

***Namo Tassa Bhagavato Arahato  
Sammāsambuddhassa***

Con đem hết lòng thành kính đánh lễ Đức Thế Tôn,  
Bậc Arahán, Bậc Chánh Đẳng Giác



# TÌM HIỂU MUỖI BA LA MẬT

## Những phẩm chất đưa tới giác ngộ

*Sujin Boriharnwanaket*

Dịch giả Anh ngữ: Nina Van Gorkom  
Vietnam Dhamma Home dịch Việt



NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC



## ***Đôi lời về bản dịch Việt ngữ***

Vietnam Dhamma Home xin trân trọng giới thiệu tới quý đạo hữu bản dịch Việt cuốn "**Tìm hiểu Mười ba la mật**" của Achaan Sujin Boriharnwanaket. Do là lần ấn bản đầu tiên nên cuốn sách chắc chắn không tránh khỏi những sai sót. Chúng tôi rất mong quý đạo hữu lượng thứ và hoan hỷ đóng góp ý kiến để những lần tái bản sau được hoàn thiện hơn.

Chúng tôi cũng xin bày tỏ lòng biết ơn tới tất cả các đạo hữu đã góp công hoàn thành bản dịch này cũng như các thí chủ là Ông Nguyễn Trường Sơn, Ông Phan Bình, Bà Nguyễn Thị Trinh, Bà Trương Thị Hoa, Bà Dương Anh Đào, Bà Nguyễn Thùy Linh, Bà Nguyễn Thị Minh Hằng và... đã hùn phước tài chính để cuốn sách được in ấn và gửi tới tay độc giả Việt Nam.

Xin được hồi hướng phần công đức này tới cha mẹ, thầy tổ, thân bằng quyến thuộc và bạn hữu, hiện tiền và quá vãng. Nguyện cho các vị ấy tùy hỷ với phước thiện này! Nguyện cho phước thiện làm đây là duyên lành

để dứt khỏi những ô nhiễm ngũ ngâm trong tâm trong ngày vị lai!

Sadhu! Sadhu! Sadhu!

## Mục lục

Đôi lời về bản dịch Việt ngữ	5
Lời nói đầu	9
Lời giới thiệu - Mười ba la mật trong đời sống thường ngày	13
Chương 1 - Bổ thí Ba la mật	23
Chương 2 - Trì giới Ba la mật	49
Chương 3 - Xuất gia Ba la mật	71
Chương 4 - Trí tuệ Ba la mật	89
Chương 5 - Tinh Tấn Ba la mật	127
Chương 6 - Kham nhẫn Ba la mật	163
Chương 7 - Chân Thật Ba la mật	225
Chương 8 - Quyết Định Ba La Mật	269
Chương 9 - Tâm từ Ba la mật	297
Chương 10 - Tâm xả Ba la mật	317
Phần kết - Ô nhiễm của các Ba la mật	339





## ***Lời nói đầu***

Cuốn sách của Achaan Sujin về Ba la mật dịch từ tiếng Thái này có thể giúp chúng ta rất nhiều trong việc hiểu ý nghĩa của các ba la mật trong cuộc sống hàng ngày, chúng là các trợ duyên đưa tới giác ngộ. Đức Phật đã dạy chúng ta Tứ niệm xứ (satipaṭṭhāna), tức sự phát triển hiểu biết về danh và sắc trong cuộc sống hàng ngày. Tuy nhiên, chúng ta thường lãng quên các danh và sắc xuất hiện, và hiểu biết của chúng ta về chúng vẫn còn yếu ớt. Chúng ta cần phát triển tất cả các ba la mật song song với Tứ niệm xứ để có thể đi tới giác ngộ.

Các đoạn trích dẫn từ kinh *Hạnh Tạng* (Cariyāpiṭaka) và các Chú giải của kinh cũng như những văn bản khác ta được đọc trong cuốn sách này quả là ấn tượng. Chúng ta được truyền cảm hứng từ những câu chuyện tiền thân Đức Phật, khi Ngài còn là một vị Đại Bồ tát và đang phát triển các ba la mật với dũng mãnh và quyết tâm tột đỉnh. Chúng ta được nhắc nhở hãy kham nhẫn, không nhụt chí bởi khoảng thời gian đằng đẵng cần trải qua để phát triển trí tuệ cùng các ba la mật.

Tôi vô cùng biết ơn Achaan Sujin đã giúp đỡ chúng ta, qua cuốn sách này, suy xét về các đặc tính của từng ba la mật và tự kiểm chứng xem những ba la mật nào còn thiếu sót. Thật lợi lạc khi được nhắc nhở rằng, không nên lơ là bất cứ ba la mật nào trong mười ba la mật, và rằng chúng ta cần bổ túc chúng liên tục trong cuộc đời mình, bất cứ khi nào có cơ hội sinh khởi.

Cuốn sách này là tập hợp các buổi giảng Pháp của Achaan Sujin vào những dịp khác nhau. Các phần chú thích là của tôi. Trong phần dịch thuật của mình, tôi cố gắng chuyển tải một cách trung thành nhất có thể những lời nói của Achaan, bởi chúng tới từ đáy sâu của tâm Bà.

Tôi muốn bày tỏ sự tri ân của mình tới Tỳ kheo Bodhi Bikkhu, người đã từ ái cho phép tôi trích dẫn từ bản dịch của sư về các chú giải cho cuốn *Hạnh Tạng*, nằm trong cuốn sách *Kinh Phạm Võng và Chú giải*, nhà xuất bản B.P.S. Kandy, Sri Lanka.

Tôi cũng muốn gửi lời cảm ơn và lòng trân trọng của mình tới Kom Tukovinit, người đã hỗ trợ tôi rất nhiều khi dịch những đoạn văn khó trong bản tiếng Thái. Tôi cũng rất tri ân Alan Weller đã xuất bản cuốn sách này.

Mong cuốn sách này mời gọi chúng ta phát triển các ba la mật một cách bền bỉ.

Dịch giả Anh ngữ  
**Nina Van Gorkom**



## ***Lời giới thiệu***

### ***Mười ba la mật trong đời sống thường ngày***

Mười ba la mật, tiếng Pāli là pāramī, là những duyên quan trọng nhất cho sự tận diệt hoàn toàn các phiền não. Chúng ta cần phát triển mọi loại thiện pháp để trí tuệ có thể sinh khởi và tận diệt phiền não theo từng giai đoạn. Thiện pháp không phải lúc nào cũng là ba la mật, vì thế rất cần thiết phải hiểu đúng đắn khi nào một thiện pháp là ba la mật, và khi nào thì không. Do mười ba la mật là thiết yếu cho sự tận diệt phiền não, chúng ta cần nghiên cứu tìm hiểu về chúng, hiểu rõ ý nghĩa của chúng để giúp chúng tăng thịnh.

Mười ba la mật bao gồm:

Bố thí (dāna),

Trì giới (sīla),

Xuất gia (nekkhamma),

Trí tuệ (paññā)

Tinh tấn (virīya)

Kham nhẫn (khanti)

Chân thật (sacca)

Quyết định (aditṭhāna)

Tâm từ (mettā)

Tâm xả (upekkhā)

Việc nghiên cứu cần mực về mười ba la mật rất lợi lạc, giúp ta có thể suy xét và tự thẩm định xem những ba la mật nào chưa được tích lũy đủ. Chúng ta cần vun bồi tất cả các ba la mật, và bằng cách ấy, chúng có thể là duyên cho sự giác ngộ Tứ Thánh Đế. Nếu một người đặt mục tiêu là có được chánh niệm hay biết về đặc tính của các thực tại khi chúng xuất hiện trong đời sống thường nhật, nhưng không để tâm tới việc phát triển các ba la mật, người ấy sẽ nhận ra rằng mình luôn bị chinh phục bởi nghiệp bất thiện. Có nhiều duyên cho sự sinh khởi của nghiệp bất thiện hơn là của nghiệp thiện. Chúng ta không biết mỗi chúng ta sẽ còn phải phát triển và bồi đắp các ba la mật trong bao lâu nữa. Tuy nhiên, trong mỗi kiếp sống có cơ duyên, chúng ta nên vun bồi các ba la mật với hết sức mình. Tham ái đối nghịch với các ba la

mật, vì thế, chúng ta không nên quên rằng mình phát triển các ba la mật không phải vì mong đợi kết quả của nghiệp thiện, mà bởi vì chúng ta thấy được hiểm họa của mọi bất thiện pháp. Chúng ta không nên vun bồi các ba la mật bởi mong đợi quả thiện sẽ trở trong vòng sinh tử luân hồi, mà bởi vì mục đích của chúng ta là sự tận diệt các phiền não, và cuối cùng là đạt tới điểm cuối của vòng luân hồi. Điểm cuối ấy chỉ được chạm tới khi mọi phiền não đã được tận diệt hoàn toàn. Chừng nào còn phiền não, chừng ấy sẽ không có điểm dừng của bánh xe sinh tử. Vì vậy, ta không nên vun bồi ba la mật vì mong đợi quả thiện sẽ trở trong vòng luân hồi ấy.

Vì vậy, nếu một người thấy hiểm họa của sự keo kiệt bủn xỉn, người ấy sẽ phát triển bố thí. Nếu một người thấy hiểm họa của việc phạm giới, người ấy sẽ giữ giới. Người ấy thấy rằng, để đuôi trong lời nói, hành động và tạo nghiệp ác qua thân và khẩu là tự hại chính mình. Ta có thể không nhận ra rằng, kể cả những lời nói bất cẩn cũng có thể làm tổn hại tới cả mình và mọi người. Vì thế, nếu một người thấy được hiểm họa của việc phạm giới, người ấy sẽ cố gắng giữ giới và cẩn mực hơn trong lời nói, việc làm của mình. Nếu một người thấy hiểm họa của mọi lạc thú ngũ dục, bao gồm cả những lạc thú gắn liền với cuộc sống hôn nhân, người ấy sẽ hướng tới sự xuất gia. Nếu một người nhận ra hiểm họa của vô

minh và hoài nghi, người ấy sẽ nghiên cứu Giáo Pháp để biết và hiểu các thực tại như chúng thực là, và đó là sự phát triển của trí tuệ ba la mật. Nếu một người thấy sự bất lợi của lời nhác, người ấy sẽ hướng tới tinh tấn, nỗ lực. Nếu một người thấy khiếm khuyết của tính sốt ruột, nóng nảy, người ấy sẽ phát triển kham nhẫn. Nếu một người thấy hiểm họa của dối trá trong hành động và lời nói, người ấy sẽ hướng tới chân thật. Nếu một người thấy nguy cơ của tính do dự, người ấy sẽ hướng tới quyết định. Nếu một người thấy hiểm nguy của hận thù, người ấy sẽ phát triển từ tâm. Nếu một người thấy sự vô nghĩa của các ngọn gió đời như được và mất, vinh và nhục, người ấy sẽ thiên về tâm xả. Tất cả các phẩm chất này chính là mười ba la mật cần được tích lũy và vun bồi dần dần.<sup>1</sup>

---

1. Cuốn Tiên thân Đức Phật (Jātaka) bàn về các phẩm chất tuyệt hảo mà Ngài đã vun bồi trong các tiền kiếp, nhưng không chỉ nói riêng về các ba la mật. Cuốn Hạnh Tạng thuộc Tiểu Bộ Kinh mô tả các ba la mật và kể lại cách thức chúng được vun bồi. Chú giải của tác phẩm này, được viết bởi Ngài Dhammapala trong thế kỷ thứ VI giải thích chúng một cách hệ thống và chi tiết hơn. Các ba la mật cũng được mô tả một cách tóm tắt trong các phụ chú giải (Tika) của Kinh Phạm Võng (Brahmajāla Sutta) thuộc Trung Bộ Kinh. Mười ba la mật cũng được nhắc tới trong cuốn Phật sử (Buddhavaṃsa) thuộc Tiểu Bộ Kinh.



