of sense: Emotions arising from the eyes. Emotions arising from the ears. Emotions arising from the nose. Emotions arising from the tongue. Emotions arising from the body. Emotions arising from the mind. Practitioners of mindfulness always consider the six senses are objects of cultivation. 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: eye is now in contact with forms (rupa); ear is now in contact with sound; nose is now in contact with smell; tongue is now in contact with taste; body is now in contact with touching; and mind is now in contact with all things (dharma).





***Luận Thứ Mười Bảy***  
***The Seventeenth Essay***

***Phiền Não Tức Bồ Đề***

***I. Phiền Não Là Gì?:***

Phiền não là con đường của cảm dỗ và dục vọng sanh ra ác nghiệp (đây chính là khổ đau và ảo tưởng của cuộc sống), là nhân cho chúng sanh lăn trôi trong luân hồi sanh tử, cũng như ngăn trở giác ngộ. Tuy nhiên, theo Phật giáo Đại thừa, đặc biệt là tông Thiên Thai, phiền não và bồ đề là hai mặt của đồng tiền, không thể tách rời cái này ra khỏi cái kia. Khi chúng ta nhận biết rằng phiền não không có tự tánh, chúng ta sẽ không vướng mắc vào bất cứ thứ gì và ngay tức khắc, phiền não đã biến thành Bồ đề (khi biết vô minh trần lao tức là bồ đề, thì không còn có tập để mà đoạn; sinh tử tức niết bàn, như thế không có diệt để mà chứng). 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 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. Từ “Klesa” nghĩa đen là sự đau đớn, bụi bặm bên ngoài, nổi khổ đau, hay một cái gì gây đau đớn, và được dịch là phiền não. Vì không có gì gây đau đớn tâm linh bằng những ham muốn và đam mê xấu xa ích kỷ, nên “Agantuklesa còn được dịch là phiền não. “Klesa” theo Phạn ngữ có nghĩa là “Sử”, là tên khác của phiền não hay những lo âu thế gian, dẫn đến luân hồi sanh tử. Chúng là những trở ngại như ham muốn, thù ghét, cao ngạo, nghi ngờ, tà kiến, vân vân, dẫn đến những hậu quả khổ đau trong tương lai tái sanh, vì chúng là những sứ giả bị nghiệp lực sai khiến. Klesa còn có nghĩa là “những yếu tố làm ô nhiễm tâm,” khiến cho chúng sanh làm những việc vô đạo đức, tạo nên nghiệp quả. Klesa còn có nghĩa là ô nhiễm hay tai họa, chỉ tất cả những như bản làm rối loạn tinh thần, cơ sở của bất thiện, cũng như gắn liền con người vào chu kỳ sanh tử. Người ta còn gọi chúng là khát vọng của Ma vương. Muốn giác ngộ trước tiên con người phải cố gắng thanh lọc tất cả

những như bản này bằng cách thường xuyên tu tập thiền định. Như bản có nhiều thứ khác nhau. Phiền não còn là những trạo cử hay hối quá, một bất lợi khác gây khó khăn cho tiến bộ tâm linh. Khi tâm trở nên bất an, giống như bầy ong đang xôn xao trong tổ lặc lự, không thể nào tập trung được. Sự bức rức này của tâm làm cản trở sự an tịnh và làm tắc nghẽn con đường hưởng thụ. Tâm lo âu chỉ là sự tai hại. Khi một người lo âu về chuyện này hay chuyện nọ, lo âu về những chuyện đã làm hay chưa làm, lo âu về những điều bất hạnh hay may mắn, tâm người ấy không thể nào an lạc được. Tất cả mọi trạng thái bức bối, lo lắng, cũng như bồn chồn hay dao động này của tâm đều ngăn cản sự định tĩnh của tâm. Trong Phật giáo, tham, sân, si và tất cả phiền não là khí giới của Bồ Tát, vì dùng môn phiền não để độ 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. Theo Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 38, chư Bồ Tát dùng “Bố thí” để diệt trừ tất cả xan lãn; dùng “Trì giới” để vứt bỏ tất cả sự hủy phạm; dùng Bình đẳng để dứt trừ tất cả phân biệt; dùng Trí huệ để tiêu diệt tất cả vô minh phiền não; dùng Chánh mạng để xa rời tất cả tà mạng; Thiện xảo phương tiện để thị hiện tất cả xứ; dùng Tham, sân, si và tất cả phiền não làm pháp môn phiền não để độ chúng sanh; dùng Sanh tử để chẳng dứt hạnh Bồ Tát và luôn giáo hóa chúng sanh; dùng Nói pháp như thật để phá tất cả chấp trước; dùng Nhứt thiết trí để chẳng bỏ hạnh môn của Bồ Tát. Phiền não tác động xảy ra khi người ta không chịu giữ giới mà còn lại hành động sát sanh, trộm cắp, tà dâm, vọng ngữ và uống những chất cay độc. Trong khi phiền não tư tưởng tế nhị hơn. Một người không làm hay nói điều bất thiện ra ngoài, nhưng trong tâm vẫn bị ám ảnh với những mong muốn giết và hủy hoại, muốn làm tổn hại chúng sanh khác, muốn lấy, muốn lừa dối người khác. Nếu bạn bị loại phiền não này ám ảnh, và nổi đau đớn do phiền não gây ra. Một người không kiểm soát được phiền não tư tưởng chắc chắn người ấy sẽ làm tổn hại chúng sanh bằng cách này hay cách khác. Phiền não ngủ ngầm thường không xuất hiện ra ngoài. Nó nằm ẩn bên trong, chờ thời cơ nảy ra tấn công hành giả. Phiền não ngủ ngầm chẳng khác nào một người đang nằm ngủ say. Khi thức giấc tâm người ấy bắt đầu lay động. Đó là phiền não tư tưởng khởi sinh. Khi người ấy ngồi dậy và bắt đầu làm việc là lúc đang từ phiền não tư tưởng chuyển sang phiền não tác động.

## ***II. Hàng Phục Phiền Nã:***

Phiền nã là những lo âu thế gian, dẫn đến luân hồi sanh tử, là những trở ngại như ham muốn, thù ghét, cao ngạo, nghi ngờ, tà kiến, vân vân, dẫn đến những hậu quả khổ đau trong tương lai tái sanh, vì chúng là những sứ giả bị nghiệp lực sai khiến. Phiền nã còn có nghĩa là “những yếu tố làm ô nhiễm tâm,” khiến cho chúng sanh làm những việc vô đạo đức, tạo nên nghiệp quả. Phiền nã chỉ tất cả những nơ bấn làm rối loạn tinh thần, cơ sở của bất thiện, cũng như gắn liền con người vào chu kỳ sanh tử. Người ta còn gọi chúng là khát vọng của Ma vương. Muốn giác ngộ trước tiên con người phải cố gắng thanh lọc tất cả những nơ bấn này bằng cách thường xuyên tu tập thiền định. Nơ bấn có nhiều thứ khác nhau. Người tu tập tỉnh thức hàng phục phiền nã bằng bốn cách: Hàng phục phiền nã bằng tâm, bằng cách đi sâu vào thiền quán hay niệm Phật. Hàng phục phiền nã bằng quán chiếu nguyên lý của vạn hữu. Khi vọng tâm khởi lên mà tâm không thể điều phục được bằng thiền quán hay niệm Phật thì chúng ta nên tiến tới bước kế tiếp bằng cách quán sát nguyên lý của vạn hữu. Khi nào phiền nã của những ham muốn phát triển thì chúng ta nên quán pháp bất tịnh, khổ, không và vô ngã. Khi nào sân hận khởi lên thì chúng ta nên quán từ bi, vị tha và tánh không của vạn pháp. Hàng phục phiền nã bằng cách quán sát hiện tượng. Khi thiền quán, niệm Phật và quán sát không có hiệu quả cho một số người nặng nghiệp, hành giả có thể dùng phương cách rời bỏ hiện tượng, nghĩa là rời bỏ hiện trường. Khi chúng ta biết rằng cơn giận hay cơn gây gổ sắp sửa bùng nổ thì chúng ta nên rời hiện trường và từ từ nhấp nước lạnh vào miệng (uống thật chậm) để làm dịu chính mình. Hàng phục phiền nã bằng cách sám hối nghiệp chướng qua tụng kinh niệm chú.

## ***III. Phiền Nã Tức Bồ Đề:***

Theo Phật giáo Đại thừa, đặc biệt là tông Thiên Thai, phiền nã và bồ đề là hai mặt của đồng tiền, không thể tách rời cái này ra khỏi cái kia. Khi chúng ta nhận biết rằng phiền nã không có tự tánh, chúng ta sẽ không vướng mắc vào bất cứ thứ gì và ngay tức khắc, phiền nã đã biến thành Bồ đề (khi biết vô minh trần lao tức là bồ đề, thì không còn có tập để mà đoạn; sinh tử tức niết bàn, như thế không có diệt để mà chứng). Khi liễu ngộ được nghĩa lý của “phiền nã tức bồ đề” tức

là chúng ta đã hàng phục được phiền não rồi vậy. Đức Phật vì thấy chúng sanh phải chịu đựng vô vàn khổ đau phiền não nên Ngài phát tâm xuất gia tu hành, tìm cách độ thoát chúng sanh thoát khổ. Phiền não xuất hiện qua sự vô minh của chúng ta, khi thì qua sắc tướng, khi thì tiềm tàng trong tâm trí, vân vân. Trong đời sống hằng ngày, chúng ta không có cách chi để không bị khổ đau phiền não chi phối. Tuy nhiên, nếu chúng ta biết tu thì lúc nào cũng xem phiền não tức bồ đề. Nếu chúng ta biết vận dụng thì phiền não chính là Bồ Đề; ví bằng nếu không biết vận dụng thì Bồ Đề biến thành phiền não. Theo Cổ Hòa Thượng Tuyên Hóa trong Pháp Thoại, Quyển 7, Bồ Đề ví như nước và phiền não được ví như băng vậy; mà trên thực tế thì nước chính là băng và băng chính là nước. Nước và băng vốn cùng một thể chứ chẳng phải là hai thứ khác nhau. Khi giá lạnh thì nước đông đặc lại thành băng, và lúc nóng thì băng tan thành nước. Vậy, nói cách khác, khi có phiền não tức là nước đóng thành băng, và khi không có phiền não thì băng tan thành nước. Nghĩa là có phiền não thì có băng phiền não vô minh; và không có phiền não thì có nước Bồ Đề trí tuệ.

### *Afflictions Are Bodhi*

#### *I. What Is Affliction?:*

Affliction is the way of temptation or passion which produces bad karma (life's stress and delusion), causes one to wander in the samsara and hinder one from reaching enlightenment. However, according to the Mahayana teaching, especially the T'ien-T'ai sect, afflictions are inseparable from Buddhahood. Affliction and Buddhahood are considered to be two sides of the same coin. When we realize that afflictions in themselves can have no real and independent existence, therefore, we don't want to cling to anything, at that very moment, afflictions are bodhi without any difference. 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. 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. “Klesa” literally means “pain,” “external dust,” “affliction,” or “something tormenting” and is translated as “affliction.” As there is nothing so tormenting spiritually as selfish, evil desires and passions, klesa has come to be understood chiefly in its derivative sense and external dust for *agantuklesa*. Klesa is a Sanskrit term for affliction, distress, worldly cares, vexations, and as consequent reincarnation. They are such troubles as desire, hate, stupor, pride, doubt, erroneous views, etc., leading to painful results in future rebirths, for they are karma-messengers executing its purpose. Klesa also means “negative mental factors,” that lead beings to engage in non-virtuous actions, which produce karmic results. Klesa also means all defilements that dull the mind, the basis for all unwholesome actions as well as kinks that bind people to the cycle of rebirths. People also call Klesa the thirst of Mara. In order to attain enlightenment, the number one priority is to eliminate these defilements by practicing meditation on a regular basis. Afflictions are also restlessness and worry, another disadvantage that makes progress difficult. When the mind becomes restless like flustered bees in a shaken hive, it can not concentrate. This mental agitation prevents calmness and blocks the upward path; mental worry is just as harmful. When a man worries over one thing and another, over things done or left undone, and over fortune and misfortune, he can never have peace of mind. All this bother and worry, this fidgeting and unsteadiness of mind prevents concentration. In Buddhist teachings, all afflictions, wrath, and folly are weapons of enlightening beings because they liberate sentient beings through 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. According to the Adornment Sutra, Chapter 38, Bodhisattvas utilize “Giving” to destroy all stinginess; “Self-control” to get rid of all crime; Impartiality to remove all discrimination; Wisdom to dissolve all ignorance and afflictions; Right livelihood to lead away from all wrong livelihood; Skill in means to manifest in all places; All afflictions, wrath, and folly to liberate sentient beings through afflictions; Birth-and-death to continue enlightening practices and teach sentient beings; Teaching the

truth to be able to break up all clinging; All knowledge to not give up the avenues of practice of enlightening beings. Defilements of transgression occur when people cannot keep the basic precepts, and perform actions of killing, stealing, sexual misconduct, lying and intoxication. Defilements of obsession is a little bit more subtle. One may not outwardly commit any immoral action, but one's mind is obsessed with desires to kill and destroy, hurt and harm other beings physically or otherwise. Obsessive wishes may fill the mind: to steal, manipulate people, deceive others, etc. If you have experienced this kind of obsession, you know it is a very painful state. If a person fails to control his obsessive afflictions, he or she is likely to hurt other beings in one way or another. Dormant or latent afflictions are ordinarily not apparent. They lie hidden, waiting for the right conditions to assault the helpless mind. Dormant afflictions may be likened to a person deeply asleep. As such a person awakes, when his or her mind begins to churn, it is as if the obsessive afflictions have arisen. When the person stands up from bed and becomes involved in the day's activities, this is like moving from the obsessive afflictions to the afflictions of transgression.