## **Đặc tính, chức năng, biểu hiện và cận nhân của các Ba la mật**

Chúng ta đọc trong cuốn *Paramatthadīpanī*, cuốn Chú giải cho *Hạnh Tạng* (Cariyāpiṭaka) thuộc *Tiểu Bộ Kinh* (Khuddhaka Nikāya) về các đặc tính của mười ba la mật<sup>1</sup> như sau:

1. *Bố thí (dāna) có đặc tính xả ly; chức năng/phận sự của bố thí là đẩy lui lòng tham với những thứ có thể cho đi; biểu hiện/thành tựu của bố thí là không dính mắc, hay đạt được phú quý và tái sinh an lành; cận nhân của bố thí là một đối tượng có thể được xả ly.*

2. *Trì giới (sīla) có đặc tính trấn tĩnh (sīlana); phối hợp (samādāna) và đặt nền tảng (patitṭhāna) cũng được dùng để mô tả đặc tính của giới; chức năng/phận sự của giới là đẩy lui sự vô lương, hay chức năng của giới là hành xử đúng đắn; biểu hiện/thành tựu của giới là trong sạch về đạo đức; cận nhân của giới là tâm và quý.*

3. *Xuất gia (nekkhamma) có đặc tính xa lìa lạc thú*

---

1. Các trích dẫn của tôi về cuốn Chú giải cho Hạnh Tạng cùng các định nghĩa, mô tả về các ba la mật ở phần cuối của Tiểu Bộ Kinh được lấy từ bản dịch của Tỳ kheo Boddhi. Bản dịch này nằm trong cuốn Kinh Phạm Võng và Chú giải xuất bản bởi B.P.S, Kandy, Sri Lanka.

ngũ dục và cõi dục; chức năng/phận sự của xuất gia là kiểm chứng tính bất toại nguyện của dục; biểu hiện/thành tựu của xuất gia là viễn ly dục lạc; cận nhân của xuất gia là trạng thái khấn cấp tu niệm (*samvega*)”

4. Trí tuệ (*paññā*) có đặc tính xuyên thấu bản chất của các pháp, hay đặc tính xuyên thủng, như mũi tên được bắn đi bởi tay thiện xạ; chức năng/phận sự của trí tuệ là chiếu sáng cảnh, như một ngọn đèn; biểu hiện/thành tựu của trí tuệ là sự tỏ tường, như một người dẫn đường trong rừng sâu; cận nhân của trí tuệ là định hay Tứ Thánh Đế.<sup>1</sup>

5. Tinh tấn (*virīya*) có đặc tính nỗ lực, chức năng/phận sự của tinh tấn là củng cố; biểu hiện/thành tựu của tinh tấn là không mệt mỏi; cận nhân của tinh tấn là một cơ hội cho tinh tấn hay trạng thái khấn cấp tu niệm.

6. Kham nhẫn (*khanti*) có đặc tính chấp nhận; chức năng/phận sự của kham nhẫn là chịu đựng đối tượng khả ái và bất khả ái; biểu hiện/thành tựu của kham nhẫn là độ lượng hay không đối kháng; cận nhân của kham nhẫn là thấy mọi thứ như chúng thực là.

---

1. Định của Bát Chánh Đạo đảm nhận chức năng của mình khi nó sinh kèm với Chánh kiến của Bát Chánh Đạo. Tứ Thánh Đế là đối tượng của trí tuệ.

7. Chân thật (*sacca*) có đặc tính không dối trá trong lời nói; chức năng/phận sự của chân thật là kiểm chứng trung thực với thực tế; biểu hiện/thành tựu của chân thật là cao quý; cận nhân của nó là trung thực.

8. Quyết định (*adhitthāna*) có đặc tính quyết tâm về các pháp trợ đạo<sup>1</sup>; chức năng/phận sự của quyết định là vượt qua pháp đối nghịch của các pháp trợ đạo; biểu hiện/thành tựu của quyết định là không lay chuyển trong nhiệm vụ ấy; cận nhân của quyết định là các pháp trợ đạo.

9. Tâm từ (*mettā*) có đặc tính yểm trợ an sinh (của các chúng sinh); chức năng/phận sự của tâm từ là tạo an sinh, hay loại bỏ hận thù; biểu hiện/thành tựu của tâm từ là lòng bao dung; cận nhân của tâm từ là thấy mặt tốt đẹp của chúng sinh.

10. Tâm xả (*upekkhā*) có đặc tính thúc đẩy khía cạnh trung hòa<sup>2</sup>; chức năng/phận sự của tâm xả là nhìn nhận mọi thứ một cách công bằng; biểu hiện/thành tựu của tâm xả là chế ngự luyến ái và ghét bỏ; cận nhân của tâm xả là sự suy niệm về chân lý rằng các chúng sinh là kẻ thừa tự của nghiệp của mình.

---

1. Quyết tâm với các pháp trợ đạo, tức là với mười ba la mật.

2. Sự trung hòa/ quân bình/bình đẳng với các chúng sinh.

Ngoài các định nghĩa này, có nhiều đoạn trong cuốn Chú giải của *Hạnh Tạng* bàn chi tiết về các ba la mật. Việc cần tìm hiểu chi tiết đến đâu tùy thuộc vào khả năng nhìn nhận giá trị của những chi tiết ấy cũng như mức độ thẩm xét về các thực tại của mỗi người. Tất cả mọi người đều muốn hoàn thiện cả mười ba la mật, nhưng để có thể làm được điều đó, ta cần phải vun bồi và tích lũy chúng một cách tuần tự, từ từ.

Trước khi chúng ta nghe Pháp, tâm bất thiện dễ sinh khởi thường xuyên, và chúng ta không hề biết cách thức phát triển con đường Bát Chánh Đạo. Khi một người đã được nghe Pháp, người ấy có được hiểu biết về tiến trình phát triển của trí tuệ và của Bát Chánh Đạo. Tuy nhiên, khi mọi người đã có được một chút hiểu biết, họ có thể nhận ra rằng chánh niệm (*sammā-sati*) rất hiếm khi sinh khởi và hay biết về các đặc tính của thực tại. Vì vậy, rất cần tự biết mình và tìm ra nguyên nhân tại sao chánh niệm lại sinh khởi hiếm hoi như vậy.

Có thể có người, sau khi hiểu ra con đường đúng để phát triển tuệ giác, có khả năng tận diệt tà kiến về ngã và giác ngộ Tứ Thánh Đế. Tuy nhiên, đâu là lý do khiến chánh niệm không phát triển tương ứng với hiểu biết của một người về con đường Chánh Đạo? Câu trả lời là mọi người đều có phiền não, và điều này có thể so sánh với bệnh tật. Chúng ta như một người bệnh

không biết làm cách nào để khỏi bệnh và phục hồi sức lực. Chúng ta thấy rằng con đường phải đi xa vô cùng tận, nhưng khi thân thể không được khỏe mạnh, ta không thể nào đi hết chặng đường và tới được đích đến. Con đường Bát Chánh Đạo là một con đường dài mà chúng ta phải đi để có thể tới được đích là sự giác ngộ Tứ Thánh Đế. Nếu ta không tự kiểm mình và biết rõ bản thân, chúng ta sẽ giống như một người biết con đường đúng nhưng không thể du hành trên con đường ấy. Chúng ta giống như một người không biết phương thức khỏi ốm và phục hồi sức mạnh. Do vậy, nghe Pháp và suy xét để có hiểu biết đúng có thể được so sánh với người tìm được bài thuốc phù hợp để cắt bệnh cho mình. Người không nghe Pháp và thậm chí không biết là mình đang ốm bệnh sẽ không đi tìm thuốc chữa. Khi người ấy tìm được Pháp và có hiểu biết đúng đắn về Giáo Pháp, người ấy giống như một bệnh nhân đã tìm được thuốc trị bệnh để có đủ sức mạnh du hành trên đường thiên lý. Các pháp khiến cho tâm khỏe mạnh để ta có thể đi hết con đường Bát Chánh Đạo là mười ba la mật.

Chúng ta cần suy xét về các ba la mật một cách kỹ lưỡng để có được hiểu biết đúng về chúng, nếu không chúng ta sẽ không thể vun bồi chúng. Ta có thể nghe Pháp hàng ngày, nhưng chúng ta cần biết rõ và suy xét tại sao ta làm vậy: chúng ta cần nghe với quyết tâm

vững vàng để có được hiểu biết đúng về Giáo Pháp để có thể áp dụng Pháp ấy, bây giờ và trong mỗi kiếp sống tới. Ta cần biết được mục đích đúng đắn của việc nghe Pháp: sự phát triển của trí tuệ có thể tận diệt các phiền não. Bằng cách ấy, các ba la mật có thể được phát triển khi chúng ta nghe.

Trong khi nghe, quyết định ba la mật có thể được vun bồi. Chúng ta cần biết ý nghĩa của quyết định ba la mật; nếu không có tâm lực mạnh mẽ, ta không thể hoàn thiện ba la mật này. Một số người thực hiện thiện pháp như bố thí, thể hiện sự quyết tâm của họ bằng lời nguyện nhưng lại không biết ý nghĩa của quyết định. Khi ta có lòng quyết tâm vững mạnh, không lay chuyển để đạt tới đích cuối là sự tận diệt của mọi bất thiện, quyết định sẽ là một ba la mật, và đó là một điều kiện tiên quyết cho sự phát triển của trí tuệ.

Nếu ta không tìm hiểu các ba la mật, ta có thể cứ tiếp tục nghe Pháp mà không biết đến mục đích chính đáng của việc ấy, và vì thế chắc chắn ta sẽ không chứng ngộ được Tứ Thánh Đế. Chúng ta cần suy xét xem liệu các ba la mật có bắt đầu phát triển khi ta nghe Pháp. Bất cứ khi nào ta có quyết tâm vững vàng để nghe với mục đích đúng là nhằm phát triển trí tuệ, chúng ta lại đang tích lũy cả mười ba la mật để chúng dần đạt tới độ hoàn mãn.

---

## **Chương 1**

### **Bố thí Ba la mật**

Bố thí ba la mật được kê tới đầu tiên trong mười ba la mật. Như chúng ta đã đọc về định nghĩa về bố thí ba la mật trong cuốn Chú giải cho *Hạnh Tạng*:

*“Bố thí (danā) có đặc tính xả ly; chức năng/phận sự của bố thí là đẩy lui lòng tham với những thứ có thể cho đi; biểu hiện/thành tựu của bố thí là không dính mắc, hay đạt được phú quý và tái sinh an lành; cận nhân của bố thí là một đối tượng có thể được xả ly”.*

Đa số mọi người đều biết rằng bố thí là sự cho đi vì lợi ích và hạnh phúc của những người khác. Những người tại gia cư sĩ không thể cho đi tất cả sản nghiệp của mình bởi họ vẫn còn dính mắc vào các đối tượng ngũ dục, nhưng mỗi khi có cơ hội bố thí, họ nên thực hành điều đó. Nếu ta không thể cho đi vì lợi ích của người khác những thứ lớn nhỏ mà mình sở hữu, sẽ còn khó khăn hơn biết bao để từ bỏ sự dính mắc vào danh pháp và sắc pháp mà ta chấp thủ là tự ngã, là chúng sinh và con người.