## ***II. Subduing Afflictions:***

Afflictions are distress, worldly cares, vexations, and as consequent reincarnation. They are such troubles as desire, hate, stupor, pride, doubt, erroneous views, etc., leading to painful results in future rebirths, for they are karma-messengers executing its purpose. Klesa also means "negative mental factors," that lead beings to engage in non-virtuous actions, which produce karmic results. Afflictions are all defilements that dull the mind, the basis for all unwholesome actions that bind people to the cycle of rebirths. Afflictions also mean all defilements that dull the mind, the basis for all unwholesome actions as well as kinks that bind people to the cycle of rebirths. People also call Afflictions the thirst of Mara. In order to attain enlightenment, the number one priority is to eliminate these defilements by practicing meditation on a regular basis. Practitioners of mindfulness subdue afflictions in four basic ways: Subduing afflictions with the mind by going deep into meditation or Buddha recitation. Subduing afflictions with noumenon. When deluded thoughts arise which cannot be subdued with mind through meditation or Buddha recitation, we should move to

the next step by visualizing principles. Whenever afflictions of greed develops, we should visualize the principles of impurity, suffering, impermanence and no-self. When anger arises, we should visualize the principles of compassion, forgiveness and emptiness of all dharmas. Subduing afflictions with phenomena. When meditation, Buddha recitation and Noumenon don't work for someone with heavy karma, leaving phenomena (external form/leaving the scene) can be used. That is to say to leave the scene. When we know that anger or quarrel is about to burst out, we can leave the scene and slowly sip a glass of water to cool ourselves down. Subduing afflictions with repentance and recitation sutras, mantras, or reciting the noble name of Amitabha Buddha.

### ***III. Afflictions Are Bodhi:***

According to the Mahayana teaching, especially the T'ien-T'ai sect, afflictions are inseparable from Buddhahood. Affliction and Buddhahood are considered to be two sides of the same coin. The one is included in the other. When we realize that afflictions in themselves can have no real and independent existence, therefore, we don't want to cling to anything, at that very moment, afflictions are bodhi without any difference. Once we thoroughly understand the real meaning of "Afflictions are bodhi", we've already subdued our own afflictions. The Buddha witnessed that all sentient beings undergo great sufferings, so He resolved to leave the home-life, to cultivate and find the way to help sentient beings escape these sufferings. Afflictions manifest themselves through our ignorance. Sometimes they show in our appearance; sometimes they are hidden in our minds, etc. In our daily life, we cannot do without sufferings and afflictions. However, if we know how to cultivate, we always consider "afflictions is Bodhi". If we know how to use it, affliction is Bodhi; on the contrary, if we do not know how to use it, then Bodhi becomes affliction. According to Late Most Venerable Hsuan-Hua in Talks on Dharma, volume 7, Bodhi is analogous to water, and affliction to ice. Ice and water are of the same substance; there is no difference. In freezing weather, water will freeze into ice, and in hot weather, ice will melt into water. When there are afflictions, water freezes into ice; and when the afflictions are gone, ice melts into water. It is to say, having afflictions is having the

affliction-ice of ignorance; having no afflictions is having the Bodhi-water of wisdom.



***Luận Thứ Mười Tám***  
***The Eighteenth Essay***

***Duyên Khởi Luận***

***I Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Duyên:***

Duyên là những hoàn cảnh bên ngoài. Nếu đạo lực yếu thì chúng ta có thể bị hoàn cảnh bên ngoài lôi cuốn; tuy nhiên nếu đạo lực cao thì không có thứ gì có thể lôi cuốn mình được, như lời của Lục Tổ Huệ Năng: “không phải phước động, cũng không phải gió động, mà chính tâm mình động.” Như vâng giữ đúng theo lời tổ dạy, thì không có duyên nào có thể làm phân bón cho kiếp luân hồi được. Có thể nghiệp đời trước hay đời nầy chúng ta đã từng lăn trôi tạo nghiệp. 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. Phật tử chơn thuần phải cố gắng dụng công tu hành sao cho không tạo thêm nhân mới. Cổ đức dạy: “Bồ tát sợ nhân, chúng sanh sợ quả.” Dù hãy còn là phàm phu, chúng ta nên biết sợ nhơn để không hái quả. Phật dạy tâm yên cảnh lặng. Như vậy, sự quyết định trong tâm cũng là sự quyết định Phật quả trong tương lai.

Duyên có nghĩa là điều kiện. Nói cách khác, duyên là một loại nhân gây ra do hoàn cảnh bên ngoài. Từ Bắc Phạn “Hetupratyaya” nghĩa là nguyên nhân hay nguyên nhân tính hay tính nhân duyên. Hetu và Pratyaya thực ra đồng nghĩa với nhau. Tuy nhiên, hetu được xem là một nhân tố thâm sâu và hiệu quả hơn Pratyaya. Cảnh đối đãi với tâm thức (pháp tâm và sở tâm là năng duyên, cảnh là sở duyên). Đây cũng chính là phương tiện nhân (chẳng hạn như nước và đất làm phương tiện cho hạt giống nảy mầm). Nhân phụ, hoàn cảnh hay điều kiện bên ngoài, đối lại với nhân chính hay chủng tử. Nhân (Hetu) là hạt, trong khi duyên (Pratyaya) là đất, mưa, nắng, vân vân. Duyên còn có nghĩa là trợ duyên hay duyên phát triển do những điều kiện bên ngoài (tất cả gốc thiện, công đức giúp đỡ cho cái nhân, làm nảy sinh cái tính của cái nhân chân chính). Duyên là hỗ trợ hay sự phát triển bên ngoài giúp phát triển Phật tánh, đối lại với Chính Nhân Phật Tánh hay chân như hay Phật tánh tự nó. Tất cả các pháp hữu vi đều do duyên hay điều kiện mà sanh ra (lấy quả mà gọi tên). Cái tâm duyên (nương) theo sự

tướng, đối lại với duyên lý (tin vào sự tướng nhân quả báo ứng là duyên sự; tin vào diệu lý của pháp tính phi nhân phi quả là duyên lý); như thiền quán về hóa thân và báo thân đối lại với pháp thân.

Vạn sự vạn vật hay các pháp hữu vi đều từ duyên mà khởi lên, chứ không có tự tánh. Theo đạo Phật, nhân loại và các loài hữu tình đều tự tạo, hoặc chủ động hoặc thụ động. Vũ trụ không phải là quy tâm độc nhất; nó là môi trường cộng sinh của vạn hữu. Phật giáo không tin rằng vạn hữu đến từ một nguyên nhân độc nhất, nhưng cho rằng mọi vật nhất định phải được tạo thành ít nhất là hai nguyên nhân. Những sáng hóa hay biến thành của các nguyên nhân đi trước nối tiếp trong liên tục thời gian, quá khứ, hiện tại và vị lai, như một chuỗi dây xích. Chuỗi xích này được chia thành 12 bộ phận, gọi là 12 khoen nhân duyên vì mỗi bộ phận liên quan nhau với công thức như sau “Cái này có nên cái kia có; cái này sinh nên cái kia sinh. Cái này không nên cái kia không; cái này diệt nên cái kia diệt.” Theo giáo lý nhà Phật, nếu pháp quán tâm chính từ tâm này sinh khởi một cách tự nhiên, thì nhân duyên không cần thiết. Tâm có mặt do nhân và duyên. Tâm không có năng lực tự phát sinh một cách tự nhiên. Tâm không thể phát sinh một cách tự nhiên, nhưng duyên cũng không thể tự phát sinh một cách tự nhiên. Nếu như tâm và duyên, mỗi cái đều thiếu tự tánh, làm thế nào lại là một thực tại khi gặp gỡ nhau? Khó mà nói về tự tánh hoặc nói về sự sinh khởi khi cả hai gặp nhau; khi cách ly thì chúng hoàn toàn không sinh khởi. Bây giờ, nếu một cái sinh khởi thiếu tự tánh, làm cách nào người ta có thể nói đến một trăm cảnh giới hay một ngàn như thị như là có tự tánh? Bởi vì tâm không có tự tánh, vì vậy bất cứ những gì từ tâm sinh cũng là không.

## ***II. Từ Đâu Mà Có Duyên Khởi?:***

Duyên có nghĩa là nhân phụ, hoàn cảnh hay điều kiện bên ngoài, đối lại với nhân chính hay chủng tử. Nhân (Hetu) là hạt, trong khi duyên (Pratyaya) là đất, mưa, nắng, vân vân. Như vậy, duyên là những hoàn cảnh bên ngoài. Nếu đạo lực yếu thì chúng ta có thể bị hoàn cảnh bên ngoài lôi cuốn; tuy nhiên nếu đạo lực cao thì không có thứ gì có thể lôi cuốn mình được, như lời của Lục Tổ Huệ Năng: “không phải phước động, cũng không phải gió động, mà chính tâm mình động.” Như vâng giữ đúng theo lời tổ dạy, thì không có duyên nào có thể làm phân bón cho kiếp luân hồi được. Duyên biến là sự chuyển biến theo

duyên hay hoàn cảnh bên ngoài. Trong lý thuyết Duy Thức, duyên tự nó được gọi là biến. Hành giả nên luôn nhớ rằng ý thức trong tâm phân biệt các pháp khởi lên từ năm thức. Những trợ duyên hay duyên phát triển do những điều kiện bên ngoài (tất cả gốc thiện, công đức giúp đỡ cho cái nhân, làm nảy sinh cái tính của cái nhân chân chính).

Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu, những định nghĩa sau đây căn cứ trên sự giải thích về Duyên Khởi trong quyển sách của ông có nhan đề là Cương Yếu Triết Học Phật Giáo: *Thứ nhất*, sự vật chờ duyên mà nảy sinh, đối lại với tánh giác hay chân như. *Thứ nhì*, vạn sự vạn vật hay các pháp hữu vi đều từ duyên mà khởi lên, chứ không có tự tánh. *Thứ ba*, Phật giáo không coi trọng ý niệm về nguyên lý căn nhân hay nguyên nhân đệ nhất như ta thường thấy trong các hệ thống triết học khác; và cũng không bàn đến ý niệm về vũ trụ luận. Tất nhiên, triết học về Thần học không thể nào phát triển trong Phật giáo. Đừng ai mong có cuộc thảo luận về Thần học nơi một triết gia Phật giáo. Đối với vấn đề sáng thế, đạo Phật có thể chấp nhận bất cứ học thuyết nào mà khoa học có thể tiến hành, vì đạo Phật không thừa nhận có một xung đột nào giữa tôn giáo và khoa học. *Thứ tư*, theo đạo Phật, nhân loại và các loài hữu tình đều tự tạo, hoặc chủ động hoặc thụ động. Vũ trụ không phải là quy tâm độc nhất; nó là môi trường cộng sinh của vạn hữu. Phật giáo không tin rằng vạn hữu đến từ một nguyên nhân độc nhất, nhưng cho rằng mọi vật nhất định phải được tạo thành ít nhất là hai nguyên nhân. Những sáng hóa hay biến thành của các nguyên nhân đi trước nối tiếp trong liên tục thời gian, quá khứ, hiện tại và vị lai, như một chuỗi dây xích. Chuỗi xích này được chia thành 12 bộ phận, gọi là 12 khoen nhân duyên vì mỗi bộ phận liên quan nhau với công thức như sau “Cái này có nên cái kia có; cái này sinh nên cái kia sinh. Cái này không nên cái kia không; cái này diệt nên cái kia diệt.”

### **III. Pháp Duyên Khởi:**

Pháp Duyên Khởi là hệ quả tất yếu đối với Thánh đế thứ hai và thứ ba trong Tứ Thánh Đế, và không thể, như một số người có khuynh hướng cho rằng đây là một sự thêm thắt sau này vào lời dạy của Đức Phật. Giáo lý duyên khởi này luôn luôn được giải thích bằng những từ ngữ hết sức thực tiễn, nhưng nó không phải là lời dạy chỉ có tính giáo điều, mặc dù thoạt nhìn có vẻ như vậy, do tính chất ngắn gọn của các lời giải thích. Những ai từng quen thuộc với Tam Tạng Kinh Điển đều

hiểu rằng Giáo Lý Duyên Khởi này được thiết lập trên cơ sở làm rõ nét những nguyên tắc căn bản của trí tuệ. Trong lời dạy về tánh duyên khởi của vạn hữu trong thế gian, người ta có thể nhận ra quan điểm của Đức Phật về cuộc đời. Tính duyên khởi này diễn tiến liên tục, không bị gián đoạn và không bị kiểm soát bởi bất cứ loại tự tác hay tha tác nào cả. Tuy nhiên, cũng không thể gán cho giáo lý Duyên Khởi này là quyết định thuyết hay định mệnh thuyết, bởi vì trong giáo lý này cả hai môi trường vật lý và quan hệ nhân quả của cá nhân vận hành cùng nhau. Thế giới vật lý ảnh hưởng đến tâm của con người, và tâm của con người ngược lại cũng ảnh hưởng đến thế giới vật lý, hiển nhiên ở mức độ cao hơn, vì theo Kinh Tương Ứng Bộ, như Đức Phật nói: “Thế gian bị dẫn dắt bởi tâm.” Nếu chúng ta không hiểu ý nghĩa chính xác của Pháp Duyên Khởi và sự ứng dụng của nó trong cuộc sống, chúng ta sẽ lầm lẫn cho đó là một quy luật nhân quả có tính máy móc hoặc thậm chí nghĩ rằng đó chỉ là một sự khởi sinh đồng thời, một nguyên nhân đầu tiên của các pháp hữu tình cũng như vô tình. Vì hoàn toàn không có một sự khởi nguồn nào từ không mà có trong lời dạy của Đức Phật. Pháp Duyên Khởi cho thấy tính không thể có được của nguyên nhân đầu tiên này. Nguồn gốc đầu tiên của sự sống, dòng đời của các chúng sanh là điều không thể quan niệm được, và như Đức Phật nói trong Kinh Tương Ứng Bộ: “Những suy đoán và ý niệm liên quan đến thế gian có thể đưa đến sự rối loạn về tâm trí. Vô thỉ, này các Tỳ Kheo, là sự luân hồi. Điểm bắt đầu cũng không thể nêu rõ đối với chúng sanh bị vô minh che đậy, bị khát ái trói buộc, phải lưu chuyển luân hồi.” Thật vậy, rất khó có thể hình dung được về một điểm khởi đầu, không ai có thể phăng ra cùng tột nguồn gốc của bất cứ điều gì, ngay một hạt cát, huống là con người. Truy tìm khởi điểm đầu tiên trong một quá khứ vô thỉ thật là một việc làm vô ích và vô nghĩa. Đời sống không phải là một cái gì đồng nhất, nó là một sự trở thành. Đó là một dòng biến dịch của các hiện tượng tâm-sinh lý.

Pháp Duyên Khởi có liên hệ gì đến cái gọi là Đấng Tạo Hóa? Hai mươi lăm thế kỷ về trước Đức Phật đã nói rằng: “Chúng sanh và thế giới là do nhân duyên kết hợp mà thành.” Câu nói ấy đã phủ nhận cái gọi là “Đấng Tạo Hóa” hay “Thượng Đế” sáng tạo ra muôn vật. Câu nói ấy đặt ra một cái nhìn khoa học và khách quan về thế giới thực tại hay “Duyên Khởi Luận.” Duyên khởi nghĩa là sự nương tựa hỗ tương lẫn nhau mà sinh thành và tồn tại. Không có cái gì có thể tự mình sinh

ra mình và tự tồn tại độc lập với những sự vật khác. Tất cả mọi sự mọi vật trên thế giới này đều phải tuân theo định luật “Duyên Khởi” mà Thành, Trụ, Hoại và Không. Con người là một tiểu vũ trụ cũng không phải tự nhiên mà có, mà là do nghiệp lực kết hợp các duyên mà thành, và cũng nằm trong định luật “Thành Trụ Hoại Không.” Mười hai nhân duyên này nghĩa lý rất thâm diệu. Đây là những cửa ngõ quan trọng để cho chúng sanh bước vào Thánh quả, thoát khỏi sanh tử, trôi buộc, và khổ não trong ba cõi sáu đường, để chứng thành quả vị Duyên Giác Thừa.

Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, pháp giới duyên khởi là cực điểm của tất cả những thuyết nhân quả; thực sự đó là kết luận của thuyết duyên khởi bởi vì nó là lý tắc nhân quả phổ biến và đã nằm trong lý bản hữu, thông huyền của vũ trụ, hay nói thế nào cũng được. Lý tắc duyên khởi được giải thích trước tiên bằng nghiệp cảm duyên khởi, nhưng vì nghiệp phát khởi trong tạng thức, nên thứ đến chúng ta có A Lại Da duyên khởi. Vì A Lại Da, hay tạng thức, là kho tàng của chủng tử, sanh khởi từ một cái khác nên chúng ta có Như Lai Tạng duyên khởi, hay chân như. Từ ngữ kỳ lạ này chỉ cho cái làm khuấy lấp Phật tánh. Do sự che khuấy này mà có phần bất tịnh, nhưng vì có Phật tánh nên có cả phần tịnh nữa. Nó đồng nghĩa với Chân Như (Chân như Phạm ngữ là Tathata, có nghĩa là không phải như thế này hay như thế kia) mà theo nghĩa rộng nhất thì có đủ cả bản chất tịnh và bất tịnh. Do công năng của những căn nhân tịnh và bất tịnh, nó biểu lộ sai biệt tướng của hữu tình như sống và chết, thiện và ác. Chân như bảo trì vạn hữu, hay nói đúng hơn, tất cả vạn hữu đều ở trong Chân như. Nơi đây, giai đoạn thứ tư, Pháp giới Duyên khởi được nêu lên. Đó là lý tắc tự khởi và tự tạo của hữu tình và vũ trụ, hoặc giả chúng ta có thể gọi nó là duyên khởi nghiệp cảm chung của tất cả mọi loài. Nói hẹp thì vũ trụ sẽ là một sự biểu hiện của Chân như hay Như Lai Tạng. Nhưng nói rộng thì đó là duyên khởi của vũ trụ do chính vũ trụ, chứ không gì khác.

#### ***IV. Duyên Khởi Luận:***

Phật giáo không đồng ý có cái gọi là tồn thể, cũng không có cái gọi là đấng sáng tạo. Nhưng điều này không có nghĩa là tất cả sinh vật và sự vật không hiện hữu. Chúng không thể hiện hữu với một bản thể hay một tinh thể thường hằng như người ta thường nghĩ, mà chúng hiện

hữu do những tương quan hay những tập hợp của nhân quả. Mọi sự hiện hữu, hoặc cá nhân hoặc vạn hữu, đều bắt nguồn từ nguyên lý nhân quả, và hiện hữu trong sự phối hợp của nhân quả. Tâm điểm của hoạt động nhân quả là tác nghiệp riêng của mọi cá thể, và tác nghiệp sẽ để lại năng lực tiềm ẩn của nó quyết định sự hiện hữu kế tiếp. Theo đó, quá khứ hình thành hiện tại, và hiện tại hình thành tương lai của chúng ta. Trong thế giới này, chúng ta tạo tác và biến dịch như là một toàn thể mà chúng ta cứ tiến hành mãi trong cuộc sống. Theo đạo Phật, không có cái gì ngẫu nhiên, cũng không có cái gọi là nguyên nhân đầu tiên. 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 tìm 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. Chúng ta cũng vậy, 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 chắc 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. Tất cả hiện hữu là không thực có; chúng là giả danh; chỉ có Niết Bàn là chân lý tuyệt đối.”

Mọi hiện tượng đều được sinh ra và biến dịch do bởi luật nhân quả. Từ “Duyên Khởi” 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.

Từ các vi sinh vật đơn bào đến những hình hài phức tạp hơn và tới đỉnh của sự phát triển này là con người. Hãy xem hàng tỷ năm trôi qua, trái đất chúng ta không có sự sống, núi lửa tuôn tràn những dòng thác dung nham, hơi nước, và khí đẩy cả bầu trời. Tuy nhiên, khi trái đất nguội mát trong khoảng hai tỷ năm, các vi sinh vật đơn bào được tạo ra. Hẳn nhiên chúng được tạo ra nhờ sự vận hành của pháp. Chúng được sinh ra khi năng lượng “Không” tạo nên nền tảng của dung nham, khí và hơi nước gặp những điều kiện thích hợp hay duyên. Chính Pháp đã tạo ra những điều kiện cho sự phát sinh đời sống. Do đó chúng ta nhận ra rằng Pháp không lạnh lùng, không phải là một nguyên tắc trừu tượng mà đầy sinh động khiến cho mọi vật hiện hữu và sống. Ngược lại, mọi sự vật có năng lực muốn hiện hữu và muốn sống. trong khoảng thời gian hai tỷ năm đầu của sự thành hình trái đất, ngay cả dung nham, khí và hơi nước cũng có sự sống thô thức. Đó là lý do khiến các sinh vật đơn bào được sinh ra từ các thứ ấy khi các điều kiện đã hội đủ. Những sinh vật vô cùng nhỏ này đã trải qua mọi thử thách như sự nóng và lạnh cực độ, những cơn hồng thủy, và những cơn mưa như thác đổ trong khoảng thời gian hai tỷ năm, và vẫn tiếp tục sống. Hơn nữa, chúng dần dần tiến hóa thành những hình hài phức tạp hơn và tới đỉnh của sự phát triển này là con người. Sự tiến hóa này do bởi sự thôi thúc sống của những vi sinh vật đầu tiên này. Sự sống có ý thức và qua đó nó muốn sống, và ý thức này đã có trước khi có sự sống trên trái đất. Cái ý muốn như thế có trong mọi sự vật trong vũ trụ. Cái ý muốn như vậy có trong con người ngày nay. Theo quan điểm khoa học, con người được thành hình bởi một sự tập hợp của các hạt cơ bản, và nếu chúng ta phân tích điều này một cách sâu sắc hơn, chúng ta sẽ thấy rằng con người là một sự tích tập của năng lượng. Do đó cái ý muốn sống chắc chắn phải có trong con người.

Theo Triết Học Trung Quán, thuyết Duyên Khởi là một học thuyết vô cùng trọng yếu trong Phật Giáo. Nó là luật nhân quả của vũ trụ và mỗi một sinh mạng của cá nhân. Nó quan trọng vì hai điểm. Thứ nhất, nó đưa ra một khái niệm rất rõ ràng về bản chất vô thường và hữu hạn của mọi hiện tượng. Thứ hai, nó cho thấy sanh, lão, bệnh, tử và tất cả những thống khổ của hiện tượng sinh tồn tùy thuộc vào những điều

kiện như thế nào và tất cả những thống khổ này sẽ chấm dứt như thế nào khi vắng mặt các điều kiện đó. Trung Quán lấy sự sanh và diệt của các thành tố của sự tồn tại để giải thích duyên khởi là điều kiện không chính xác. Theo Trung Quán, duyên khởi không có nghĩa là nguyên lý của một tiến trình ngăn ngừa, mà là nguyên lý về sự lệ thuộc vào nhau một cách thiết yếu của các sự vật. Nói gọn, duyên khởi là nguyên lý của tương đối tánh. Tương đối tánh là một khám phá vô cùng quan trọng của khoa học hiện đại. Những gì mà ngày nay khoa học khám phá thì Đức Phật đã phát hiện từ hơn hai ngàn năm trăm năm về trước. Khi giải thích duyên khởi như là sự lệ thuộc lẫn nhau một cách thiết yếu hoặc là tánh tương đối của mọi sự vật, phái Trung Quán đã bác bỏ một tín điều khác của Phật giáo Nguyên Thủy. Phật giáo Nguyên Thủy đã phân tích mọi hiện tượng thành những thành tố, và cho rằng những thành tố này đều có một thực tại riêng biệt. Trung Quán cho rằng chính thuyết Duyên Khởi đã tuyên bố rõ là tất cả các pháp đều tương đối, chúng không có cái gọi là ‘thực tánh’ riêng biệt của chính mình. Vô tự tánh hay tương đối tánh đồng nghĩa với ‘Không Tánh,’ nghĩa là không có sự tồn tại đích thực và độc lập. Các hiện tượng không có thực tại độc lập. Sự quan trọng hàng đầu của Duyên Khởi là vạch ra rằng sự tồn tại của tất cả mọi hiện tượng và của tất cả thực thể trên thế gian này đều hữu hạn, chúng không có sự tồn tại đích thực độc lập. Tất cả đều tùy thuộc vào tác động hỗ tương của vô số duyên hay điều kiện hạn định. Ngài Long Thọ đã sơ lược về Duyên Khởi như sau: “Bởi vì không có yếu tố nào của sự sinh tồn được thể hiện mà không có các điều kiện, cho nên không có pháp nào là chẳng ‘Không,’ nghĩa là không có sự tồn tại độc lập đích thực.”

#### **V. Tứ Duyên Khởi:**

Theo Phật giáo, Duyên Khởi có nhiều loại. *Thứ nhất là “Nghịệp Cảm Duyên Khởi”*: Nghịệp cảm duyên khởi được dùng để miêu tả bánh xe sinh hóa. Trong sự tiến hành của nhân và quả, phải có định luật và trật tự. Đó là lý thuyết về nghịệp cảm. Trong 12 chi duyên khởi, không thể nêu ra một chi nào để nói là nguyên nhân tối sơ. Bởi vì, cả 12 chi tạo thành một vòng tròn liên tục mà người ta gọi là “Bánh Xe Sinh Hóa,” hay bánh xe luân hồi. Người ta có thói quen coi sự tiến hành của thời gian như một đường thẳng từ quá khứ vô cùng ngang qua hiện tại đến vị lai vô tận. Thế nhưng đạo Phật lại coi thời gian như là



một vòng tròn không có khởi đầu, không có chấm dứt. Thời gian tương đối. Một sinh vật chết đi không là chấm dứt; ngay đó, một đời sống khác bắt đầu trải qua một quá trình sống chết tương tự, và cứ lập lại như vậy thành một vòng tròn sinh hóa bất tận. Theo đó một sinh vật khi được nhìn trong liên hệ thời gian, nó tạo thành một dòng tương tục không gián đoạn. Không thể xác định sinh vật đó là thứ gì, vì nó luôn luôn biến đổi và tiến hóa qua 12 giai đoạn của đời sống. Phải đặt toàn bộ các giai đoạn này trong toàn thể của chúng coi như là đang biểu hiện cho một sinh thể cá biệt. Cũng vậy, khi một sinh vật được nhìn trong tương quan không gian, nó tạo thành một tập hợp phức tạp gồm năm yếu tố hay ngũ uẩn. Bánh xe sinh hóa là lối trình bày khá sáng sủa của quan điểm Phật giáo và một sinh vật trong liên hệ với thời gian và không gian. Bánh xe sinh hóa là một vòng tròn không khởi điểm, nhưng thông thường người ta trình bày nó bắt đầu từ vô minh, một trạng thái vô ý thức, mù quáng. Kỳ thật, vô minh chỉ là một tiếp diễn của sự chết. Lúc chết, thân thể bị hủy hoại nhưng vô minh vẫn tồn tại như là kết tinh các hiệu quả của các hành động được tạo ra trong suốt cuộc sống. Đừng nên coi vô minh như là phản nghĩa của tri kiến; phải biết nó bao gồm cả tri, sự mù quáng hay tâm trí u tối, vô ý thức. Vô minh dẫn tới hành động u tối, mù quáng. Hành, năng lực, hay kết quả của hành vi mù quáng đó, là giai đoạn kế tiếp. Nó là động lực, hay ý chí muốn sống. Ý chí muốn sống không phải là loại ý chí mà ta thường dùng trong ý nghĩa như “tự do ý chí;” thực sự, nó là một động lực mù quáng hướng tới sự sống hay khát vọng mù quáng muốn sống. Vô Minh và Hành được coi là hai nhân duyên thuộc quá khứ. Chúng là những nguyên nhân khi nhìn chủ quan từ hiện tại; nhưng khi nhìn khách quan đời sống trong quá khứ là một đời sống toàn diện giống hệt như đời sống hiện tại.