Vì thế, ta cần tập bỏ thí hết sức có thể, vì lợi ích và an sinh của người khác, để có thể tận diệt các phiền não, trong đó có sự bám víu vào của cải cũng như vào danh pháp và sắc pháp mà ta chấp tướng là chúng sinh, con người và tự ngã. Do vậy, trong cuộc sống thường nhật, ta không nên lơ là việc vun bồi bỏ thí ba la mật. Ta cần phải biết liệu sự bỏ thí của mình có phải là ba la mật hay không. Bất kể ta bỏ thí nhiều tới bao nhiêu, sự bỏ thí ấy không phải là một ba la mật nếu ta không thấy được tính thiết yếu của việc tận diệt phiền não.

Những người hiểu Pháp và thực hành bỏ thí cần suy xét xem sự bỏ thí của mình có phải là ba la mật hay không. Nếu một người bỏ thí mà không mong đợi kết quả nào, dù là sự tái sinh nơi thiên giới, khi ấy sự bỏ thí của người ấy có thể là ba la mật. Tuy nhiên, nếu một người muốn nhận được phần thưởng khi mong mỏi tái sinh giàu sang hay tái sinh ở các cõi trời, hoặc nếu người ấy muốn nhận được lợi dưỡng, tôn vinh hay tán dương, cuộc sống của người ấy chất chứa mong cầu, và mục tiêu của người ấy không phải là sự tận diệt phiền não. Nếu ta suy niệm về điều này, ta có thể biết được liệu sự bỏ thí của mình ở một thời điểm cụ thể có phải là ba la mật hay không.

Bỏ thí ba la mật là một duyên để vượt sang bờ bên



kia, hay nói cách khác là sự tận diệt các phiền não, đó là bên bờ đối nghịch với xứ sở của phiền não. Cần một thời gian cực kỳ dài để có thể tới được bên bờ nơi phiền não tận diệt; đạt tới đó thật chẳng dễ dàng. Chúng ta cần phải hiểu rõ rằng tận diệt phiền não có nghĩa là gì. Vì thế, chúng ta cần phải biết liệu ở khoảnh khắc bồ thí mình có mong đợi điều gì hay không. Bồ thí tận diệt tham ái là sự bồ thí với mục đích tận diệt phiền não, và điều ấy có nghĩa rằng ta không nên mong đợi bất cứ kết quả nào.

Ngoài việc bồ thí của cải vật chất, có sự bồ thí cao thượng hơn, đó là bồ thí Pháp. Đó thực chất là món quà trí tuệ thật lợi lạc cho kiếp này cũng như trong những kiếp vị lai. Khi chúng ta bồ thí của cải vật chất cho những người nghèo khó, sự giúp đỡ ấy chỉ có hiệu ứng tạm thời. Có thể ta không cân nhắc tới nguyên nhân gốc rễ của sự nghèo túng ấy. Nghèo túng là quả của nghiệp bất thiện, và chừng nào ta tạo nghiệp bất thiện, chừng ấy vẫn còn duyên cho sự tái sinh trong cảnh nghèo.

Bên cạnh sự trợ giúp bằng vật chất, ta cần giúp mọi người đi tới gốc rễ sự nghèo túng của họ, tức là giúp họ có được hiểu biết đúng về sự thật của Giáo Pháp. Vậy là ta sẽ thấy rằng, mình thực sự có thể giúp đỡ lẫn nhau trong đời sống thường nhật, bằng tài thí cũng như Pháp

thí. Với Pháp thí, chúng ta giúp đỡ những người khác có được hiểu biết đúng về Giáo Pháp cũng như cách áp dụng Giáo Pháp ấy. Hơn nữa, giúp đỡ mọi người có được hiểu biết đúng về Pháp có thể là một duyên khiến họ tăng trưởng thiện pháp: bố thí, trì giới và phát triển tâm trí.

Vì vậy, khi một người giúp đỡ những người khác hiểu P háp bằng nhiều cách khác nhau - thông qua việc phát thanh, in sách, đàm đạo hay thuyết Pháp - mà không nhằm thu được gì cho bản thân, người ấy đang thực hành từ tâm. Khi ấy, những hành động bố thí của người ấy là ba la mật dẫn đến sự tận diệt phiền não. Người ấy có hiểu biết kiên cố rằng sự phát triển thiện pháp không bị ô nhiễm bởi phiền não chính là vun bồi các ba la mật. Một số người ưa hoảng pháp muốn đánh giá kết quả những việc tốt của mình. Tuy nhiên, kết quả thực sự của những nỗ lực của một người không liên quan đến số lượng người nghe Pháp mà người ấy thuyết hay số lượng thiện nghiệp mà người ấy đã tạo cho mục đích này. Kết quả của những cố gắng ấy được thể hiện trong tâm của người nghe giờ đã có thể phát triển trí tuệ và áp dụng Giáo Pháp tốt hơn.

Khi một người nghe Pháp có được hiểu biết đúng, người ấy tích lũy sự chân thật, và đó là chân thật ba la

mật. Người ấy cũng tích lũy cả quyết định ba la mật khi có niềm tin kiên cố vào mục tiêu của mình là tận diệt phiền não. Chúng ta có thể đánh giá lợi ích của việc nghe Pháp tại ngay thời điểm ấy: liệu chúng ta có tích lũy thêm thiện pháp và suy giảm bớt bất thiện pháp hay không?

Có một hình thái bồ thí khác là vô úy thí (abhayadāna), đó là sự bồ thí cảm giác an toàn khỏi hiểm nguy và sợ hãi.

Ta đọc trong cuốn *Tăng Chi Bộ Kinh*, Chương Tám Pháp, Phẩm Bồ thí, IX (39), *Nguồn nước Công đức*, về tám nguồn nước công đức: quy y Tam bảo và năm bồ thí<sup>1</sup>. Ta đọc về năm bồ thí này như sau:

“Ở đây, này các Tỳ kheo, Thánh đệ tử đoạn tận sát sanh, từ bỏ sát sanh. Này các Tỳ kheo, vị Thánh đệ tử từ bỏ sát sanh, đem cho không sợ hãi cho vô lượng chúng sanh, đem cho không hận thù cho vô lượng chúng sanh, đem cho không hại cho vô lượng chúng sanh; sau khi cho vô lượng chúng sanh, không sợ hãi, không hận thù, không hại, vị ấy sẽ được san sẻ vô lượng không sợ hãi, không hận thù, không hại...”

---

1. Tôi thêm bài kinh này cùng những nhận xét của mình vào. Tôi đang sử dụng bản dịch của Đại Đức Nyanaponika, Wheel no. 238-240, B.P.S Kandy, Sri Lanka.

Lời dạy tương tự được thuyết về sự từ bỏ trộm cắp, tà dâm, nói dối và dùng các chất say. Như vậy, giới có thể được suy xét dưới khía cạnh bố thí. Từ bỏ những việc làm tổn hại người khác, cũng như trao tặng sự bảo vệ khỏi hiểm nguy đều nằm trong vô úy thí. Hơn nữa, tha thứ cũng được coi là một dạng của bố thí<sup>1</sup>. Khi ta tha thứ cho người khác, ta không trôi theo ác cảm và hận thù.

Nếu một người không biết được rằng tha thứ là một ba la mật, người ấy sẽ không tha thứ được cho người đã làm ác với mình. Nếu ta không tha thứ cho những người khác, làm sao ta có thể đạt được giác ngộ và tận diệt phiền não? Nếu ta suy xét về điều này, đó có thể là duyên cho vô úy thí. Hình thái bố thí này cao thượng hơn sự bố thí của cải vật chất (*āmisā dāna*). Nếu ta không thể tha thứ cho người mình không ưa, điều ấy cũng có nghĩa là ta không thể vun bồi các hình thái thiện pháp khác đối với người ấy. Nếu ta không tha thứ cho một người hoặc vẫn còn giận dữ với người ấy, ta sẽ không thể hào hiệp với anh ta, ta thậm chí không thể cho anh ấy vật chất. Ta cũng không thể tặng anh ấy món quà Pháp thí bằng cách giúp đỡ anh ấy qua việc

---

1. Trong tiếng Thái, từ tha thứ nghĩa là vô úy thí (*abhāya*). Bhaya có nghĩa là sợ hãi, hiểm nguy - úy, còn tiết đầu ngữ a là chỉ sự phũ phàng.

đàm đạo, hay khuyên nhủ anh ấy về những gì có lợi và có hại của cuộc đời.

Vô úy thí là một duyên cho sự vun bồi trì giới ba la mật (*sīla pāramī*); đó là duyên cho sự từ bỏ tà nghiệp và tà ngữ. Nếu ta không tha thứ cho người khác, chúng ta sẽ không cư xử như một người bạn và vì thế thiện pháp không thể phát triển. Vậy làm sao ta có thể vượt được sang bờ bên kia, bờ của sự tận diệt phiền não?

Điều này cho ta thấy rằng sự suy xét của chúng ta về bản chất của thiện pháp trong đời sống hàng ngày phải rất tinh tế. Một người phát triển loại trí tuệ có thể chứng ngộ Tứ Thánh Đế cần biết được tính chất của tâm mình; người ấy cần phải biết được khi nào tâm mình ô nhiễm và không có sức mạnh. Trong trường hợp như vậy, làm sao người ấy có thể du hành trên con đường Bát Chánh Đạo dài vô tận? Người ấy cần phải biết tính chất của tâm mình để có thể có được sức mạnh tâm trí nhờ các ba la mật. Người ấy có thể biết rằng Đạo chính là Tứ niệm xứ, là sự phát triển hiểu biết về các thực tại; nhưng chánh niệm sẽ không sinh khởi nếu các ba la mật không đủ mạnh để có thể liễu ngộ Tứ Thánh Đế. Tất cả chúng ta cần vun bồi mười ba la mật với trí tuệ, cả khi chúng ta bồ thí trong cuộc sống hàng ngày. Chúng ta cần biết sự thật, chúng ta cần biết sự khác biệt giữa bố

thí không có trí tuệ và bố thí với trí tuệ, như trường hợp bố thí với trí tuệ của Đức Bồ tát. Bằng cách ấy, chúng ta có thể suy xét và hiểu được chân thật ba la mật, sự chân thật vì thiện pháp, để có thể đi theo bước chân của Đức Bồ tát, người đã phát triển các ba la mật trong từng kiếp sống. Ngài không phát triển riêng rẽ một ba la mật trì giới trong kiếp này, và xuất gia trong một kiếp khác, mà phát triển cả mười ba la mật trong mỗi kiếp, luôn luôn như vậy.

Bây giờ, tôi sẽ bàn về pháp bố thí đi kèm với chân thật, với chân thật ba la mật, và ở đây chúng ta cần suy niệm về sự bố thí của Đức Bồ tát.