*Thứ nhì là “A Lại Da Duyên Khởi”*: A Lại Da Duyên Khởi để giải thích căn nguyên của nghiệp. Nghiệp được chia thành ba nhóm, chẳng hạn như nghiệp nơi thân, nơi khẩu và nơi ý. Nếu khởi tâm tạo tác, phải chịu trách nhiệm việc làm đó và sẽ chịu báo ứng, bởi vì ý lực là một hành động của tâm ngay dù nó không phát biểu ra lời nói hay bộc lộ trong hành động của thân. Nhưng tâm là cứ điểm căn để nhất của tất cả mọi hành động luật duyên sinh phải được đặt vào kho tàng tâm ý, tức Tầng Thức hay A Lại Da thứ (Alaya-vijnana). Lý thuyết ý thể của đạo Phật, tức học thuyết Duy Thức, chia thức thành tám công năng,

như nhân thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức, ý thức, mạn na thức, và a lại da thức. Trong tám thức này, thức thứ bảy và thức tám cần phải giải thích. Thức thứ bảy là trung tâm cá biệt hóa của ngã tính, là trung tâm hiện khởi của các ý tưởng vị ngã, ích kỷ, kiêu mạn, tự ái, ảo tưởng và mê hoặc. Thức thứ tám là trung tâm tích tập của ý thể, là nơi chứa nhóm các ‘hạt giống’ hay chủng tử của tất cả mọi hiện khởi và chúng được bộc lộ trong các hiện khởi đó. Đạo Phật chủ trương rằng nguyên khởi của vạn hữu và vạn tượng là hiệu quả của ý thể. Mỗi chủng tử tồn tại trong tầng thức và khi nó trào vọt vào thế giới khách quan, nó sẽ được phản ảnh để trở thành một hạt giống mới. Nghĩa là tâm vươn ra thế giới ngoại tại và khi tiếp nhận các đối tượng nó đặt những ý tưởng mới vào trong tầng thức. Lại nữa, hạt giống mới đó sẽ trào vọt để phản ảnh trở lại thành một hạt giống mới mẻ khác nữa. Như thế, các hạt giống hay các chủng tử tụ tập lại và tất cả được chứa nhóm ở đây. Khi chúng tiềm ẩn, chúng ta gọi chúng là những chủng tử. Nhưng khi chúng hoạt động, chúng ta gọi chúng là những hiện hành. Những chủng tử cố hữu, những hiện hành, và những chủng tử mới hỗ tương phụ thuộc lẫn nhau tạo thành một vòng tròn mãi mãi tái diễn tiến trình trước sau như nhất. Đây gọi là A Lại Da Duyên Khởi. Cái làm cho chủng tử hay vô thức tâm phát khởi thành hiện hành, nghĩa là động lực tạo ra dòng vận động của duyên khởi, chính là ý thể, nghĩa là thức. Có thể thấy một cách dễ dàng, theo thuyết A Lại Da Duyên Khởi này, rằng Hoặc, Nghiệp và Khổ khởi nguyên từ nghiệp thức, hay ý thể. Tầng thức lưu chuyển tái sinh để quyết định một hình thái của đời sống kế tiếp. Có thể coi tầng thức giống như một linh hồn trong các tôn giáo khác. Tuy nhiên, theo học thuyết của đạo Phật, cái tái sinh không phải là linh hồn, mà là kết quả của các hành động được thi hành trong đời sống trước. Trong đạo Phật, người ta không nhận có hiện hữu của linh hồn.

*Thứ ba là “Chân Như Duyên Khởi”:* Chân Như Duyên Khởi, để giải thích căn nguyên của tầng thức. Tầng thức của một người được quy định bởi bản tính của người đó và bản tánh này là hình thái động của chân như. Không nên hỏi chân như hay Như Lai tạng khởi lên từ đâu, bởi vì nó là thể tánh, là chân như cứu cánh không thể diễn đạt. Chân như là từ ngữ duy nhất có thể dùng để diễn tả thực tại cứu cánh vượt ngoài định danh và định nghĩa. Còn được gọi là Như Lai Tạng. Như Lai Tạng là Phật tánh ẩn tàng trong bản tánh của phàm phu. Như

Lai là một biểu hiệu được Phật tự dùng để thay cho các danh xưng như “Tôi” hay “Chúng ta,” nhưng không phải là không có một ý nghĩa đặc biệt. Sau khi Ngài thành đạo, Đức Phật gặp năm anh em Kiều Trần Như hay năm nhà khổ hạnh mà trước kia đã từng sống chung với Ngài trong đời sống khổ hạnh trong rừng. Năm nhà khổ hạnh này gọi Ngài là “Bạn Gotama.” Phật khiển trách họ, bảo rằng, đừng gọi Như Lai như là bạn và ngang hàng với mình, bởi vì Ngài bây giờ đã là Đấng Giác Ngộ, Đấng Tối Thắng, Đấng Nhất Thiết Trí. Khi Ngài “đến như vậy” trong tư thế hiện tại của Ngài với tư cách là vị đạo sư của trời và người, họ phải coi Ngài là Đấng Trọn Lành chứ không phải là một người bạn cố tri. Lại nữa, khi Đức Phật trở về thành Ca Tỳ La Vệ, quê cũ của Ngài, Ngài không đi đến cung điện của phụ vương mà lại ở trong khu vườn xoài ở ngoại thành, và theo thường lệ là đi khát thực mỗi ngày. Vua Tịnh Phạn, phụ vương của Ngài, không thể chấp nhận con mình, một hoàng tử, lại đi xin ăn trên các đường phố thành Ca Tỳ La Vệ. Lúc đó, vua đến viếng Đức Phật tại khu vườn, và thỉnh cầu Ngài trở về cung điện. Phật trả lời vua bằng những lời lẽ như sau: “Nếu tôi vẫn còn là người thừa kế của Ngài, tôi phải trở về cung điện để cùng chung lạc thú với Ngài, nhưng gia tộc của tôi đã đổi. Bây giờ tôi là một người thừa kế các Đức Phật trong quá khứ, các ngài đã “đến như vậy” như tôi đang đến như vậy ngày nay, cùng sống trong các khu rừng, và cùng khát thực. Vậy Bộ Hạ hãy bỏ qua những gì mà ngài đã nói.” Đức vua hiểu rõ những lời đó, và tức thì trở thành một người đệ tử của Đức Phật. Như Lai, đến như vậy hay đi như vậy, trên thực tế, cùng có ý nghĩa như nhau. Phật dùng cả hai và thường dùng chúng trong hình thức số nhiều. Đôi khi các chữ đó được dùng cho một chúng sinh đã đến như vậy, nghĩa là, đến trong con đường thế gian. Đến như vậy và đi như vậy do đó có thể được dùng với hai nghĩa: “Vị đã giác ngộ nhưng đến trong con đường thế gian,” hay “vị đến trong con đường thế gian một cách đơn giản.” Bây giờ, Chân như hay Như Lai tạng chỉ cho trạng thái chân thật của vạn hữu trong vũ trụ, cội nguồn của một đấng giác ngộ. Khi tĩnh, nó là tự thân của Giác Ngộ, không liên hệ gì đến thời gian và không gian; nhưng khi động, nó xuất hiện trong hình thức loài người chấp nhận một đường lối thế gian và sắc thái của đời sống. Trên thực tế, Chân như hay Như Lai tạng là một, và như nhau: chân lý cứu cánh. Trong Đại Thừa, chân lý cứu cánh được gọi là Chân như hay Như thực. Chân như trong ý nghĩa tĩnh của nó thì phi thời gian,

bình đẳng, vô thủy vô chung, vô tướng, không sắc, bởi vì bản thân sự vật mà không có sự biểu lộ của nó thì không thể có ý nghĩa và không bộc lộ. Chân như trong ý nghĩa động của nó có thể xuất hiện dưới bất cứ hình thức nào. Khi được điều động bởi một nguyên nhân thuận tịnh, nó mang hình thức thanh thoát; khi được điều động bởi một nguyên nhân ô nhiễm, nó mang hình thức hủ bại. Do đó chân như có hai trạng thái: tự thân chân như, và những biểu lộ của nó trong vòng sống và chết.

*Thứ tư là “Pháp Giới Duyên Khởi”*: Pháp giới (Dharmadhatu) có nghĩa là những yếu tố của nguyên lý và có hai sắc thái: trạng thái chân như hay thể tánh và thể giới hiện tượng. Tuy nhiên trong Pháp Giới Duyên Khởi, người ta thường dùng theo nghĩa thứ hai, nhưng khi nói về thể giới lý tưởng sở chứng, người ta thường dùng nghĩa thứ nhất. Đạo Phật chủ trương rằng không có cái được tạo độc nhất và riêng rẽ. Vạn hữu trong vũ trụ, tâm và vật, khởi lên đồng thời; vạn hữu trong vũ trụ nương tựa lẫn nhau, ảnh hưởng lẫn nhau, và do đó tạo ra một bản đại hòa tấu vũ trụ của toàn thể điệu. Nếu thiếu một, vũ trụ sẽ không toàn vẹn; nếu không có tất cả, cái một cũng không. Khi toàn thể vũ trụ tiến tới một bản hòa âm toàn hảo, nó được gọi là nhất chân pháp giới, vũ trụ của cái “Một” hay cái “Thực,” hay “Liên Hoa Tạng.” Trong vũ trụ lý tưởng đó, vạn hữu sẽ tồn tại trong hòa điệu toàn diện, mỗi hữu không chướng ngại hiện hữu và hoạt động của các hữu khác. Mặc dù quan niệm viên dung và đồng khởi là vũ trụ, nó là một thuyết Pháp Giới Duyên Khởi, bản tính của hiện khởi là vũ trụ, nó là một thứ triết lý về toàn thể tính của tất cả hiện hữu, hơn là triết học về nguyên khởi.

### *The Theory of Causation*

#### *I. An Overview and Meanings of Conditions:*

Conditions are external circumstances. If our cultivation power is weak, we can be attracted by external conditions; however, if our cultivation power is strong, no external environments can attract us. The sixth patriarch told the monks in Kuang Chou that: “It is not the wind moving, and it is not the flag moving, it is our mind moving.” So if we follow the teachings of the sixth patriarch, no external environments can be fertilizers to our cycle of births and deaths. We

may have been up and down in the samsara because of our previous or present karma. 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. Sincere Buddhists must try to zealously cultivate so that we establish no causes. Ancient sages always reminded that “Bodhisattvas fear causes, ordinary people fear results.” Even though we are still ordinary people, try to know to fear “causes” so that we don’t have to reap “results.” The Buddha taught: “When the mind is still, all realms are calm.” Therefore, the issue of certainty is a determination of our future Buddhahood.

Pratyaya means having conditions. In other words, pratyaya is a kind of concurrent or environment cause. Sanskrit term “Hetupratyaya” means causation or causality. Hetu and pratyaya are really synonymous; however, hetu is regarded as a more intimate and efficient agency of causation than a Pratyaya. Secondary cause, upon which something rests or depends, hence objects of perception; that which is the environmental or contributory cause; attendant circumstances. This is also the adaptive cause (water and soil help the seed growing). The circumstantial, conditioning, or secondary cause, in contrast with the Hetu, the direct or fundamental cause. Hetu is the seed, Pratyaya is the soil, rain, sunshine, etc. Pratyaya also means a contributory or developing cause, i.e. development of the fundamental Buddha-nature; as compared with direct or true cause. Pratyaya is a contributory or developing cause of all undergoing development of the Buddha-nature, in contrast with the Buddha-nature or Bhutatathata itself. All things are produced by causal conditions (or conditional causation which are name by the effects, or following from anything as necessary result). To lay hold of, or study things or phenomena, in contrast to principles or noumena; or meditation on the Buddha’s nirmanakaya, and sambhogakaya, in contrast with the dharmakaya.

Everything arises from conditions and not being spontaneous and self-contained has no separate and independent nature. According to Buddhism, human beings and all living things are self-created or self-creating. The universe is not homocentric; it is a co-creation of all beings. Buddhism does not believe that all things came from one cause,

but holds that everything is inevitably created out of more than two causes. The creations or becomings of the antecedent causes continue in time-series, past, present and future, like a chain. This chain is divided into twelve divisions and is called the Twelve Divisioned Cycle of Causation and Becomings. Since these divisions are interdependent, the process is called Dependent Production or Chain of causation. The formula of this theory is as follows: From the existence of this, that becomes; from the happening of this, that happens. From the non-existence of this that does not become; from the non-happening of this, that does not happen. According to Buddhist teachings, if the contemplation of the mind arose spontaneously from the mind itself, then causes and conditions are not necessary. The mind exists due to causes and conditions. The mind has no power to arise spontaneously on its own. The mind has no power to arise spontaneously, but neither do conditions arise spontaneously. If the mind and conditions each lack substantial being, how can they have being when they are joined together? It is difficult to speak of substantial being, or of them arising when they are joined together; when they are separate they do not arise at all. Now, if just one arising is lacking in substantial being, how can one speak of the hundred realms and the thousand suchlike characteristics as having substantial being? Since the mind is empty of substantial being, therefore all things which arise dependent on the mind are empty.

## ***II. From Where Does Causation Arise?:***

Conditions mean the circumstantial, conditioning, or secondary cause, in contrast with the Hetu, the direct or fundamental cause. Hetu is the seed, Pratyaya is the soil, rain, sunshine, etc. So, conditions are external circumstances. If our cultivation power is weak, we can be attracted by external conditions; however, if our cultivation power is strong, no external environments can attract us. The sixth patriarch told the monks in Kuang Chou that: "It is not the wind moving, and it is not the flag moving, it is our mind moving." So if we follow the teachings of the sixth patriarch, no external environments can be fertilizers to our cycle of births and deaths. Change due to conditions means change because of outside conditions. In the Mind-Only Theories, condition itself is also called change. Practitioners should always remember that

the condition of perception arising from the five senses. Immediate, conditional or environmental causes, in contrast with the more remote. A contributory or developing cause, i.e. development of the fundamental Buddha-nature; as compared with direct or true cause.

According to Prof. Junjiro Takakusu, the following definitions are based on the interpretation in his book titled *The Essentials of Buddhist Philosophy*: First, conditioned arising means arising from the secondary causes, in contrast with arising from the primal nature or *bhutatatha* (Tánh giác). Second, everything arises from conditions and not being spontaneous and self-contained has no separate and independent nature. Third, Buddhism does not give importance to the idea of the Root-Principle or the First Cause as other systems of philosophy often do; nor does it discuss the idea of cosmology. Naturally such a branch of philosophy as theology did not have grounds to develop in Buddhism. One should not expect any discussion of theology from a Buddhist philosopher. As for the problem of creation, Buddhism is ready to accept any theory that science may advance, for Buddhism does not recognize any conflict between religion and science. Fourth, according to Buddhism, human beings and all living things are self-created or self-creating. The universe is not homocentric; it is a co-creation of all beings. Buddhism does not believe that all things came from one cause, but holds that everything is inevitably created out of more than two causes. The creations or becomings of the antecedent causes continue in time-series, past, present and future, like a chain. This chain is divided into twelve divisions and is called the Twelve Divisioned Cycle of Causation and Becomings. Since these divisions are interdependent, the process is called Dependent Production or Chain of Causation. The formula of this theory is as follows: From the existence of this, that becomes; from the happening of this, that happens. From the non-existence of this that does not become; from the non-happening of this, that does not happen.

### ***III. The Dependent Arising Dharma:***

The Dependent Arising Dharma is an essential corollary to the second and third of the Four Noble Truths, and is not, as some are inclined to think, a later addition to the teaching of the Buddha. This Dependent Arising, this doctrine of conditionality, is often explained

severely practical terms, but it is not a mere pragmatical teaching, though it may appear to be so, owing to the shortness of the explanations. Those conversant with the Buddhist Canon know that in the doctrine of Dependent Arising is found that which brings out the basic principles of knowledge and wisdom in the Dhamma. In this teaching of the conditionality of everything in the world, can be realized the essence of the Buddha's outlook on life. This conditionality goes on uninterrupted and uncontrolled by self-agency or external agency of any sort. The doctrine of conditionality can not be labelled as determinism, because in this teaching both the physical environment and the moral causation (psychological causation) of the individual function together. The physical world influences man's mind, and mind, on the other hand, influences the physical world, obviously in a higher degree, for as the Buddha taught in the Samyutta-Nikaya: "The world is led by the mind." If we fail to understand the real significance and application to life of the Dependent Arising, we mistake it for a mechanical law of causality or even a simple simultaneous arising, a first beginning of all things, animate and inanimate. As there is no origination out of nothing in Buddhist thought, Dependent Arising shows the impossibility of a first cause. The first beginning of existence, of the life stream of living beings is inconceivable and as the Buddha says in the Samyutta-Nikaya: "Notions and speculations concerning the world may lead to mental derangement. O Monks! This wheel of existence, this cycle of continuity is without a visible end, and the first beginning of beings wandering and hurrying round, wrapt in ignorance and fettered by craving is not to be perceived." In fact, it is impossible to conceive of a first beginning. None can trace the ultimate origin of anything, not even of a grain of sand, let alone of human beings. It is useless and meaningless to seek a beginning in a beginningless past. Life is not an identity, it is a becoming. It is a flux of physiological and psychological changes.

Does the Theory of Dependent Arising have anything to do with the so-called Creator? Twenty centuries ago, the Buddha said: "Humanity and the world are the cause and conditions to be linked and to become." His words have denied the presence of a Creator or God. They give us a scientific and objective outlook of the present world,



related to the law of Conditioning. It means that everything is dependent upon conditions to come into being or survive. In other words, there is nothing that can be self-creating and self-existing, independent from others. All sentient beings, objects, elements, etc., in this world are determined by the law of conditioning, under the form of formation, stabilization, deterioration, and annihilation. Man is a small cosmos. He comes into being not by himself but by the activation of the law of transformation. The meaning of the Twelve Conditions of Cause-and-Effect are extremely deep and profound. They are important doors for cultivators to step into the realm of enlightenment, liberation from the cycle of birth, death, bondage, sufferings, and afflictions from the three worlds and six paths, and to attain Pratyeka-Buddhahood.

According to Prof. Junjiro Takakusu in the *Essentials of Buddhist Philosophy*, the theory of causation by Dharmadhatu is the climax of all the causation theories; it is actually the conclusion of the theory of causation origination, as it is the universal causation and is already within the theory of universal immanence, pansophism, cosmotheism, or whatever it may be called. The causation theory was explained first by action-influence, but as action originates in ideation, we had, secondly, the theory of causation by ideation-store. Since the ideation-store as the repository of seed-energy must originate from something else, we had, thirdly, the causation theory explained by the expression "Matrix of the Thus-come" (Tathagata-garbha) or Thusness. This curious term means that which conceals the Buddha. Because of concealment it has an impure side, but because of Buddhahood it has a pure side as well. It is a synonym of Thusness (Tathatva or Tathata, not Tattva=Thisness or Thatness) which has in its broadest sense both pure and impure nature. Through the energy of pure and impure causes it manifests the specific character of becoming as birth and death, or as good and evil. Thusness pervades all beings, or better, all beings are in the state of Thusness. Here, as the fourth stage, the causation theory by Dharmadhatu (universe) is set forth. It is the causation by all beings themselves and is the creation of the universe itself, or we can call it the causation by the common action-influence of all beings. Intensively considered the universe will be a manifestation of Thusness or the

Matrix of Tathagata (Thus-come). But extensively considered it is the causation of the universe by the universe itself and nothing more

***IV. The Theory of Causation:***

Buddhism does not agree with the existence of a so-called “self,” nor a so-called Creator. But this doesn’t mean that all beings and things do not exist. They do not exist with a substratum or a permanent essence in them, as people often think, but according to Buddhism beings and things do exist as causal relatives or combinations. All becomings, either personal or universal, originate from the principle of causation, and exist in causal combinations. The center of causation is one’s own action, and the action will leave it latent energy which decides the ensuing existence. Accordingly, our past forms our present, and the present forms the future. In this world, we are continuously creating and changing ourselves as a whole. According to Buddhism, there’s nothing created by accident, nor there exists a so-called “the first cause”. 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. So do we, 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. 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 “sunyata?” 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.

From microscopic one-celled living creatures evolved into more sophisticated forms, culminating in man. Just consider that billions of years ago, the earth had no life; volcanoes poured forth torrents of lava, and vapor and gas filled the sky. However, when the earth cooled about two billions years ago, microscopic one-celled living creatures were produced. It goes without saying that they were produced through the working of the Law. They were born when the energy of “sunyata” forming the foundation of lava, gas, and vapor came into contact with appropriate conditions or a secondary cause. It is the Law that provided the conditions for the generation of life. Therefore, we realize that the Law is not cold, a mere abstract rule, but is full of vivid power causing everything to exist and live. Conversely, everything has the power of desiring to exist and to live. During the first two billions years of the development of the earth, even lava, gas, and vapor possessed the urge to live. That is why one-celled living creatures were generated from them when the conditions were right. These infinitesimal creatures endured all kinds of trials, including extreme heat and cold, tremendous floods, and torrential rains, for about two billions years, and continued to live. Moreover, they gradually evolved into more sophisticated forms, culminating in man. This evolution was caused by the urge to live of these first microscopic creatures. Life had mind, through which it desired to live, from the time even before it existed on earth. Such a will exists in everything in the universe. This will exists in man today. From the scientific point of view, man is formed by a combination of elementary particles; and if we analyze this still more deeply, we see that man is an accumulation of energy. Therefore, the mind desiring to live must surely exist in man.

According to the Madhyamaka philosophy, the doctrine of causal law (Pratityasamutpada) is exceedingly important in Buddhism. It is the causal law both of the universe and the lives of individuals. It is important from two points of view. Firstly, it gives a very clear idea of the impermanent and conditioned nature of all phenomena. Secondly, it shows how birth, old age, death and all the miseries of phenomenal existence arise in dependence upon conditions, and how all the miseries cease in the absence of these conditions. The rise and subsidence of the elements of existence is not the correct interpretation of the causal law. According to the Madhyamaka philosophy, the causal law (pratityasamutpada) does not mean the principle of temporal sequence, but the principle of essential dependence of things on each other. In one word, it is the principle of relativity. Relativity is the most important discovery of modern science. What science has discovered today, the Buddha had discovered more than two thousand five hundred years before. In interpreting the causal law as essential dependence of things on each other or relativity of things, the Madhyamaka means to controvert another doctrine of the Hinayanists. The Hinayanists had analyzed all phenomena into elements (dharma) and believed that these elements had a separate reality of their own. The Madhyamika says that the very doctrine of the causal law declares that all the dharmas are relative, they have no separate reality of their own. Without a separate reality is synonymous with devoid of real (sunyata), or independent existence. Phenomena are devoid of independent reality. The most importance of the causal law lies in its teaching that all phenomenal existence, all entities in the world are conditioned, are devoid of real (sunya), independent existence (svabhava). There is no real, dependent existence of entities. All the concrete content belongs to the interplay of countless conditions. Nagarjuna sums up his teaching about the causal law in the following words: "Since there is no elements of existence (dharma) which comes into manifestation without conditions, therefore there is no dharma which is not 'sunya,' or devoid of real independent existence."

#### ***V. Four Kinds of Causation:***

There are many different kinds of Categories of Causation. *The first category is the "Causation by Action-influence":* Causation by

action-influence is depicted in the Wheel of Life. There is law and order in the progress of cause and effect. This is the theory of causal Sequence. In the Twelve Divisioned Cycle of Causations and Becomings, it is impossible to point out which one is the first cause, because the twelve make a continuous circle which is called the Wheel of Life. People are accustomed to regard time as progressing in a straight line from the infinite past through present to infinite future. Buddhism, however, regards time as a circle with no beginning or end. Time is relative. The death of a living being is not the end; at once another life begins to go through a similar process of birth and death, and thus repeats the round of life over and over again. In this way a living being, when considered in relation to time, forms an endless continuum. It is impossible to define what a living being is, for it is always changing and progressing through the Divisions or Stages of Life. The whole series of stages must be taken in their entirety as representing the one individual being. Thus, a living being, when regarded in relation to space, forms a complex of five elements. The Wheel of Life is a clever representation of the Buddhist conception of a living being in relation to both space and time. The Wheel of Life is a circle with no beginning, but it is customary to begin its exposition at Blindness (unconscious state). Blindness is only a continuation of Death. At death the body is abandoned, but Blindness remains as the crystalization of the effects of the actions performed during life. This Blindness is often termed Ignorance; but this ignorance should not be thought of as the antonym of knowing; it must include in its meaning both knowing and not knowing, blindness or blind mind, unconsciousness. Blindness leads to blind activity. The energy or the effect of this blind activity is the next stage, Motive or Will to Live. This Will to Live is not the kind of will which is used in the term "free will;" it is rather a blind motive toward life or the blind desire to live. Blindness and Will to Live are called the Two Causes of the past. They are causes when regarded subjectively from the present; but objectively regarded, the life in the past is a whole life just as much as is the life of the present.

*The second category is the "Causation by the Ideation-Store":* Causation by the Ideation-store is used to explain the origin of action. Actions or karma are divided into three groups, i.e., those by the body,

those by speech and those by volition. When one makes up one's mind to do something, one is responsible for it and is liable to retribution, because volition is a mind-action even if it is not expressed in speech or manifested in physical action. But the mind being the inmost recess of all actions, the causation ought to be attributed to the mind-store or Ideation-store. The Buddhist ideation theory divides the mind into eight faculties, i.e., the eye-sense, the ear-sense, the nose-sense, the tongue-sense, the body-sense, the co-ordinating sense-center or the sixth *mano-vijnana*, the individualizing thought-center of egotism or the seventh *manas-vijnana*, and the storing-center of ideation or the eighth *alaya-vjnana*, or Ideation-store. Of these eight faculties, the seventh and the eighth require explanation. The seventh, the Individualizing Center of Egotism is the center where all the selfish ideas, egotistic, opinions, arrogance, self-love, illusions, and delusions arise. The eighth, the Storing Center of Ideation, is where the 'seeds' of all manifestations are deposited and later expressed in manifestations. Buddhism holds that the origin of all things and events is the effect of ideation. Every seed lies in the Storing Center and when it sprouts out into the object-world a reflection returns as a new seed. That is, the mind reaches out into the outer world and, perceiving objects, puts new ideas into the mind-store. Again, this new seed sprouts out to reflect back a still newer seed. Thus the seeds accumulate and all are stored there together. When they are latent, we call them seeds, but when active we call them manifestations. The old seeds, the manifestations and the new seeds are mutually dependent upon each other, forming a cycle which forever repeats the same process. This is called the Chain of Causation by Ideation. That which makes the seed or subconscious thought sprout out into actual manifestation, that is, the motive force which makes the chain of causation move, is nothing but ideation. It is easy to see from this theory of Causation by Ideation that Delusion, Action and Suffering originate from mind-action, or ideation. The Storing Center of Ideation is carried across rebirth to determine what the next form of life will be. This Storing Center might be regarded as similar to the soul in other forms of religion. According to the Buddhist doctrine, however, what is reborn is not the soul, but is the result of the actions performed in the preceding life. In Buddhism the existence of the soul is denied.

*The third category is the "Causation by Thusness":* Causation by Thusness is used to explain the origin of the ideation-store. The ideation-store of a human being is determined by his nature as a human being and this nature is a particular dynamic form of Thusness. One should not ask where Thusness or Matrix of Thus-come originates, because it is the noumenon, the ultimate indescribable Thusness. Thusness or suchness, is the only term which can be used to express the ultimate indefinable reality. It is otherwise called the Matrix of Thus-come. Thus-come is Buddha-nature hidden in ordinary human nature. "Thus-come" is a designation of the Buddha employed by himself instead of "I" or "we," but not without special meaning. After he had attained Enlightenment, he met the five ascetics with whom he had formerly shared his forest life. These five ascetics addressed him saying "Friend Gotama." The Buddha admonished them, saying that they ought not treat the Thus-come (thus enlightened I come) as their friend and their equal, because he was now the Enlightened One, the Victorious, All-wise One. When he had 'thus come' in his present position as the instructor of all men and even of devas, they should treat him as the Blessed One and not as an old friend. Again, when the Buddha went back to Kapilavastu, his former home, he did not go to the palace of his father, but lived in the banyan grove outside the town, and as usual went out to beg daily. Suddhodana, his king-father, could not bear the idea of his own son, the prince, begging on the streets of Kapilavastu. At once, the king visited the Buddha in the grove and entreated him to return to the palace. The Buddha answered him in the following words: "If I were still your heir, I should return to the palace to share the comfort with you, but my lineage has changed. I am now a successor to the Buddhas of the past, all of whom have 'thus gone' (Tathagata) as I am doing at present, living in the woods and begging. So your Majesty must excuse me." The king understood the words perfectly and became a pupil of the Buddha at once. Thus come and thus gone have practically the same meaning. The Buddha used them both and usually in their plural forms. Sometimes the words were used for a sentient being who thus come, i.e., comes in the contrary way. Thus-come and Thus-gone can therefore be used in two senses: 'The one who is enlightened but comes in an ordinary way' or 'the one who comes in an ordinary way simply.' Now, Thusness or the Matrix of

Thus-come or Thus-gone means the true state of all things in the universe, the source of an Enlightened One, the basis of enlightenment. When static, it is Enlightenment itself, with no relation to time or space; but, when dynamic, it is in human form assuming an ordinary way and feature of life. Thusness and the Matrix of Thus-come are practically one and the same, the ultimate truth. In Mahayana the ultimate truth is called Suchness or Thusness. We are now in a position to explain the Theory of Causation by Thusness. Thusness in its static sense is spaceless, timeless, all-equal, without beginning or end, formless, colorless, because the thing itself without its manifestation cannot be sensed or described. Thusness in its dynamic sense can assume any form; when driven by a pure cause it takes a lofty form; when driven by a tainted cause it takes a depraved form. Thusness, therefore, is of two states. The one is the Thusness itself; the other is its manifestation, its state of life and death.