Cuốn *Paramattha Dipani*, là cuốn Chú giải cho *Hạnh Tạng* giải thích về ba loại bố thí ba la mật: tài thí (*āmisadāna*), vô úy thí (*abhaya-dāna*) và Pháp thí (*dhammadāna*). Chúng ta đọc về sự bố thí vật ngoại thân như sau:

“Khi bậc Vĩ nhân bố thí vật ngoại thân, vị ấy bố thí bất cứ thứ gì bất cứ ai cần; và khi được biết ai đó cần thứ gì, vị ấy bố thí mà không cần đợi người ấy hỏi xin, huống gì khi được hỏi xin”.

Một người sẵn sàng bố thí thứ hữu dụng cho người khác khi người ấy cần là người có hiểu biết tinh tế về

sự thực hành thiện pháp. Ngay khi thấy rằng một người đang có nhu cầu về một thứ, tâm bi liền sinh khởi, người ấy không đợi đến khi bị hỏi xin.

Chúng ta đọc tiếp trong Chú giải:

*“Ngài chỉ bỏ thì khi có thứ để bỏ thì”.*

Ngài không bận tâm hay cảm thấy phiền lòng khi muốn bỏ thì nhưng lại không có gì để bỏ thì. Đức Bồ tát chỉ bỏ thì khi Ngài có thứ để bỏ thì.

Chúng ta đọc:

*“Khi có những thứ để bỏ thì, Đức Bồ tát bỏ thì thứ người ta muốn có chứ không bỏ thì thứ họ không muốn”.*

Khi những người khác đang cần thứ gì đó, Ngài cho đi thứ ấy nếu có.

Chúng ta đọc:

*“Ngài không bỏ thì bởi mong đợi được đáp trả. Và khi không có vừa để chia đủ hết cho tất cả, Ngài phân phối đều tất cả những gì có thể sẽ chia. Nhưng Ngài không bỏ thì những thứ đưa tới phiền não cho người khác, chẳng hạn như vũ khí, thuốc độc hay chất say. Ngài cũng không cho những thứ làm vui có tác hại và dẫn tới dễ duôi. Ngài không bỏ thì thực phẩm hay thức uống không phù hợp cho người ốm bệnh, kể cả khi*

*người ấy đòi hỏi, và Ngài không bố thí những gì phù hợp một cách vượt quá phạm vi hợp lý”.*

Nếu ta thực sự muốn giúp ai đó, chẳng hạn như một người ốm bệnh, ta cần phải suy xét với từ bi về cách thức hỗ trợ người ấy. Chúng ta không nên cứ bố thí không suy xét, mà cần biết thứ mình cho có phù hợp và hữu ích cho một người bệnh hay không. Ta cần phải biết tỉ mỉ cái gì là thiện pháp, ta cần biết phân biệt, không bỏ qua thiện pháp. Giống như một người thầy thuốc cần biết rõ tình trạng bệnh nhân và liều lượng thuốc phù hợp với từng người bệnh, cũng vậy ta phải bố thí với suy xét.

Chú giải nêu:

*“Lại nữa, khi được hỏi xin, Ngài bố thí cho các gia chủ những thứ phù hợp cho gia chủ; cho các bậc xuất gia những thứ phù hợp cho xuất gia. Ngài bố thí cho cha, mẹ, thân bằng quyến thuộc, bạn hữu và đồng môn, cho con cái, cho vợ, cho nô lệ và người làm công, mà không làm đau lòng ai. Nếu đã hứa bố thí thứ cao thượng, Ngài không bố thí thứ hạ liệt. Ngài không bố thí bởi mong muốn lợi dưỡng, danh dự hoặc tiếng thơm, hay bởi mong đợi được đền đáp, hoặc một kết quả nào khác ngoài sự Toàn Giác (trong trường hợp của Đức Bồ tát). Ngài không bố thí vì ghét bỏ món đồ bố thí, hay ghét bỏ người hỏi xin. Ngài không bố thí món đồ bỏ đi, kể cả cho những kẻ hành khát thiếu kiếm chế sĩ*



vả, nhục mạ Ngài”.

Mỗi khi bố thí, ta cần thẩm định kỹ tâm mình. Tâm cần thực sự mềm mại và hiền dịu. Ta không nên coi thường những người hỏi xin hay bất mãn với những gì ta cho họ; ta không nên bố thí những món đồ bỏ đi, kể cả cho những người hành khát thiếu kiềm chế sĩ vả và nhục mạ ta.

Liệu chúng ta có theo được điều này không? Người nhận quà có thể tỏ vẻ khó chịu, hoặc có lúc hành xử một cách khiếm nhã. Dù thế, tâm của người bố thí có thể mềm mại và hiền dịu. Người ấy có thể bố thí mà không ác cảm với người nhận. Có thể rằng người nhận bố thí thiếu kiềm chế trong hành xử, có những hành động không đúng, hoặc giả người ấy có thể nhục mạ người bố thí; người ấy có thể giận dữ, nói rằng người kia cho quá ít, hoặc rằng mình không muốn có những thứ được cho. Tuy nhiên, mặc vậy, tâm của người bố thí cần kiên cố trong thiện pháp.

Chúng ta đọc trong Chú giải:

*“Vị ấy luôn bố thí với tín tâm, với từ bi và cung kính”.*

Bằng cách này ta có thể tận diệt những phiền não của mình kể cả khi bố thí. Chú giải nói:

*“Ngài không bố thí vì tin vào điềm báo dị đoan:*

mà Ngài bố thí với niềm tin vào nghiệp và quả của nghiệp. Khi bố thí Ngài không làm người xin khổ sở bằng cách bắt người ấy phải đành lẽ mình, v.v...; Ngài bố thí mà không làm khó người khác. Ngài không bố thí với ý định lừa dối những người khác, hay với ý định làm tổn thương; Ngài chỉ bố thí với một tâm vô nhiễm. Ngài không bố thí với những lời thô tháo hay cái chau mày, mà với những lời khả ái, thân hữu, cùng nụ cười trên môi.

*Bất kỳ khi nào một món đồ trở nên thái quá bởi giá trị và vẻ đẹp, bởi sự cổ quý, bởi sự gắn bó đã tích lũy từ lâu, Đức Bồ tát nhận ra sự luyến ái ấy, nhanh chóng từ bỏ luyến ái ấy, tìm người tiếp nhận và cho đi”.*

Một người hiểu rõ mình biết dính mắc của mình ở mức nào, người ấy biết khi nào mình có thể từ bỏ thứ gì và khi nào thì không. Có lúc, người ấy có thể nghĩ đến việc bố thí, nhưng lại không thể bố thí. Tuy nhiên, như ta đã đọc, với Đức Bồ tát thì khác.

Đoạn trích dẫn trên là bàn về tài thí - sự bố thí vật chất. Chú giải đưa ra nhiều ví dụ về sự thực hành của Đức Bồ tát khi Ngài vun bồi các ba la mật để có thể đạt tới sự giác ngộ của một vị Phật Chánh Đẳng Giác. Tuy nhiên, bây giờ chỉ có một ít chi tiết được bàn tới ở đây để mọi người có thể thăm xét tâm mình một cách kỹ càng hơn để có thể phát triển thêm thiện pháp.

Chú giải nói về vô úy thí (abhaya-dāna) - bố thí cảm

giác không sợ hãi - như sau:

*“Vô úy thí là bồ thí sự bảo hộ cho chúng sinh khi họ trở nên sợ hãi bởi vua, bởi kẻ trộm, bởi lửa, bởi nước, bởi kẻ thù, bởi sự tử, bởi hổ, bởi gấu hoang, bởi rồng, bởi chằn tinh, bởi quỷ, bởi yêu tinh, v.v...”*

*Pháp thí là lời Pháp đúng đắn được thuyết bởi tâm vô nhiễm; tức là những pháp môn đưa tới thiện lành cho kiếp này, kiếp sau và tới sự giải thoát tột cùng. Bằng những lời Pháp ấy, những người chưa bước vào Giáo Pháp bước vào Giáo Pháp, còn những người đã bước vào Giáo Pháp đạt tới chín muồi. Và đây là pháp môn ấy: Tóm tắt là, vị ấy nói về bồ thí, về trí giới, về thiên giới, về bất toại nguyện và nhiễm ô nơi lạc thú ngũ dục, và về sự lợi ích của việc từ bỏ những dục lạc ấy”.*

Mọi người có thể hiểu về bồ thí, về hiểm họa của ngũ dục và của lợi ích của việc từ bỏ những dục lạc ấy, nhưng nếu ta thất niệm và không nghe Pháp, ta sẽ dễ bị xâm chiếm bởi phiền não. Khi ta thường xuyên nghe Pháp, dù nghe lại những gì đã nói trước đó, hoặc khi ta nghe những gì đã được giảng về cuộc sống thường nhật, ta được nhắc nhở hãy suy niệm và hay biết thực tại, và nhờ thế sẽ có duyên cho sự tích lũy thiện pháp nhiều hơn. Chúng ta đọc tiếp trong Chú giải:

*“Với những ai có tâm thiện về sự giác ngộ của bậc thanh văn (sāvaka bodhiyam adhimuttacittānam), Ngài cho họ nền móng và tịnh hóa họ (trong tiến trình hướng*

về đích) bằng cách thuyết các bài Pháp chi tiết, giảng giải về các tính chất cao thượng của bất kỳ đề mục nào phù hợp trong các đề mục sau: quy y, trì giới, thu thúc lục căn, thiếu dục, chánh niệm - tỉnh giác...”.

Ta cần biết được mức độ của hiểu biết của mình. Như đã đọc, Đức Phật thuyết Pháp chi tiết cho những người tâm thiên về sự giác ngộ của bậc thanh văn, Ngài thuyết Pháp đặt nền móng và tịnh hóa họ (trong tiến trình hướng về đích) bằng cách thuyết các bài Pháp giảng giải về các pháp cao thượng phù hợp với họ.

Những người muốn phát triển Tứ niệm xứ, phát triển hiểu biết đúng về các đặc tính của các pháp hiện tiền và vun bồi các ba la mật trong đời sống thường nhật là những người thiên về sự giác ngộ của bậc thanh văn, và điều ấy có nghĩa là họ quy y Tam Bảo, họ trì giới, họ thu thúc lục căn, họ thiếu dục và thực hành tinh tấn - chánh niệm - tỉnh giác.