*The fourth category is the "Causation by the Universal Principle":* Dharmadhatu means the elements of the principle and has two aspects: the state of Thusness or noumenon and the world of phenomenal manifestation. In this causation theory it is usually used in the latter sense, but in speaking of the ideal world as realized, the former sense is to be applied. Buddhism holds that nothing was created singly or individually. All things in the universe, matter and mind, arose simultaneously, all things in it depending upon one another, the influence of each mutually permeating and thereby making a universal symphony of harmonious totality. If one item were lacking, the universe would not be complete; without the rest, one item cannot be. When the whole cosmos arrives at a harmony of perfection, it is called the 'Universe One and True,' or the 'Lotus Store.' In this ideal universe all beings will be in perfect harmony, each finding no obstruction in the existence and activity of another. Although the idea of the interdependence and simultaneous rise of all things is called the Theory of Universal Causation, the nature of the rise being universal, it is rather a philosophy of the totality of all existence than a philosophy of origination.



***Luận Thứ Mười Chín***  
***The Nineteenth Essay***

***Tái Sanh***

***I. Tổng Quan Về Tái Sanh:***

Trong đạo Phật, 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 nầy 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 nầy. Những lực nầy 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 nầy. 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. 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 sanh 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 sanh. 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 sanh.

***II. 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 thân.” 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 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.

Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có bốn loại tái sanh 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, vãn vãn. 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, vãn vãn. 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.

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 ngựa quỳ, vùn vùn. 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” (see Tứ Thiên Thiên in Chapter 169), và chúng sanh của nó không có cảm giác, thọ (sở 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 vượt 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 huệ 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, để dập tắt chúng một cách hoàn toàn. Chúng ta tái sinh theo nghiệp của mình. Nếu chúng ta sống đời lương thiện thì sẽ được tái sinh vào cảnh giới tốt. Tâm ở trạng thái thiện vào lúc chết làm cho tái sinh tốt đến. Nếu chúng ta sống một đời sống ác nghiệp thì tái sinh xấu sẽ đến. Nhưng dầu tái sinh vào bất cứ nơi nào, chúng ta cũng không ở đấy vĩnh viễn. Khi thọ mạng ở đó hết hạn, cái chết xảy ra và chúng ta lại sẽ đi vào một cuộc tái sinh mới. Sự chết rồi tái sinh cứ lập đi lập lại mãi như thế trong chu trình mà chúng ta gọi là “Luân Hồi Sanh Tử”. 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.

### ***III. Thức Tái Sanh:***

Theo Phật giáo, thức tái sinh không phải là một tự ngã hay linh hồn, hoặc một thực thể cảm thọ quả báo tốt xấu của nghiệp thiện ác, mà là thức tái sinh 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.”

#### ***IV. 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.

#### **V. Thân Trung Hữu:**

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 vẫn mịt mù chưa rõ là tội hay là phước, trong 49 ngày như ngậy như diếc, 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 quyền 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 quyền 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 đâu 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 tứ 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 mắt thấy một vùng ánh sáng lơ 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, tình 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; kế 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. Bây giờ trong tâm liền khởi niệm muốn tìm một mùi hôi thúi nào đó

để lẩn át mùi thơm kia. Gặp hơi thú từ ngực phần ứ xông lên, liền sanh tâm niệm ưa thích, liền bay đến nơi. Do nhân duyên đó, liền bị thác sanh trong ngực phần ứ.

## ***Rebirth***

### ***I. An Overview of Rebirth:***

In Buddhism, 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.

## ***II. 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).” 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 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.

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”, or 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", or 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 dhyani-buddhas 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.

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, to blow them out completely (nirvana literally means “blow out.”). We take rebirth according to our karma. If we have led a good life we will generally get a good rebirth. A wholesome state of mind at the death moment is likely to be enabling a good rebirth to come about. If we have led an evil life, then a bad rebirth is more than likely to come about. But whenever we may be reborn, we will not be there forever. On the expiry of our lifespan, we die and undergo new rebirth. Deaths and rebirths keep repeating forever in a cycle that we call “the cycle of birth and death.” 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.

### ***III. Rebirth Consciousness:***

In Buddhism, rebirth consciousness is not a Self or a Soul, 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.” (Fruit of Arhat).

#### ***IV. 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.

### ***V. Intermediate Existence Body:***

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 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 odorour. As a result, it is reborn in the odorous hell.



***Luận Thứ Hai Mười***  
***The Twentieth Essay***

***Sanh Tử-Luân Hồi***

***(A) Sanh Tử***

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 thèm khát, níu 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.

Cái chết sẽ đến với mọi người một cách tự nhiên. Tuy nhiên, hầu hết mọi người đều cảm thấy lo sợ suy tư về cái chết. Người ta sợ rằng nếu họ nói về tử thân thì tử thân sẽ đến gần với họ hơn. Đó là một ý tưởng sai lầm. Kỳ thật bản chất thật của kiếp sống là vô thường và cái chết không miễn trừ một ai. Theo quy luật tự nhiên, chết là một trong bốn tiến trình của luật vô thường, và không thể tránh khỏi, thì khi nghĩ tưởng hay chiêm nghiệm về sự chết sẽ khiến cho đời sống của chúng ta có ý nghĩa tốt hơn. Một khi chúng ta có khả năng chiêm nghiệm về sự chết là cái mà chúng ta không thể nào tránh khỏi thì tất cả những thứ nhỏ nhất trong đời sống hằng ngày bỗng trở nên vô nghĩa so với đoạn đường còn lại của kiếp sống mà chúng ta đang đi. Chính Đức

Phật đã từng dạy: “Không có ý thức nào cao hơn việc ý thức được tính cách vô thường của kiếp sống. Vì ý thức được như vậy sẽ giúp chúng ta hiểu rõ rằng lúc mệnh chung, dòng tâm thức và những dấu ấn nghiệp lực mà chúng ta đã gieo tạo sẽ đưa chúng ta đi đến những kiếp sống mới. Hiểu như vậy sẽ giúp chúng ta hiểu rằng nếu trong kiếp sống này chúng ta có những hành động gây tổn hại cho người khác với động cơ xấu thì những dấu ấn đen tối của những hành động đó sẽ đeo bám theo dòng chảy tâm thức của chúng ta. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng cái chết chắc chắn là càng lúc càng đến gần với tất cả mọi người, dù bậc vua quan hay dân giả, dù giàu hay nghèo, dù sang hay hèn, vân vân. Chúng ta ai rồi cũng sẽ chết chứ không ai sống mãi được với định luật vô thường. Không có nơi nào cho chúng ta đến để tránh được cái chết. Tuổi thọ của chúng ta không thể kéo dài được và mỗi lúc qua đi là mạng sống chúng ta càng ngắn lại. Khi tử thần đến chúng ta không thể nào kỳ kèo bớt một thêm hai để chúng ta có thời giờ chuyển hóa tâm thức của mình đâu.

Hơn nữa, trong Phật giáo, Marana có nghĩa là sự kế tục không ngừng của các hiện tượng thể chất và tâm thần lần lượt nảy sinh và chết đi. Chết chỉ là sự hao mòn sinh lý của cơ thể. Chết chỉ là sự xa lìa giữa Tâm và Thân. Chết là sự lìa bỏ thân xác. Đây là mắc xích cuối cùng của mười hai nhân duyên. Theo Phật giáo, Chết là lúc A-Lại-Da thức lìa thân, chứ không phải là lúc mà tim ngừng đập hay óc ngừng làm việc. Chết là sự tan rã cả thể xác và tinh thần. Quá trình tách lìa có thể xảy ra nhiều giờ, nhiều ngày, như cái chết tự nhiên do già bệnh; hoặc xảy ra đột ngột do tử nạn. Nhưng ở cả hai trường hợp, cái chết đều có những bước tiến như định. Thân xác không phải đột ngột mất ngay khả năng duy trì tâm thức, mà nó mất từ từ, mỗi đại như đất, nước, lửa, gió... tuần tự mất khả năng nâng đỡ thân xác. Phật tử tin tưởng rằng dù thân xác chết đi nhưng tâm thức vẫn tiếp tục cuộc hành trình của nó, do đó mà có tái sanh. Theo những quan niệm của các tôn giáo khác ở Trung Hoa, chết là sự tan rã giữa phần thân thể và các phần khác của nó, các cơ quan nhận thức được gạt bỏ. Những cơ quan này rời bỏ hình hài và kiến thức. Lúc ấy người ta trở thành đồng nhất với cái đại đồng. Trong Kinh Pháp Cú, 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 thân (128). Người đắm yêu con cái và súc vật thì tâm thường

mê hoặc, nên bị tử thần bắt đi như xóm làng đang say ngủ bị cơn nước lũ lôi cuốn mà không hay (287). Một khi tử thần đã đến, chẳng có thân thuộc nào có thể thế thay, dù cha con thân thích chẳng làm sao cứu hộ (288).”

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 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. 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 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. 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.

*Theo Phật giáo, có bốn nhân sanh tử của con cái:* Một là báo ân làm con đã mang với cha mẹ từ đời trước. Để trả ân đũa nhỏ phải sanh ra làm con và trọn đời phục dịch lao khổ. Hai là báo oán hay đòi quả báo đối với những sai lầm đời trước của cha mẹ. Để đòi quả báo cho những việc sai lầm của cha mẹ đời trước, trẻ con sanh vào gia đình cha mẹ để làm con. Khi còn nhỏ chúng đã ngỗ nghịch, lúc lớn thì gây họa và làm lụy đến mẹ cha. Khi cha mẹ còn sống thì không nuôi dưỡng, mà còn làm nhục lây đến tổ tiên khi cha mẹ đã chết rồi. Ba là vì trả nợ đã thiếu cha mẹ từ đời trước nên sanh làm con, nếu nợ nhiều thì trả đến mãn đời song thân, nếu nợ ít thì trả xong rồi đi. Bốn là đòi nợ đời trước mà cha mẹ đã thiếu mình bằng cách sanh vào làm con. Nếu nợ ít thì cha mẹ chỉ lo nuôi nấng, ăn mặc, thuốc men, học hành, cưới gả. Nếu nợ to thì lắm khi đưa con ăn xài phung phí phá tan sự nghiệp.

Sanh và Tử 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 sinh 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 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.

*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 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 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 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 sinh vào cõi người và xuất gia tu hành đắc đạo. Chúng sanh có thể tái sinh 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 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 sinh vào những cõi trời từ Tứ Thiên Thiên đến Tứ Thiên Vương, như các cõi trời Dạ ma, trời dục giới, trời Đao 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 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.

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 lìa ưu não 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!

Có một vấn đề về đời sống con người không thể giải quyết được bằng tri thức và nỗ lực của chính mình, đó là vấn đề sanh tử. Tuổi thọ của con người đã tăng lên khá nhiều theo với sự phát triển của y khoa và không nghi ngờ gì nữa là nó sẽ còn gia tăng trong tương lai. Tuy nhiên, cái chết vẫn đến với chúng ta không một chút thay đổi. Theo bản năng, chúng ta cảm thấy cái chết đáng ghét và đáng sợ. Người trẻ không cảm thấy bị ảnh hưởng bởi cái chết vì họ hãy còn tràn đầy nhựa sống và cảm giác mạnh mẽ đến nỗi họ không nghĩ đến cái chết đúng thật như nó. Họ không sợ cái chết vì họ không nghĩ về nó. Nếu họ chịu nghĩ về cái chết một cách nghiêm túc, chắc chắn họ sẽ run lên vì sợ. Một người đang lâm trọng bệnh hẳn phải kinh hãi hơn biết bao nhiêu! Tim người ấy hẳn phải như vỡ ra vì kinh hãi và cô đơn khi người ấy nghĩ đến cái chết có thể xảy đến cho mình bất cứ lúc nào. Hơn nữa, vì cơn đau sẽ hành hạ người ấy. Ý nghĩ về cái chết sẽ tăng nỗi đau của người ấy lên gấp đôi trong những ngày còn lại. Có người có thể bảo rằng anh ta không đặc biệt sợ cái chết. Nhưng người ấy chỉ nói thế khi anh ta không đối mặt với cái chết. Chắc chắn anh ta sẽ không thể giữ được bình tĩnh vào lúc cái chết thực sự đến gần. Tuy rằng đôi khi nỗi khổ vì đau đớn quả thật làm cho chúng ta quên đi rằng những ray rức thật sự về cái chết. Khi ta cảm thấy đau đớn cùng cực thì tâm ta ngập tràn niềm ao ước được giải thoát khỏi đau đớn đến nỗi ta có thể quên đi nỗi kinh hãi về cái chết. Tuy nhiên, trong một ý nghĩa nào đó, mọi người cũng giống như những tội nhân bị xử án tử hình. Thời điểm sẽ đến khi mọi người chắc chắn sẽ phải chết. Khi y khoa tiến bộ xa hơn, khổ đau thể chất của con người lúc sắp chết có thể được giảm thiểu. Nhưng cho dù như thế, con người cũng không thoát khỏi sợ hãi, lo lắng và khổ đau về chính cái chết. Chỉ có một con đường để thoát khỏi sự đe dọa của cái chết. Đó là một tôn giáo mà nhờ nó chúng ta có thể tin vào cuộc sống vĩnh cửu, rằng chúng ta không chết, sự sống của chúng ta chỉ thay đổi hình thức mà thôi. Khi chúng ta có thể toàn thiện tâm thức nhờ tôn giáo, chúng ta sẽ thực sự thoát khỏi sự sợ hãi và khổ đau về cái chết.