Chúng ta cần vun bồi các ba la mật song song với Tứ niệm xứ, kiếp này sau kiếp khác. Đức Bồ tát đã vun bồi các ba la mật trong nhiều a tăng tỷ kiếp tới mức độ vô song. Ngài đã tích lũy ba la mật bồ thí cùng với trí tuệ và tất cả các phẩm chất thiện khác để tạo duyên (dưới dạng hành uẩn, saṅkhārahanda<sup>1</sup>) cho sự chứng

1. Pháp hữu vi có thể được xếp thành năm uẩn: sắc uẩn (rūpakkhandha),

ngộ Tứ Thánh Đế đưa đến quả vị Phật. Chúng ta đọc trong Chú giải về sự tích lũy bồ thí ba la mật của Đức Bồ tát:

*“Khi bồ thí vật chất, bậc vĩ nhân bồ thí vật thực, suy tư: ‘Bằng sự bồ thí này, nguyện cho tôi giúp các chúng sinh có được tuổi thọ, sắc đẹp, hạnh phúc, sức mạnh, trí tuệ, và quả tối thượng của tịnh lạc’. Ngài bồ thí thức uống, mong mỗi làm dịu cơn khát của dục lạc; bồ thí y áo để được phục sức bằng tầm và quý cùng nước da óng vàng (của một vị Phật); bồ thí phương tiện để có thể có được các năng lực thần thông và hưởng lạc Niết bàn; bồ thí hương thơm để tạo ra sự tỏa ngát của giới; bồ thí vòng hoa và phấn để tạo ra vẻ đẹp của Phật tính; bồ thí chỗ ngồi để tạo ra sàng tọa của đài giác ngộ; bồ thí giường nệm để tạo ra nơi nghỉ cho đấng Như Lai; bồ thí trú xá để có thể trở thành nơi nương tựa cho chúng sinh; bồ trí đèn đuốc để có thể có được ngũ nhãn<sup>1</sup>. Ngài bồ thí hình sắc để có được hào quang (xung quanh Đức Phật); bồ thí âm thanh để tạo ra giọng nói như Phạm Thiên (của Đức Phật);*

---

thọ uẩn (vedanākkhandha), tưởng uẩn (saññākkhandha), hành uẩn (saṅkhārakkhandha), thức uẩn (viññāṇakkhandha). Hành uẩn bao gồm tất cả các tâm sở ngoài thọ (vedanā) và tưởng (saññā). Nó bao gồm tất cả các tâm sở bất thiện và các tâm sở tịnh hảo. Bồ thí (vô tham) cùng các tâm sở tịnh hảo khác như chánh niệm (sati) và trí tuệ (paññā) tích lũy cùng nhau và trợ duyên cho nhau để cuối cùng có thể đạt tới giác ngộ.

1. Ngũ nhãn (năm mắt) bao gồm: thiên nhãn thấy sự sinh tử của chúng sinh; tuệ nhãn thấy đặc tính và duyên hệ của mọi pháp, Phật nhãn thấy căn cơ chúng sinh, và chánh biến tri nhãn.

bồ thí vị ngọt để khả ái với thế gian; bồ thí vật xúc để có được Phật tướng trang nhã. Ngài bồ thí thuốc men để sau này có thể trao tặng hương vị bất tử và vô thủy của Niết bàn. Ngài bồ thí tự do cho nô lệ để có thể giải thoát chúng sinh khỏi sự nô dịch của phiền não. Ngài bồ thí lạc thú cao thượng để tạo nên sự hân hoan trong Chánh Pháp. Ngài bồ thí con đẻ để có thể nhận mọi chúng sinh là con bằng sự chào đời của các bậc thánh. Ngài bồ thí vợ để có thể trở thành bậc Chuyển luân vương. Ngài bồ thí vàng, ngọc, san hô, châu báu, v.v... để có thể có được 32 Phật tướng, và bồ thí mỹ phẩm để đạt được các nét phụ hoàn mỹ. Ngài bồ thí các kho bạc để có được kho báu của Chánh Pháp; bồ thí vương quốc để có thể trở thành Pháp Vương; bồ thí tu viện, công viên, hồ, uyển để có thể đắc thiền, v.v...; bồ thí chân để có thể bước tới đài giác ngộ với bàn chân in dấu các bánh xe hào tướng; bồ thí tay để có thể dang cánh tay Pháp giúp chúng sinh vượt qua tứ lũy<sup>1</sup>; bồ thí tai, mũi, v.v... để có thể đạt được các căn tín, v.v.... bồ thí mắt để có thể có được nhãn giới; bồ thí thịt và máu với ý nghĩ: ‘Nguyện thân ta làm phương tiện sự sống cho toàn thế gian! Nguyện thân ấy mang tới an sinh và hạnh phúc cho mọi chúng sinh mọi thời đại, dù họ chỉ thấy, nghe, tưởng nhớ hay phục vụ ta!’ Và Ngài bồ thí đầu để có thể trở thành bậc Giáo chủ của thế gian”.

Tất cả các hạnh bồ thí của Ngài đã góp phần đưa tới sự giác ngộ Tứ Thánh Đế khi Ngài trở thành Đức

---

1. Lũ (bộc - o gha) bao gồm ngũ dục bộc, hữu bộc, kiến bộc và vô minh bộc.

Phật Chánh Đẳng Giác. Chúng ta đọc tiếp về các bồ thí của Đức Bồ tát:

*“Bồ thí âm thanh (sadda dāna) cần được hiểu theo nghĩa âm thanh của trống, v.v... Chắc chắn không thể bồ thí âm thanh khi dâng hoa sen, tách hoa khỏi rễ và củ và nâng nó trên tay. Ta phải bồ thí âm thanh qua vật thể tạo âm thanh. Do vậy, Ngài bồ thí âm thanh bằng việc dâng cúng một nhạc cụ, chẳng hạn như trống, cồng cho Tam Bảo”.*

Ta có thể cúng dường trống cho chùa như là sự bồ thí âm thanh, vì nó được sử dụng để báo giờ hoặc canh (của ngày và đêm) và những thứ khác. Ta có thể chơi nhạc để cúng dường Tam Bảo bằng cách sử dụng các nhạc cụ như trống, cồng... Ta có thể thu xếp để tự mình hoặc một người khác chơi một nhạc cụ, chẳng hạn trống, với tác ý cúng dường âm thanh.

Chú giải giảng thêm về các phương thức bồ thí âm thanh như sau:

*“...bằng sự bồ thí chất trợ thanh, chẳng hạn như dầu và mật cho người thuyết Pháp; bằng việc báo tin thuyết Pháp; bằng việc tụng kinh điển, bằng việc thuyết Pháp, bằng việc chủ trì đàm đạo, hoặc bằng lời tùy hỷ phước thiện của những người khác”.*

Ta có thể mời mọi người ngồi đàm đạo hoặc nhờ người khác mời đạo hữu tham gia. Hoặc khi nói lên

những lời tùy hỷ công đức, ta cũng đang bố thí âm thanh. Khi những lời ấy phát ra thành tiếng hoặc khi ta mời mọi người cùng tùy hỷ, ta đang bố thí âm thanh. Đó là duyên để những người khác cùng bố thí âm thanh bằng việc nói lên những lời tùy hỷ.

Chúng ta đọc trong Chú giải:

*“Bố thí thế ấy, bậc Vĩ nhân bố thí không miễn cưỡng, không làm khó người khác, không vì sợ hãi, xấu hổ, hay vì lời mắng mỏ của người cần được bố thí. Khi có những thứ cao thượng, Ngài không bố thí thứ hạ liệt. Ngài không khen mình chê người. Ngài không bố thí vì mong đợi kết quả, hay vì ghét bỏ người hỏi xin, hay một cách thiếu cân nhắc. Ngược lại, Ngài bố thí một cách cẩn mực, bằng chính tay mình, đúng thời, với sự quan tâm, không phân biệt, tràn đầy hỷ lạc ở cả ba thời (trước, trong và sau bố thí). Một khi đã bố thí, Ngài không hối tiếc. Ngài không kiêu mạn hay quy lụy với người nhận, Ngài hành xử thân thiện với họ. Rộng rãi và phóng khoáng, Ngài bố thí mọi thứ kèm theo phần thưởng (saparivā). Bởi khi bố thí thực phẩm, suy nghĩ: ‘Ta sẽ bố thí cái này và thêm phần thưởng nữa’, Ngài cho thêm y áo v.v...kèm vào. Và khi bố thí y áo, suy nghĩ: ‘Ta sẽ bố thí cái này và thêm phần thưởng nữa’, Ngài cho thêm thực phẩm v.v... kèm vào...”*

Sự quảng đại của Ngài không có giới hạn, và Ngài còn cho thêm phần thưởng phụ vào phần quà bố thí.



Trong đời sống hàng ngày, tất cả chúng ta cần thăm xét và kiểm tra các thực tại sinh khởi nơi mình như chúng thực là. Mặc dầu chúng ta đã nghe những mô tả kinh điển về sự bồ thí của Đức Bồ tát, cách thức bồ thí của mỗi chúng ta phụ thuộc vào nhiều duyên, và chúng ta không thể sánh ngang với Đức Bồ tát về hạnh bồ thí.

Trong phần sau của Chú giải, ta đọc rằng Đức Bồ tát suy tư khi Ngài có một đồ vật có thể bồ thí, nhưng tâm Ngài chưa sẵn sàng bồ thí:

*“Khi Đức Bồ tát có những thứ có thể được bồ thí và có mặt người nhận bồ thí, nhưng tâm Ngài không hoan hỷ với ý nghĩ bồ thí và Ngài không muốn cho đi, Ngài phải kết luận như sau: ‘Chắc chắn ta đã không quen bồ thí trong quá khứ, vì thế nhiệt tâm bồ thí bây giờ không phát khởi trong ta. Để tâm ta hoan hỷ với bồ thí trong tương lai, nay ta sẽ bồ thí. Với nhãn quan cho tương lai, giờ hãy để ta từ bỏ cái ta có cho những người cần đến thứ ấy’”.*

Như vậy, ta thấy rằng ta không thể thúc ép sự bồ thí. Một người đã tích lũy xu hướng bồ thí thường xuyên, liên tục sẽ dễ dàng bồ thí ngay, không lưỡng lự, không cần phải suy đi tính lại. Vì vậy, khi tâm một người không hoan hỷ với ý nghĩ bồ thí ngay lập tức, hoặc do dự, có thể biết rằng anh ta đã không tích lũy bồ thí nhiều trong quá khứ.

Ta đọc tiếp:

*“Ngài bố thí như thế, quảng đại, dang tay, hoan hỷ trong xả ly; bố thí khi được hỏi xin, hoan hỷ trong bố thí và sẽ chia. Bằng cách ấy, Ví nhân hủy hoại, đập tan và tận diệt công cùm đầu tiên kìm giữ bố thí”.*

Ở đây, ta thấy rằng chúng ta cần kiểm tra tâm mình khi chúng ta không sẵn sàng bố thí.

Chúng ta đọc:

*“Lại nữa, khi đồ bố thí hạ liệt hay khiếm khuyết, Ví Nhân suy xét: ‘Bởi lẽ ta đã không sẵn sàng bố thí trong quá khứ nên hiện giờ vật dụng của ta có khiếm khuyết. Vì vậy, dầu ngại ngùng, hãy để ta bố thí bất cứ thứ gì ta có, mặc cho thứ đồ ấy có hạ liệt và hèn kém. Bằng cách ấy, trong tương lai, ta sẽ đạt được tột đỉnh của bố thí ba la mật’. Ngài bố thí như vậy, bất cứ thứ gì Ngài có, quảng đại, dang tay, hân hoan trong xả ly, bố thí khi được hỏi xin, hoan hỷ trong bố thí và sẽ chia. Bằng cách ấy Ví nhân hủy hoại, đập tan và tận diệt công cùm thứ hai kìm giữ bố thí”.*

Khi một người không bố thí, người ấy có thể suy tư về điều ấy, người ấy có thể nhận ra rằng, mình chưa tích lũy đủ lòng quảng đại và rằng, mình sẽ nỗ lực tích lũy nó. Hoặc giả, người ấy nhận ra rằng những thứ mình có thể bố thí đều khiếm khuyết hoặc ít ỏi bởi lẽ mình đã không bố thí trong quá khứ, và rằng từ giờ trở đi, dù có

ít ỏi, mình nên bồ thí.

Chúng ta đọc tiếp:

*“Khi có sự do dự bồ thí sinh khởi bởi về tuyệt hảo hay tuyệt mỹ của món đồ có thể cho đi, Vĩ nhân huấn thị mình: ‘Hiền giả, chẳng phải người đã có phát nguyện đạt tới sự giác ngộ tối thượng, tới trạng thái cao quý nhất của mọi trạng thái? Vậy, hãy vì sự giác ngộ, thật phù hợp là người hãy bồ thí những món đồ tuyệt hảo và tuyệt mỹ’. Như thế, Ngài bồ thí những thứ tuyệt hảo và tuyệt mỹ, quảng đại, dang tay, hân hoan trong xả ly, bồ thí khi được hỏi xin, hân hoan trong bồ thí và sẻ chia. Bằng cách ấy, vĩ nhân hủy hoại, đập tan và tận diệt công cùm thứ ba kim giữ bồ thí”.*

Khi một người hối tiếc vì đã cho đi thứ gì đó, người ấy cần suy xét xem mình mong muốn thực sự điều gì: giữ món đồ đó hay giác ngộ Tứ Thánh Đế? Suy niệm theo cách này có thể là duyên cho sự sinh khởi của lòng quảng đại, và tại khoảnh khắc ấy, một công cùm của bồ thí được phá tan.

Chúng ta đọc:

*“Khi Vĩ nhân bồ thí, Ngài nhận thấy sự mất đi của món đồ bồ thí, Ngài liền suy tư: ‘Đây là bản chất của tài sản, chúng chịu sự mất mát, biến hoại. Hơn nữa, do bởi ta không bồ thí như vậy trong quá khứ nên giờ đây tài sản của ta bị khánh kiệt. Vậy hãy để ta bồ thí thứ mình có, dù là ít ỏi hay dồi dào. Bằng cách ấy, trong vị*

*lai, ta sẽ đạt tới tột đỉnh của bố thí ba la mật.' Như thế, Ngài bố thí bất cứ thứ gì mình có, quảng đại, dang tay, hân hoan trong xả ly, luôn bố thí khi được hỏi xin, hân hoan trong bố thí và sẽ chia. Bằng cách ấy, vĩ nhân hủy hoại, đập tan và tận diệt gông cùm thứ tứ kim giữ bố thí".*

Một số người cho rằng khi họ bố thí, tài sản của họ sẽ suy kiệt, nhưng trên thực tế, suy kiệt đã nằm trong của bản chất của tài sản. Bất kể ta có bố thí hay không bố thí, đến đúng thời tài sản của chúng ta phải suy kiệt, nó sẽ biến mất. Một số người sở hữu nhiều tài sản e rằng nếu họ không chia sẻ tài sản của mình nó sẽ suy kiệt, và vì vậy, họ tin rằng mình nên bố thí. Khi các thảm họa xảy ra do hỏa hoạn, lụt lội hay trộm cướp, hoặc khi tài sản bị vua chúa tịch thu, ta có thể hối tiếc rằng mình đã không bố thí trước đó. Ta có thể thấy rằng tài sản không bị biến mất bởi bố thí, mà do tùy thuộc vào nghiệp mà liệu ta còn tài sản hay phá sản.

Phát triển các ba la mật là vô cùng khó khăn, điều rằng ta đã nghe Pháp và học nhiều về các ba la mật. Tùy thuộc khả năng mà mỗi cá nhân có thể phát triển thiện pháp tới mức độ nào. Các ba la mật cần được phát triển rất từ từ và song song với trí tuệ, lặp đi lặp lại. Chúng ta biết rằng cần phải nhận ra rằng mình có nhiều phiền não, và rằng rất khó phát triển loại trí tuệ có thể tận diệt

được các phiền não ấy. Vì vậy, trong mỗi kiếp sống, các phiền não cần được dần loại bỏ để Tứ Thánh Đế có thể được chứng ngộ khi ta trở thành bậc Dự lưu. Khi ấy, ta đạt tới tầng giác ngộ đầu tiên, và sẽ không còn tái sinh nhiều hơn bảy lần.

Chúng ta cần biết loại trí tuệ nào đi kèm với bồ thí ba la mật. Cuốn *Bộ Phân Tích* (Vibhanga - bộ thứ hai của Tạng *Vi Diệu Pháp*), chương 16, *Luận về trí*, 325) giải thích về các loại trí tuệ khác nhau, chẳng hạn như là trí nhờ tư duy, trí nhờ nghe, trí nhờ bồ thí, trí nhờ trì giới.

Cuốn *Xua tan si ám* (Chú giải của Bộ Phân Tích, Chương 16, 412) lý giải rằng trí tuệ gắn với tác ý bồ thí (danā cetanā) là “*trí dựa trên bồ thí*” hay “*trí nhờ bồ thí*” (dānamayā pannā).

Khi đọc điều này ta cần xem xét kỹ về trí tuệ sinh kèm với tác ý bồ thí (dānacetanā). Trí tuệ không thể sinh khởi với tâm bất thiện, nó không thể sinh khởi khi một người mong đợi kết quả.

Chúng ta đọc trong *Xua tan si ám*:

“...*trí gắn với tác ý bồ thí theo cách này được gọi là ‘trí dựa trên bồ thí’ (dānamayā pannā). Nhưng nó thể hiện ở ba thời, trước, trong và sau khi bồ thí, tương ứng với người suy nghĩ: ‘ta sẽ bồ thí’, khi người ấy đang bồ thí, và khi người ấy hồi quán sau khi đã bồ thí.*”

Cuốn *Xua tan si ám* nói chi tiết về tuệ sinh kèm với các tâm thiện tác ý bố thí. Tâm thiện có thể hợp trí hoặc không hợp với trí. Tâm thiện dục giới sinh kèm với tâm sở trí tuệ (mahā-kusala citta nānasampayutta<sup>1</sup>) có thể là tâm thiện ở mức độ bố thí, trì giới, hoặc phát triển tâm trí (bhāvanā), bao gồm cả samatha và satipaṭṭhanā (hay sự phát triển của minh sát tuệ (vipassanā)). Khi vun bồi bố thí ba la mật, mục tiêu cần phải là hiểu biết đúng về các pháp như chúng thực là, chứ không vì mong đợi kết quả cho bản thân. Đây là điều kiện cho trí tuệ dựa trên bố thí (dānamayā paññā).

Chúng ta đọc trong *Hạnh Tạng*, Phần II, Xuất gia Ba la mật, số 1, *Giới của Yudhañjaya*, về Đức Bồ tát Thái tử Yudhañjaya. Ngài nhìn thấy một giọt sương tan do hơi ẩm mặt trời, và điều ấy nhắc nhở Ngài về vô thường, khiến Ngài khởi tâm xuất gia. Chú giải cho phần này nói:

*“Trí tuệ của giai đoạn khởi đầu suy niệm về tính chất vô thường của các pháp biết pháp nào lợi lạc cho bố thí v.v. và pháp nào không. Đó là trí tuệ ba la mật”.*

Bố thí là sự cho đi vì lợi ích và an sinh của những

---

1. Mahā-kusala citta, tâm đại thiện dục giới có thể hợp với trí (nāṇa sampayutta), hoặc ly trí (nāṇa vippayutta), nāṇa có nghĩa là trí, trí tuệ.

người khác. Khi bố thí, chúng ta không vị kỷ. Trí tuệ ở giai đoạn khởi đầu suy niệm tính chất vô thường của các pháp. Chúng ta có bao giờ suy niệm ở khoảnh khắc bố thí rằng không có gì trường tồn không? Kể cả tài sản mà ta có hôm nay và chưa từ bỏ cũng có thể biến mất trước khi chúng ta có thể bố thí chúng, bởi vì chúng là vô thường. Bản thân chúng ta, người chưa hành bố thí, cũng vô thường, chúng ta có thể chết trước khi có cơ hội tỏ lòng quảng đại. Khi ta suy niệm về sự vô thường của cả người cho và người nhận, tâm thiện có thể thúc đẩy ta giúp đỡ người khác. Khi chúng ta trao tặng những thứ hữu ích cho người khác với hiểu biết về tính vô thường của vạn pháp, trí tuệ ba la mật có thể phát triển. Chỉ chúng ta mới có thể tự biết liệu có suy xét ấy ở những khoảnh khắc đó hay không. Khi chúng ta gặp người nghèo, chúng ta có thể suy niệm về tính chất bất toại nguyện và vô thường của cuộc sống trước, trong, và sau khi bố thí, như vậy, có tác ý thiện (kusala cetanā) với bố thí ở cả ba thời điểm.

Một số người cảm thấy hoan hỷ với một số loại bố thí chứ không với tất cả các bố thí, và khi hồi tưởng lại việc bố thí của mình, họ cảm thấy hân hoan và dính mắc với sự bố thí ấy. Điều này chỉ ra rằng, có thể có tác ý thiện trước và trong khi bố thí, nhưng sau đó, có thể lại không có tâm thiện.

Ta cần phải kiểm tra xem khi mình nhớ lại việc bố thí đã làm thì tâm là thiện hay bất thiện. Ta có thể vui sướng khi thấy rằng mình đã làm việc có ích, rằng mình đã trợ giúp được cho ai đó để họ bớt khổ đau. Những người khác có thể đã không giúp đỡ vì không biết đến nhu cầu của họ. Khi ta giúp đỡ người khác và nhớ về thiện pháp đã tạo, ta có thể cảm thấy hoan hỷ, nhưng đó là vô ngã, anattā; việc hoan hỷ sinh khởi hay không là nằm ngoài kiểm soát. Thọ hỷ có thể sinh bởi ta đã có cơ hội giúp đỡ người khó khăn và cần ta trợ giúp. Tuy nhiên, nếu ta muốn hồi niệm thiện pháp của mình để mình được lợi lạc, đó không phải là bố thí ba la mật. Sự khác biệt giữa pháp bố thí là ba la mật và pháp bố thí không phải là ba la mật rất mong manh và tinh tế.



## **Chương 2**

### **Trì giới Ba la mật**

*Chú giải Hạnh Tạng* định nghĩa trì giới ba la mật như sau:

*“Trì giới (sīla) có đặc tính trấn tĩnh (sīlana); phối hợp (samādhāna) và đặt nền tảng (paṭiṭṭhana) cũng được dùng để mô tả đặc tính của giới; chức năng/phận sự của giới là đẩy lui sự vô lương, hay chức năng của giới là hành xử đúng đắn; biểu hiện/thành tựu của giới là trong sạch về đạo đức; cận nhân của giới là tâm và quý”.*

Phạm giới, chẳng hạn như sát sinh, trộm cắp, tà dâm bị thúc đẩy bởi tâm bất thiện: tham (lobha), sân (dosa), và si (moha). Khi một người làm việc xấu, người ấy không có từ tâm với người khác. Tất cả các tâm bất thiện đều duyên bởi sự dính mắc vào đối tượng thị giác, âm thanh, mùi, vị, đối tượng xúc chạm, và vào tà kiến cho rằng có một tự ngã, chúng sinh hay con người.

Bậc Thánh Dự lưu đã giác ngộ Tứ Thánh Đế và đạt

được tăng giác ngộ đầu tiên đã tận diệt các phiền não tương ứng với mức độ giác ngộ ấy. Ngài giữ ngũ giới hoàn toàn trong sạch, Ngài không thể phạm những giới ấy nữa. Nếu ta không phải là một bậc Dự lưu, ta có thể giữ được những giới nào? Kể cả trước khi trở thành bậc Dự lưu, ta không nên phạm giới. Những phiền não thô tháo có thể được kiềm chế và bào mòn cho đến khi trí tuệ được phát triển tới mức độ viên mãn và có thể chứng ngộ Tứ Thánh Đế.