Chúng ta không những chỉ bị đeo đẳng bởi những ray rức về cái chết mà còn bởi sự khổ đau về sự sống nữa. Ngày và đêm, chúng ta bị tấn công bởi những khổ đau vật chất, cơ thể, tinh thần và những khổ

đau khác nữa. Trong bao nhiêu đau khổ này, hai khổ đau về vật chất, cơ thể cần phải được giảm thiểu nhờ tri thức và nỗ lực của con người. Mặc dù trình độ hiểu biết của chúng ta chưa thể loại bỏ hoàn toàn hai hình thức khổ đau này được, nhưng chúng ta cũng đang được giảm thiểu dần theo với sự phát triển của tri thức của con người. Thật vậy, những khổ đau này hầu như sớm muộn gì cũng có thể biến mất. Khi người ta đối mặt với một nỗi khổ đau trầm trọng đến nỗi người ta không thể kiểm soát nó dù đã hết sức cố gắng thì người ta cảm thấy như mình phải nương tựa vào một cái gì đó có năng lực hơn mình, một cái gì tuyệt đối, và người ta cầu cứu. Người ta giao cả thân tâm mình cho năng lực tuyệt đối này như là bảo rằng: “Xin Ngài cứ tùy tiện. Tôi xin dâng mọi sự lên Ngài.” Chúng ta nên nương tựa vào cái gì? Chúng ta nên giao thân tâm mình cho cái gì? Người nguyên thủy sùng bái mặt trời, núi non, thú vật, cây cỏ, hay những người khác và những thần linh cư ngụ bên trong họ. Nhưng cách xử sự như thế rõ ràng ngày nay không còn nữa. Người ta tin theo một hình thức tôn giáo tiến bộ hơn là nương tựa vào những năng lực tuyệt đối của tôn giáo ấy, nương tựa vào một vị thần linh được xem là đáng toàn năng sáng tạo và cai quản mọi sự ở trên trời và trên mặt đất. Họ xoay sở để đạt được an tâm ở một mức độ nào đó bằng cách cầu nguyện và xin vị thần linh này giúp đỡ họ. Nhưng ngay cả sự an tâm này cũng chỉ giới hạn. Chúng ta không thể đạt được sự bảo đảm và bình an tuyệt đối từ một thần linh như thế vì vị thần linh này hiện hữu vĩnh viễn tại một cõi siêu thế nào đó như một cõi trời chẳng hạn. Một vị thần từ cõi trời mà nhìn xuống cõi đời một cách uy nghiêm, một vị thần trừng phạt cái ác một cách tàn nhẫn và ban thưởng cho cái thiện, vị thần này càng có khả năng tuyệt đối bao nhiêu thì chúng ta càng trở nên lệ thuộc và đồng thời càng cảm thấy sợ hãi bấy nhiêu vì chúng ta không biết đến khi nào chúng ta có thể bị vị thần này bỏ rơi hay khi nào chúng ta có thể bị ngài trừng phạt. Vì thế, chúng ta sống trong kinh sợ vì thần này, dù chúng ta đã dốc lòng nương tựa vào ngài. Với sự lệ thuộc tâm thức như thế vào một sức mạnh bên ngoài, chúng ta không thể nào đạt được sự an tịnh tâm thức thật sự.

Chúng ta có thể nương tựa vào cái gì đó bên trong chúng ta không? Không, cái ấy cũng không đáng tin cậy vì tâm chúng ta luôn bị ảo tưởng. Thân ta cũng không đáng tin cậy vì cuối cùng thân cũng bị tan rã. Nếu chúng ta có thể nương tựa hoàn toàn vào cái gì đó bên trong



chúng ta thì chúng ta sẽ không cần đến tôn giáo và sẽ có thể tự cứu mình bằng chính nỗ lực của mình. Thế thì chúng ta nên nương tựa vào cái gì để được cứu độ? Ở đây chúng ta phải nhớ đến lời Đức Phật dạy: “Hãy tự mình làm ánh sáng cho mình, hãy lấy Pháp làm ánh sáng cho mình,” đây là lời mà Đức Phật đã nói với tôn giả A Nan, một trong mười đại đệ tử của Ngài trước khi Ngài nhập diệt. Ngài A Nan nghĩ rằng: “Khi Đức Thế Tôn, bậc Đạo sư tối thắng nhập diệt, chúng ta sẽ nương tựa vào ai trên đời này để tu tập và sinh sống?” Đáp lại nỗi lo lắng của A Nan, Đức Phật dạy ngài như sau: “Này A Nan! Trong tương lai, các ông nên tự mình làm ánh sáng cho mình và nên nương tựa vào chính mình. Các ông chớ nương tựa vào ai khác. Các ông cũng nên lấy Pháp làm ánh sáng cho mình và nên nương tựa vào Pháp. Các ông chớ nương tựa vào ai khác.” Chúng ta có thể đạt được cái tâm thức như thế bằng cách nào? Không cần phải nói, đó là cách không ngừng học tập giáo lý của Đức Phật và làm cho giáo lý ấy bắt rễ sâu trong tâm nhờ tư duy về nó. Ta phải hiểu chắc trong tâm rằng sự sống của ta cần hợp nhất với sự sống của vũ trụ hay của Đức Phật. Đây thực sự là thiền định, theo quan điểm tôn giáo. Nhờ loại thiền định này, ta có thể thanh tịnh được cả cái tâm mà không có ý thức đến, tức là tiềm thức của ta và có thể khiến tư duy và hành xử của ta hài hòa một cách tự nhiên với hoàn cảnh chung quanh. Nếu tư duy và hành xử của ta hài hòa với hoàn cảnh chung quanh thì những khổ đau lo lắng không làm ta rối rắm. Trạng thái tâm thức này là sự an tịnh thực sự của tâm; đấy là cấp độ của “Niết Bàn là tịch lặng,” cấp độ tịch lặng tuyệt đối trong đó chúng ta không nắm bắt vào cái gì cả. Trạng thái tâm thức này không bị giới hạn vào sự an tâm thụ động. Cái tâm thức được sự sống vũ trụ lớn lao làm cho sinh động của chúng ta sẽ cho chúng ta niềm hy vọng và sự can đảm lớn lao. Năng lực tuôn ra từ tâm thức này khiến ta tiến lên mà thể hiện cuộc sống hằng ngày, sự nghiệp và Bồ Tát đạo của ta nhằm vì lợi ích cho người khác ở trên đời này.

### ***(B) 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 vân, 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, và Niết Bàn là ta bà.” Thế nên, Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng 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. Thật vậy, với những ai biết tu thì ta bà là Niết Bàn, và Niết Bàn là ta bà. Như vậy, với Phật giáo, sanh tử cũng là hai nút khoen trong vòng tròn luân hồi bất tận.

Những sanh tử 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 lặp đi lặp 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 vân, 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, và Niết Bàn là ta bà.”

Theo Trường Bộ, Kinh Phúng Tụng, cõi luân hồi sanh tử được chia làm ba. Thứ nhất là Dục giới. Đây là cảnh giới tham sắc dục và thực dục. Gồm sáu cõi trời, cõi người và địa ngục. Chúng sanh trong cõi dục giới này đều có ngũ uẩn tạo thành thân thể vật chất (thế giới vật chất bao trùm từ lục đạo đến các cõi trời đều thuộc dục giới này). Thứ nhì là Sắc giới. Đây là cảnh giới bên trên Dục giới gồm Tứ Thiên Thiên. Đây cũng là cõi của thiên thần bậc thấp (Chúng sanh trong cõi này không có dâm dục và thực dục, chỉ có thân thể vật chất tốt đẹp thù thắng, cõi nước cung điện nguy nga. Tóm lại trong cõi này tham dục vật chất không ngừng tự thạnh, nhưng chưa giải thoát hết các mối phiền trược của vật chất vi tế. Y cứ theo tinh thần tu dưỡng cao cấp, cõi này chia làm tứ thiên thiên). Thứ ba là Vô sắc giới. Đây là cảnh giới vô sắc, không còn thân thể, cung điện, đồ vật. Nơi đó tâm an trụ trong thiền định thâm diệu. Cảnh giới này trải dài đến Tứ Không Xứ. Đây cũng là cõi của thiên thần bậc cao (cảnh giới này cao hơn cảnh sắc giới, chúng sanh không còn bị vật chất ràng buộc, đương thể thuần là tinh thần độc lập, chúng sanh trong cõi này thường trụ trong thâm định, không có cảnh giới xứ sở. Y theo thắng liệt của thiền định, cõi này là cõi tứ không xứ).

### ***(C) Sau Khi Chết và Sau Kiếp Sống Nay***

Theo Phật giáo, chết không phải là hết. Sau khi chết chỉ có thân xác ngừng hoạt động, còn thần thức, có người gọi là linh hồn, chuyển theo nghiệp lành hoặc nghiệp dữ mà đầu thai vào nơi thiện hoặc nơi ác, phát khởi sự tái sinh gọi là luân hồi. Thông hiểu giáo lý đạo Phật giúp cho Phật tử sắp mãn phần được bình thản, không loạn động, vững tâm tin tưởng nơi tương lai của chính mình, chỉ nương theo nghiệp đã

tạo mà đi, không sợ hãi; ngược lại, người Phật tử trước khi mãn phần có thể bình tĩnh tin tưởng trong giờ phút cuối cùng của cuộc đời rằng sống thế nào thì chết như thế ấy. Trong thực tế, có rất nhiều Phật tử hay không Phật tử, không hiểu giáo lý nhà Phật lại cho rằng chết là hết, suy nghĩ về cái chết làm gì cho mệt, hãy sống cho hiện tại. Đây là lối sống của những người không biết sống đúng theo hạnh phúc an vui mà Phật đã dạy. Họ không hiểu mối tương quan nhân quả giữa các thế hệ, giữa các cuộc sống tiếp nối nhau. Khi họ còn trẻ, còn mạnh, họ có thể lướt qua được những cơn đau ốm, đến khi già yếu tiền bạc hao mòn, thân thích xa rời, sự sợ hãi, nỗi âu sầu, cảnh buồn bã, lòng luyến tiếc đối với họ quá mạnh, sự xúc động trước cảnh tử biệt, làm cho họ hối hận nhưng không còn kịp nữa. Người Phật tử phải luôn nhớ câu ngạn ngữ “Phải đào giếng trước khi khát nước” để khỏi mang tâm trạng hối hận thì đã muộn. Ngay từ buổi sơ khai, Phật giáo đã xác nhận rằng tất cả chúng sanh đều sanh, tử, tử, sanh tùy theo nghiệp đời quá khứ của họ trong một chu kỳ không ngừng nghỉ. Vấn đề liệu có sự tái sanh của chúng sanh hay không hiện còn đang là đề tài bàn cãi của Phật tử Tây phương, vì trong số họ, nhiều người không chấp nhận rằng giáo thuyết về tái sanh là có thật. Tuy nhiên, tuyệt đại đa số các vị thầy Phật giáo ở Á Châu lại xem niềm tin tái sanh là giáo lý chính của Phật giáo, và hài lòng rằng giáo lý ấy khế hợp với những lời Phật dạy trong các kinh điển. Đa số đều nghĩ rằng giáo lý về tái sanh là tối cần thiết để học thuyết về nghiệp trong Phật giáo được hợp lý, vì nếu không có tái sanh chắc là không có quả báo trực tiếp cho bất kỳ hành động nào.

### ***Birth-Death-Reincarnation***

#### ***(A) Birth and Death***

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.

Death naturally comes to everyone. However, most people feel uncomfortable thinking about death. People fear that if they talk about death, death is coming closer. That's a mistaken idea. In fact, by very nature our lives are impermanent, and death is inevitable. By natural law, death is one of the four steps of the Law of Impermanence. Thus, death is an irrevocable result of living, it's good to think about it to make our lives more meaningful. Once we fully recognize that we will inevitably die, all the petty concerns that worry us in our daily life become insignificant compared to the importance of following the path before our lives end. The Buddha taught: "There is no greater realization than awareness of the impermanence of our lives. Such realization will help us understand that at the time of death, our mindstreams and the imprints of the actions we have created go on to future lives. Such realization will also help us understand clearly that if we spend our precious human lives acting harmfully with bad motivations, the imprints of those actions will come with us. Devout Buddhists should always remember that death definitely comes to everyone, whether we are kings or mandarins, rich or poor, noble or ignoble. There is nowhere we can go to avoid death. Our lifespans can't be extended and with every passing moment, they're becoming shorter and shorter. When our lifespans run out, we can't bargain for more time in order to transform our minds.

In addition, in Buddhism, Marana means the arising and passing away of all mental and physical phenomena. Death is only a physiological erosion of the human body. Death is only a separation of mind and matter. The abandonment of the body. This is the last of the chain of the twelve Nidanas. According to Buddhism, Death is the moment when the alaya consciousness leaves the body, not when the heart has stopped or brain waves can no longer be detected. Death is the separation of mind and matter (body). This separation may take place over several hours or days, as is generally the case in a death from natural causes, or it may happen rather more suddenly, as in an

accident. But in either case there are certain definite stages in the dying process. The body does not lose its ability to maintain consciousness all at once, but does so gradually with each element of the body, earth, water, fire, and air, losing its supportive ability in turn. Buddhists believe that though the body dies, the consciousness lives on; thus there exists rebirth. According to other religious concepts in ancient China, death is the dissolution of the body and its other parts, where perceptive organs are discarded. These organs left the material form and bidding farewell to the knowledge. At that time, one becomes one with the great pervader. In the Dharmapada Sutra, 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). Death descends and carries away that man of drowsy mind greedy for children and cattle, just like flood sweeps away a sleeping village (Dharmapada 287). Nothing can be saved, nor sons, nor a father, nor even relatives; there is no help from kinsmen can save a man from death (Dharmapada 288).”

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 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. 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 comes 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.

According to Buddhism, children are born from four causes: First, repaying past kindness which the child incurred a debt of gratitude to

the parents in previous lifetime. To repay it, the child has come to be born in the parent's household and will attend painstakingly to their needs throughout their life. Second, repaying the past wrongs which the parents committed in their previous life. To seek retribution, the children have come to be born in their household. Thus when they are still young, they are so unruly and when grown they will create misfortunes and calamities implicating their parents. In old age the parents will be left in want, and their treatment after the parents' death will not only dishonor them, but the shame will extend to the ancestors as well. Third, for repaying past debts, the children have come to be reborn in their parents' household. If it is a great debt, repayment can be for the parents' entire lifetime. If the debt is small, repayment can cover part of the parents' lifetime before the children die. Fourth, to claim past debts, the children have come to be reborn in the family. If the debt is small, the parents will merely have to spend money to feed, clothe, education, health and helping them getting married. If the debt is big, the children may sometimes deplete all the parents' assets.

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 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.



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 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 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 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 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 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. 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!