Trì giới ba la mật là một phẩm chất tuyệt hảo, là một trợ duyên cho việc đạt tới bờ bên kia, tức là sự tận diệt phiền não. Chúng ta đọc về giới của ả sĩ Akitti trong Chú giải của *Hạnh Tạng* như sau:<sup>1</sup>

*“Khi Đức Phật còn là ả sĩ Akitti, Ngài sống trong rừng Kāra với sức mạnh và tinh tấn nhằm thực hành khổ hạnh (tapa), tức là trì giới ba la mật. Giới được gọi là khổ hạnh, bởi vì nó đốt cháy ô nhiễm của bất thiện. Cả xuất gia ba la mật và tinh tấn ba la mật được gọi là khổ hạnh (tapa), vì chúng đốt cháy ô nhiễm của tham ái và lười nhác nhờ sức mạnh của mình”.*

Mười ba la mật trợ duyên cho nhau, và khi Đức Phật còn là ả sĩ Akitti cũng vậy: Ngài tích lũy trì giới ba la mật song song với các ba la mật khác, chẳng hạn

---

1. Tham khảo Akitti Jātaka, số 480.

như xuất gia và tinh tấn. Ta đọc:

*“Thời là ẩn sĩ Akitti, Ngài đã dựng một thảo am bên cạnh cây cổ thụ Kāra. Khi cây chín quả, Ngài thọ thực bằng quả, và khi cây không có quả, Ngài sống bằng lá mục. Do vậy Ngài có thời gian và cơ hội để tu tập thiền chứng”.*

Ẩn sĩ Akitti gom lượng lá đủ dùng cho một bữa mỗi ngày, vì Ngài thấy rằng, kiếm thực phẩm cho hai bữa sẽ không dẫn tới sự tận diệt phiền não.

Đó là kham nhẫn ba la mật, bởi cuộc sống của Ngài không bị gắn với nhu cầu thọ thực. Ta đọc:

*“Hành vi của Ngài khiến Sakka, vua trời Đế Thích, thất mắc vì sao ẩn sĩ Akitti lại có được nghiệp thân, khẩu, ý thanh tịnh tới vậy, một cuộc sống xa lìa dính mắc và chỉ dùng duy nhất lá cây Kāra làm nguồn thực phẩm, đó là những loại khổ hạnh khó thực hành nhất”.*

Chúng ta cần biết mục tiêu của những gì mình thực hành, ví dụ như trì giới. Những người muốn từ bỏ dính mắc vào đối tượng thị giác, âm thanh, mùi, vị và đối tượng xúc chạm cần biết tại sao họ làm điều đó. Chúng ta đọc:

*“Khi Sakka thấy vậy, ông ta thất mắc tại sao ẩn sĩ Akitti theo những hạnh ấy. Ông ta nghĩ rằng ẩn sĩ Akitti thực hành như vậy là vì muốn trở thành vua trời Đế Thích (Sakka).*

*Sakka bèn hóa thành một vị bà la môn tới gặp ần sĩ Akitti, nghĩ bụng, ‘nếu ần sĩ Akitti muốn thành vua trời Đế Thích, vị ấy sẽ cho ta những chiếc lá Kāra mục của vị ấy, nhưng nếu đó không phải là mong muốn của vị ấy, vị ấy sẽ không cho.’”*

Sakka nghĩ rằng nếu ần sĩ Akitti muốn trở thành Đế Thích, Ngài sẽ thực hành bố thí ba la mật và cho đi thực phẩm của mình. Chúng ta đọc:

*“Khi ần sĩ Akitti thấy người bà la môn cần thực phẩm, Ngài đã lấy toàn bộ chỗ lá Kāra mục và tặng chúng cho người bà la môn. Ngày thứ hai và ngày thứ ba Ngài cũng làm như vậy”.*

Ở đây, ta thấy rằng thiện pháp mà Ngài tạo tại những thời điểm như vậy thực chất là các ba la mật bố thí, trì giới, xuất gia, kham nhẫn, tinh tấn, quyết định, và chân thật, tức là sự chân thật trong việc tạo thiện pháp. Ngài vun bồi các ba la mật để có thể đạt được quả vị Phật. Tất cả các ba la mật đều liên quan đến nhau và hỗ trợ lẫn nhau.

ần sĩ Akitti kiên cố trong quảng đại, Ngài không do dự vì keo kiệt. Ngài không thèm khát gì từ cuộc sống, kể cả những thứ nhỏ. Đó là chân thật ba la mật. Ta đọc:

*“ần sĩ Akitti không suy xuyễn trong hạnh bố thí khi*

cho đi những chiếc lá Kāra mục của mình trong ba ngày liên tiếp. Ngài thực hành tâm từ ba la mật khi sẵn lòng trợ giúp mọi chúng sinh. Ngài thực hành tâm xả ba la mật qua sự bình thản, quân bình của tâm, không bị tác động bởi những sự kiện khó khăn hay hành vi trái khoáy của mọi người”.

Sakka xin ăn trong ba ngày liên tiếp, nhưng ân sĩ Akitti vẫn không suy xuyển trong quyết tâm bố thí của mình, và Ngài đã bố thí, bất kể người hỏi xin là ai. Chúng ta đọc:

“Về trí tuệ ba la mật, Ngài biết những pháp nào thuận duyên cho sự vun bồi ba la mật, và những pháp nào thì không. Ngài từ bỏ các pháp không thuận duyên và hướng sự thực hành của mình tới các pháp thuận duyên. Khi Đế Thích biết được tấm lòng bố thí của ân sĩ Akitti, ông ta đã tặng Ngài một điều ước, nhân đó Vĩ Nhân ân sĩ Akitti đã thuyết Pháp về thọ trì phước”.

Ta đọc tiếp trong *Chú giải*:

“Sakka thấy ân sĩ Akitti an trú trong tri túc. Ông ta hỏi: ‘Hỡi bà la môn cao quý, ông mong đợi gì, độc cư ở đây trong nắng nóng?’”

Sakka đã chất vấn Akitti bởi ông ta muốn biết về sự chân thành của ân sĩ trong việc thực hành giới tối thượng, chính vì thế, Sakka đã gọi Ngài là Bà la môn cao quý. Chúng ta đọc:

*“Akitti đáp, ‘thưa Sakka, vua trời Đế Thích, sinh là khổ, sự tan hoại của thân là khổ, và chết trong si ám là khổ. Do vậy ta độc cư ở đây.’*

*Sakka đáp lại: ‘Nói hay lắm, này Kassapa’, ông thật khéo thuyết. Ta sẽ cho ông một điều ước, hãy chọn bất kỳ thứ gì ông muốn.”*

Chúng ta có thể phân vân điều này có nghĩa gì. Ở đây, ắt sĩ Akitti đã biểu lộ quyết tâm kiên định khi đưa ra điều ước của mình. Điều ước của Ngài là mười ba la mật. Chúng ta đọc:

*“Ắn sĩ Akitti nói: ‘Hỡi Sakka, vua trời Đế Thích, Ngài đã cho tôi một điều ước. Những người có vợ, con, tài sản và mọi lạc thú dính mắc vào các cảnh ấy, dù sự dính mắc ấy không phương hại tới họ. Dầu vậy, tôi muốn giải thoát khỏi những dính mắc ấy, bất kể mức độ nào. Đó là điều ước mà tôi muốn có.”*

Điều này chỉ ra rằng, Ngài có hiểu biết rất chi tiết cụ thể về tâm mình: Ngài không muốn có dính mắc kể cả khi nó không phương hại gì. Một người không có quyết tâm kiên cố trong sự vun bồi ba la mật có thể cho rằng dính mắc khiến cho cuộc sống tiện nghi và dễ chịu hơn, và rằng, chừng nào dính mắc không phương hại gì thì không có nguy hiểm nào trong đó. Tuy nhiên, ắt sĩ Akitti muốn giải thoát khỏi mọi tham ái. Đó là sự kiên

---

1. Đó là tên của dòng họ ắt sĩ, dòng họ Kassapa.

định với thiện pháp ở mức độ ba la mật. Chúng ta đọc:

*“Sau đó Sakka nói, ‘Ông nói hay lắm, hiền giả Kassapa. Ông còn ước điều gì nữa?’”*

Chúng ta có ước rằng duyên cho thiện pháp sẽ được kiên cố, như trong trường hợp của ản sĩ Akitti hay không? Điều Ngài mong ước ấy vẫn chưa đủ. Điều ước sau đây của ản sĩ Akitti tiếp tục minh họa ý nghĩa của thiện pháp ở mức độ ba la mật. Chúng ta đọc rằng Akitti đáp:

*“Sakka, vua trời Đế Thích đã cho ta một điều ước. Đất đai, của cải và vàng bạc, bò, ngựa, nô lệ và gia quyến đều tan hoại và ra đi. Mong ta không có bất toại nguyện ấy”.*

Sự mất mát tài sản là quả bất thiện, quả của nghiệp bất thiện ta đã tạo từ trước. Sự mất mát ấy sẽ không xảy ra nếu ta không tạo nghiệp bất thiện. Ta đọc rằng Akitti ước:

*“Mong không còn nghiệp bất thiện nào để có thể gây ra mất mát ấy.”*

*Sakka hỏi, ‘Này Kassapa, ông còn ước gì nữa?’*

*Ản sĩ Akitti đáp, ‘Hãy cho tôi điều ước này: mong tôi không phải thấy hoặc nghe hay gần gũi kẻ ngu, mong tôi không ưa nói chuyện với kẻ ngu.’*

*Sakka hỏi, ‘Vi lẽ gì này Kassapa, ông không ưa kẻ ngu và không muốn thấy kẻ ngu?’”*

Nếu ta mong phát triển xuất gia ba la mật, chúng ta cần suy xét đoạn này. Nếu ta thân cận với kẻ ngu ta không thể vun bồi xa lìa ngũ dục. Các ba la mật liên quan đến nhau và ngay từ lúc ban đầu chúng ta cần xem xét chúng một cách toàn diện. Chúng ta đọc:

*“Ấn sĩ Akitti nói, ‘Kẻ ngu khuyên ta làm điều sai quấy, họ dễ dính dáng tới những hoạt động sai quấy<sup>1</sup>; rất khó khuyên họ làm việc thiện. Khi ai đó nói với họ theo cách thiện lành trong mong mỗi họ sẽ trở nên đàng hoàng, họ đáp lại với sân hận. Kẻ ngu không biết giới luật chân chánh (vinaya). Không gặp gỡ kẻ ngu thật lợi lạc’.*

*Sakka hỏi tiếp: ‘Này Kassapa, ông còn ước gì nữa?’*

*Ấn sĩ Akitti nói ‘Hỡi Sakka, vua trời Đế Thích, nếu Ngài muốn cho tôi một điều ước, tôi xin ước điều sau đây: mọi người được thấy bậc trí, lắng nghe bậc trí, tìm cách thân cận bậc trí và trân quý hội đàm với bậc trí.’”*

Sakka chất vấn Akitti để Ngài cắt nghĩa rõ ràng hơn cho những người mong hiểu chi tiết và nghiên cứu Giáo Pháp.