There is one problem of human life that cannot be solved through human knowledge and endeavor. This is the problem of life and death. Man's life expectancy has increased considerably with the development of medical science and undoubtedly will be further prolonged in the future. Nevertheless, death invariably comes to us all. We instinctively feel death to be undesirable and frightening. Young people do not feel so horrified by death because they are so full of vitality and strong feelings that they do not think of death as it really is. They are not afraid of death because they do not think about it. If they gave it serious consideration, they would probably tremble with fear. How much more fear must a person who is seriously ill feel! His heart must almost burst with horror and loneliness when he thinks of death, which may come upon him at any moment. Moreover, the pain of his illness will torment him. The thought of death will double his pain during his remaining days. Someone may say that he is not especially afraid of death. But he says this when he is not confronted by death. He will surely not be able to keep his composure when the moment of death actually approaches. Sometimes, though, the suffering of pain actually makes us forget the true pangs of death. When we feel extreme pain our minds are so filled with the desire for freedom from pain that often we are able to forget our terror of death. In a sense, however, all people are just like criminals sentenced to death. The time will come when they will all surely die. When medical science makes further progress, their physical suffering at the time of death may be alleviated. But even so, they will not be free from the terror, anxiety, and suffering of death itself. There is one way to be free from the threat of death. This is a religion through which we can believe in eternal life that we do not die, our lives only change in form. When we can perfect our consciousness through religion, we will be truly free from the terror and suffering of death.

We are shadowed not only by the pangs of death but also by the suffering of life. We are assaulted day and night by material, physical, spiritual and other sufferings. Among these many sufferings, two, material and physical sufferings, should be alleviated through human

knowledge and endeavor. Although these two forms of suffering cannot be entirely abolished in our present state of knowledge, they are being lessened bit by bit with the development and elevation of human knowledge. In fact, these kinds of suffering may almost disappear in time. When people encounter a serious suffering that they cannot resolve however hard they may try, they feel as if they must depend upon something more powerful than themselves, something absolute, and they ask for help. They entrust themselves body and mind to this absolute power, as if to say, "Do as you please. I leave everything up to you." What should we depend upon? To what should we entrust our body and mind? Primitive people prostrated themselves before the sun, mountains, animals, plants, or other human beings and spirits dwelling within them. But such a behavior is out of the question now. Believers in a more advanced form of religion depend on its absolute power, on a god that is considered to be the almighty being who creates and governs everything in heaven and on earth. They manage to obtain a certain degree of mental peace by praying to this god and asking his help. But even this peace of mind is limited. We cannot obtain absolute assurance and peace from such a god because this god exists externally in some transcendental sphere like heaven. A god who majestically looks down on the world from heaven, a god who mercilessly punishes evil and rewards good. The more absolute the power this god possesses, the more dependent we become and at the same time, the more we fear we feel because we do not know when we may be forsaken by the god or when we may be punished by him. For this reason, we live in a great fear of the god, although we depend upon him with our whole heart. With such mental dependence on an external force, we cannot attain true mental peace or nirvana.

Can we depend upon anything inside ourselves? No, this is also unreliable because our mind is always subject to illusion. Our body is also unreliable, being destined to disintegrate eventually. If we could depend wholly upon something within us, we would have no need of religion and should be able to save ourselves by our own efforts. What then should we depend upon for our salvation? We must here remember the Buddha's teaching: "Make the self your light, make the Law your light," the words the Buddha spoke to Ananda, one of his ten great disciples, before dying. Ananda felt anxious, reflecting: "When

the World Honored One, who is unparalleled leader and teacher, dies, who on earth should we depend upon in our practice and life?" In response to Ananda's anxiety, the Buddha taught him as follows: "Ananda! In the future, you should make yourself your light and depend upon your own self. You must not depend upon other people. You should make the Law your light and depend upon the Law. You must not depend upon others. In what way can we gain such consciousness? Needless to say, the way is to study the teachings of the Buddha repeatedly and to root them deeply in our minds by meditating on them. We must keep firmly in mind the realization that our lives should be unified with the universal life or the Buddha. This indeed is meditation from the religious point of view. Through this kind of meditation, we can purify even the mind of which we cannot be conscious ourselves, that is, our subconscious mind, and we can make our thought and conduct harmonize spontaneously with our surroundings. If our thought and conduct are in harmony with our surroundings, sufferings and worries cannot trouble us. This mental state is true peace of mind; it is the state of "nirvana is quiescence," the absolute quiet state in which we cling to nothing. This state of mind is not limited to a passive mental peace. Our consciousness of being enlivened by this great universal life gives us great hope and courage. Energy springs from this consciousness so that we advance to carry out our daily lives, our work, and our bodhisattva-way for the benefit of others in this world.

### ***(B) Reincarnation***

Reincarnation 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, pratyekabuddhas, 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.” So, devout Buddhists should always remember that 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. As a matter of fact, for those who strive to cultivate, samsara is Nirvana, Nirvana is samsara. So, for Buddhism, birth and death is also two rings in an indefinite cycle of reincarnation.

Births and Deaths 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.”

According to The Long Discourses of the Buddha, Sangiti Sutra, the realms of births and deaths divided into three realms of existence. The first realm is the realm of passions (Kamadhatu). This is the realm of (sensuous) desire of sex and food. It includes the six heavens, the human world, and then hells. All beings in this realm possess five aggregates or panca-skandha. The second realm is the realm of Beauty (Rupadhatu), or the realm of form or matter. It is above the lust world. It is represented in the Brahamlokas (tứ thiên thiên). The realm of the lesser deities. The third realm is the realm of no Beauty or non-form (Arupadhatu). The formless or immaterial realm of pure spirit. There are no bodies, palaces, things. Where the mind dwells in mystic contemplation. Its extent is indefinable in the four “empty” regions of spaces (Tứ không xứ). This is the realm of the higher deities.

### *(C) After Death and After This Life*

According to Buddhism, death is not end. After death, the heart ceases to beat, only consciousness generally identified as the soul follows its course determined by the dead’s karmic forces to enter the embryo to be reborn. Such a process is called reincarnation. If we understand the Buddha’s Teachings, before parting, we can remain as calm as possible; we will not fear, knowing that our next rebirth is dedicated by our own karma, not by any external power. They will have a strong faith on “the way you live is exactly the way you die.” In reality, there are so many Buddhists and non-Buddhists who do not thoroughly understand the Buddha’s Teachings. For them, death is the end; thinking of death only makes them tired. They just live for the present. This is the way of living for those who do not know how to live a happy and joyful life in accordance with the Buddha’s Teachings. They do not understand the relationship between cause and effect, linking generations to generations or successive lives. When they are young and strong, they feel comfortable with everything, but when they

become sick, or aged, isolated from kinfolk or short of money, they will be agitated, but it is too late for them to regret. Buddhists should always remember the old proverb “You need to dig the well before you are thirsty” to prevent the feeling of late regret. Since earliest time, Buddhism has asserted that all sentient beings are born, die, and are reborn again in dependence on their past actions (karma) in an endless cycle. The question whether or not beings are actually reborn in this way has become a controversial topic among Western Buddhists, many of whom do not accept that the doctrine of rebirth is literally true. The overwhelming majority of Asian Buddhist teachers, however, consider belief in rebirth to be a central tenet of Buddhism, and contending that it accords with the teachings of the Buddha as reported in the Buddhist canon. It is also widely thought that the doctrine of rebirth is very necessary in order for Buddhist karma theory to make sense, since if there were no rebirth there would be no direct recompense for any actions.



## *References*

1. Bodhi Gaya, Shanti Swaroop Bauddh, New Delhi, 2005.
2. Buddha, Dr. Hermann Oldenberg, New Delhi, 1997.
3. The Buddha's Ancient Path, Piyadassi Thera, 1964.
4. The Buddha Eye, Frederick Franck, 1982.
5. The Buddha and His Dharma, Dr. B.R. Ambedkar, Delhi, 1997.
6. The Buddha and His Teachings, Narada: 1973.
7. Buddhism, Ed. Manan Sharma, New Delhi, 2002.
8. Buddhist Ethics, Hammalawa Saddhatissa, 1970.
9. The Buddhist Handbook, John Snelling, 1991.
10. Buddhist Images of Human Perfection, Nathan Katz, India 1982.
11. Buddhist Logic, 2 Vols., Th. Stcherbatsky, 1962.
12. Buddhist Sects in India, Nalinaksha Dutt, 1978.
13. Buddhist Shrines in India, D.C. Ahir, New Delhi, 1986.
14. Buddhist Thought in India, Edward Conze, 1962.
15. The Chinese Madhyama Agama and the Pali Majjhima Nikaya, Bhikkhu Thích Minh Châu, India 1991.
16. A Compendium of Chief Kagyu Master, Dr. C.T. Dorji, New Dehli, 2005.
17. A Comprehensive Manual of Abhidharma, Bhikkhu Bodhi, Sri Lanka 1993.
18. The Concept of Personality Revealed Through The Pancanikaya, Thích Chơn Thiện, New Delhi, 1996.
19. The Connected Discourses of the Buddha, translated from Pali by Bhikkhu Bodhi, 2000.
20. The Conquest of Suffering, P.J. Saher, Delhi 1977.
21. The Dhammapada, Narada, 1963.
22. Đạo Phật An Lạc và Tỉnh Thức, Thiện Phúc, USA, 1996.
23. Đạo Phật Trong Đời Sống, 10 volumes, Thiện Phúc, USA, 1994.
24. English-Vietnamese Buddhist Dictionary, 10 volumes, Thiện Phúc, USA, 2007.
25. Essential of Buddhism, Gnanarama, Singapore, 2000.
26. Essentials of Buddhism, Kogen Mizuno, Tokyo, 1972.
27. The Flower Ornament Scripture, Shambhala: 1987.
28. Gems of Buddhist Wisdom, many authors, Kular Lumpur, 1983.
29. The Great Buddhist Emperor of Asia, Ven. Dr. Medhankar, Nagpur, India, 2000.
30. The Heart of Wisdom, Dr. C.T. Dorji, New Dehli, 2005.
31. History of Theravada Buddhism in South East Asia, Kanai Lal Hazra, New Dehli, 1981.
32. The Holy Teaching of Vimalakirti, Robert A.F. Thurman: 1976.
33. An Index to the Lankavatara Sutra, Daisetz Teitaro Suzuki, London, 1934.
34. Kim Cang Giảng Giải, Hòa Thượng Thích Thanh Từ, 1992.
35. Kinh Duy Ma Cật Sở Thuyết, Hòa Thượng Thích Huệ Hưng, 1951.
36. Kinh Trường Bộ, Hòa Thượng Thích Minh Châu: 1991.
37. Kinh Trường Bộ, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1991.
38. Kinh Trung Bộ, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1992.
39. Kinh Tương Ưng Bộ, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1993.
40. Kinh Tăng Chi Bộ, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1996.
41. Kinh Tạp A Hàm, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1993.
42. Kinh Trung A Hàm, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1992.
43. Kinh Trường A Hàm, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1991.
44. Linguistic Approach to Buddhism Thought, Genjun H. Sasaki, Delhi 1986.
45. The Long Discourses of the Buddha, translated from the Pali by Maurice Walshe, 1987.
46. A Manual of Abhidharma, Most Venerable Narada, Kuala Lumpur, 1956.

47. *A Manual of Buddhism*, Most Venerable Narada, Kuala Lumpur, 1992.
48. *The Method of Zen*, Eugen Herrigel, 1960.
49. *The Middle Length Discourses of the Buddha*, translated from the Pali by Bhikkhu Nanamoli, edited and revised by Bhikkhu Bodhi, 1995.
50. *Nagarjuna's Philosophy*, K. Venkata Ramanan, Delhi 1975.
51. *Những Đóa Hoa Vô Ưu*, 3 tập, Thiện Phúc, USA, 2012.
52. *Niệm Phật Thập Yếu*, Hòa Thượng Thích Thiền Tâm, 1950.
53. *Pen Portraits Ninety Three Eminent Disciples of the Buddha*, C. de Saram, Singapore, 1966.
54. *Phật Giáo và Triết Học Tây Phương*, H.T. Thích Quảng Liên, 1996.
55. *Phật Pháp Căn Bản (Việt-Anh)—Basic Buddhist Doctrines*, 08 volumes, Thiện Phúc, USA, 2009.
56. *The Pioneers of Buddhist Revival in India*, D.C. Ahir, New Delhi 1989.
57. *Rajagraha*, Jugal Kishore Bauddh, New Delhi, 2005.
58. *A Record of Buddhist Kingdoms*, Fa-Hsien, English translator James Legge, 1965.
59. *Sarnath, Shanti Swaroop Bauddh*, New Delhi, 2003.
60. *Seven Works of Vasubandhu*, Stefan Anacker, Delhi 1984.
61. *The Spectrum of Buddhism*, Mahathera Piyadassi, Sri Lanka, 1991.
62. *Studies in Ch'an and Hua-Yen*, Robert M. Gimello and Peter N. Gregory, Honolulu, 1983.
63. *Studies in the Lankavatara Sutra*, Daisetz Teitaro Suzuki, London, 1930.
64. *Tài Liệu Nghiên Cứu Và Diễn Giảng*, Hòa Thượng Thích Thiện Hoa, 1957.
65. *Thiền Trúc Tiểu Du Ký*, Thiện Phúc, USA, 2006.
66. *Thiền Sư*, Thiện Phúc, USA, 2007.
67. *Thiền Sư Trung Hoa*, Hòa Thượng Thích Thanh Từ: 1995.
68. *Thiền Trong Đạo Phật*, 3 tập, Thiện Phúc, USA, 2012.
69. *Thiền Trong Đời Sống*, 1 tập, Thiện Phúc, USA, 2012.
70. *Thủ Lăng Nghiêm Kinh*, Tâm Minh Lê Đình Thám, 1961.
71. *Thủ Lăng Nghiêm Kinh*, Trí Độ và Tuệ Quang, 1964.
72. *Trung A Hàm Kinh*, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1992.
73. *Trung Bộ Kinh*, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1992.
74. *Trường A Hàm Kinh*, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1991.
75. *Trường Bộ Kinh*, Hòa Thượng Thích Minh Châu: 1991.
76. *Trường Bộ Kinh*, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1991.
77. *Tương Ưng Bộ Kinh*, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1993.
78. *Từ Điển Phật Học Anh-Việt—English-Vietnamese Buddhist Dictionary*, 10 volumes, Thiện Phúc, USA, 2007.
79. *Từ Điển Phật Học Việt-Anh—Vietnamese-English Buddhist Dictionary*, 6 volumes, Thiện Phúc, USA, 2005.
80. *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.
81. *The Vimalakirti Nirdeśa Sutra*, Charles Luk, 1972.
82. *Walking with the Buddha*, India Dept. of Tourism, New Delhi, 2004.