---

1. Chú giải giảng rằng họ không khiến người khác có tín tâm (nơi thiện pháp), phát triển giới và tuệ, mà dẫn họ tới những điều sai trái.



Chúng ta đọc:

*“Sakka hỏi Akitti, ‘Này Kassapa, hãy cho biết có sao ông muốn thân cận bậc trí, gặp gỡ bậc trí?’*

*Ăn sĩ Akitti đáp, ‘Bậc trí khuyên ta làm điều phải, họ không dính dáng với những hoạt động sai quấy. Rất dễ sách tấn bậc trí. Họ không đáp trả những lời nói chí lý bằng sân hận. Họ biết hành xử đúng đắn. Thân cận bậc trí thật tốt lành.’*

*Sakka hỏi tiếp, ‘Ông ước điều gì nữa?’*

*Ăn sĩ Akitti đáp, ‘Khi đêm đã qua và mặt trời, kẻ thống lĩnh thế gian, nhô lên, mong cho lương thực thiên giới và những bậc tu sỹ hành khát thánh thiện xuất hiện, mong cho thực phẩm mà ta bố thí sẽ không bị cạn kiệt. Mong ta không hối tiếc việc thiện và bố thí với tâm thanh tịnh. Đây là điều ước của tôi.’*

*Sakka lại hỏi, ‘Ông ước điều gì nữa?’*

*Ăn sĩ Akitti đáp, “Hỡi Sakka, vua trời Đế Thích, nếu Ngài muốn cho tôi một điều ước, [thì đó là] mong Ngài đừng tới thăm tôi nữa.”*

Đây là điều ước cuối cùng mà ăn sĩ Akitti đã xin. Điều ấy chỉ ra rằng Ngài đã không lơ là với những bất thiện đã tích lũy. Sakka vô cùng ngạc nhiên bởi hết thảy mọi người đều mong muốn được gặp các thiên tử và tiên nữ. Một số người phát triển thiện pháp tới mức độ an tịnh để có thể thấy được chư thiên. Còn ăn

sĩ Akitti thì lại mong rằng Sakka sẽ không thăm mình nữa. Chúng ta đọc:

*“Sakka nói, ‘Nhiều người giữ giới hằng mong được diện kiến các thiên tử và tiên nữ. Vậy có nguy hiểm nào trong việc thấy ta?’*

*Ăn sĩ Akitti đáp, ‘Tôi có thể sẽ phá phát nguyện khổ hạnh của mình khi thấy các chư thiên xuất hiện, họ là những chúng sinh đầy hào quang và khả ái với các căn. Đó là nguy hiểm trong việc thấy Ngài.’*

*Nghe vậy, Sakka bèn nói, ‘Được lắm, bậc đáng kính, từ giờ trở đi ta sẽ không tới thăm ông nữa’, và ra đi.*

*Đức Bồ tát cư ngụ ở cùng chốn đó suốt cả kiếp sống ấy. Sau khi mệnh chung, Ngài đã tái sinh vào cõi Phạm thiên. Đại đức Anuruddha chính là Sakka, còn ăn sĩ Akitti là tiền thân Đức Phật”.*

Ăn sĩ Akitti cần mực, Ngài không muốn thấy những gì có thể là mối đe dọa cho mình. Chúng ta học một bài học từ câu chuyện này, chúng ta cần suy xét các ba la mật trong tương quan với cuộc sống của chúng ta. Chúng ta còn phải đi một chặng đường dài để có thể đạt được sự chứng ngộ Tứ Thánh Đế và tận diệt phiền não. Nếu không hiểu các ba la mật thực sự là gì, chúng ta sẽ không có quyết tâm mạnh mẽ để tìm hiểu Giáo Pháp để có được hiểu biết đúng, áp dụng Giáo Pháp và thực hành nó một cách chân thành, cái là chân thật ba la mật.

Chúng ta cần nghiên cứu và thực hành mà không bị tác động bởi các ngọn gió đời của đờc, mất, vinh, nhục, khen, chê, khổ, lạc. Nếu không bị lay động bởi các ngọn gió đời, ta bắt đầu vun bồi các ba la mật để chúng có thể đờc thiết lập vững vàng. Nếu ta suy xét các ba la mật đờc Đức Phật vun bồi từ kiếp này sang kiếp khác như đã thuật lại trong cuốn Hạnh Tạng, chúng ta có thể thấy rằng sự vun bồi các ba la mật của chúng ta chẳng có nghĩa lý gì so với sự vun bồi của Ngài, rằng có một sự khác biệt lớn lao. Vì vậy, chúng ta cần tiếp tục vun bồi mọi ba la mật. Chúng ta không nên mong đợi có tuệ giác về đặc tính của danh và sắc đang sinh diệt nhanh chóng hiện giờ. Chân lý không thể đờc tỏ ngộ ngay lập tức, mà hiểu biết cần đờc phát triển một cách rất dần dần trong một khoảng thời gian dài.

Chúng ta đờc ở phần cuối của *Chú giải Hạnh Tạng*:

*“Có thể tồn tại đờc tin nơi Ngài (Đức Bồ tát), có niềm tin rằng giải thoát khỏi khổ là khả thi, nhưng có thể rằng ta chỉ đờn thuần biểu lộ tín tâm ấy bằng lời chứ không bằng hành đờng tùy Pháp<sup>1</sup> giống như Đức Phật”.*

Như vậy, chỉ có niềm tin vào các ba la mật mà Đức

---

1. Dhammanuddhamma paṭipatti: thực hành tương ứng với Pháp (anudhamma) hay thực hành tùy Pháp. Là sự thực hành Giáo Pháp đờc tới Pháp siêu thế, tới giác ngộ.

Phật đã vun bồi trong các tiền kiếp của Ngài thì không đủ, mà ta cũng cần áp dụng các ba la mật ấy trong cuộc sống hàng ngày của mình. Chúng ta có thể thể hiện tín tâm của mình bằng lời, nhưng dầu chúng ta có nói với tâm thiện mà không hành động tương ứng bằng sự thực hành chân chánh, chúng ta sẽ không thể đạt được tới đích. Chúng ta quan tâm đến việc nghe Pháp và học về sự thực hành tùy Pháp. Chúng ta cần tinh tấn ba la mật để có thể lắng nghe. Nếu không có chánh tinh tấn, chúng ta không tìm nghe Pháp, mà tìm nghe những chủ đề cho ta giải trí và lạc thú. Khi nghe Pháp, chúng ta cũng cần ba la mật kham nhẫn, bởi đôi lúc, chúng ta phải nghe những nội dung mà mình không quan tâm lắm. Nếu không có kham nhẫn, chúng ta không thể vun bồi các ba la mật khác, ví dụ như trì giới. Nếu không có ba la mật trì giới, ta sẽ phạm giới qua thân và khẩu.

Thân cận ai là điều tối quan trọng. Ấn sĩ Akitti nói rằng mình không muốn thấy, nghe, hay gần gũi kẻ ngu. *Chú giải Hạnh Tạng* so sánh sự thân cận với kẻ ngu giống như nhấm vị nước đắng, còn thân cận với bậc trí giống như nếm vị nước ngọt.

Có những thời điểm, Đức Bồ tát cũng phải thân cận với kẻ ngu. Chẳng hạn, trong một tiền kiếp, Đức Bồ tát thuộc về dòng họ của những người tà kiến. Trong kiếp

đó, bà la môn trẻ Jotipāla sinh ra trong một gia đình tà kiến và không có tín tâm nơi Đức Phật<sup>1</sup>. Jotipāla đã theo cha mẹ coi thường Đức Phật. Những người bà la môn tà kiến không có tín tâm nơi Đức Phật Kassapa, là vị Phật ngay trước Đức Phật Gotama. Chú giải cho bài kinh *Ghatikāra* thuộc *Trung Bộ Kinh*, cuốn *Papañcasūdanī* nói rằng Đức Bồ tát đã tích lũy các ba la mật cho tới kiếp là thanh niên Jotipāla, khi Ngài thân cận những người tà kiến. Chú giải so sánh những tích lũy ba la mật với một ngọn lửa cháy sáng nhưng tới kiếp đó gặp phải nước nên vì vậy bị nước làm tàn lụi, những tia sáng biến mất và chỉ còn than đen sót lại.<sup>2</sup>

Chúng ta không biết kiếp trước của mình, nhưng chúng ta có thể học hỏi từ câu chuyện của Đức Bồ tát khi là thanh niên Jotipāla: mặc dầu đã tích lũy các ba la mật tới mức độ cao, Ngài vẫn thân cận với kẻ ngu. Chúng ta có thể học rằng mình không nên bắt cần và nên thấy mỗi hiểm nguy trong việc thân cận với kẻ ngu.

Chúng ta đọc trong *Chú giải cho Hạnh Tạng* như sau:

“Giờ nói đến phương thức thực hành trì giới ba la

---

1. Tham khảo Trung Bộ Kinh số 81, Về Ghatikāra.

2. Xem thêm Mi Tiên Vấn Đáp, 144. Tượng vương Chandata thì cung kính y cà sa, mà Bồ tát Jotipāla lại.

mật. Vì Vì nhân mong tô điểm cho chúng sinh với món trang sức là giới đức của bậc Chánh biến tri, ngay từ lúc ban đầu, Ngài phải thanh lọc giới của mình. Ở đây, giới được thanh tịnh theo bốn hình thức:

1. Thanh lọc xu hướng tích lũy (*ajjhāsayavisuddhi*);
2. Thọ giới (*samādhāna*);
3. Giữ giới (*avitikkamana*);
4. Sửa chữa những lỗi đã phạm (*patipākatikaraṇa*)”.

Bằng cách này, ta có thể kiểm tra giới trong cuộc sống hàng ngày của mình. Chúng ta cần biết liệu giới của mình có trong sạch hay không. Chúng ta đọc:

“Do người ngự trị bởi các lý tưởng sẽ tự nhiên ghê sợ điều ác vì tích lũy thanh tịnh vốn có và sẽ thanh lọc thân khẩu nghiệp của mình bằng sự hổ thẹn tội lỗi (*hiri-tàm*). Người ngự trị bởi quan tâm tới thể giới xung quanh và e ngại điều ác sẽ thanh lọc thân khẩu nghiệp bằng việc thọ giới từ người khác và bằng cảm giác ghê sợ tội lỗi (*ottapa - quý*)<sup>1</sup>. Cả hai người trên an trú trong giới qua việc giữ giới. Nhưng nếu do thất niệm, có lúc họ phạm giới, qua tâm và quý trong mỗi trường hợp, họ nhanh chóng sửa chữa lỗi lầm một cách phù hợp”.

---

1. Cuốn Chú Giải Bộ Pháp Tụ giải thích rằng tâm (*hiri*) có gốc từ bên trong, nhân gần của nó là sự tôn trọng chính mình. Còn quý (*ottapa*) có gốc từ bên ngoài, ảnh hưởng bởi thể gian; cận nhân của nó là sự tôn trọng người khác. Tâm và quý luôn sinh khởi cùng nhau, nhưng có những đặc tính khác nhau.

Giới được thanh lọc theo những cách như vậy. Tiếp theo chúng ta đọc về giới của Đức Bồ tát:

*“Khi nói, lời nói của Ngài cần phải đúng sự thật, đem lại lợi ích, khả ái, có cân nhắc, đúng thời, liên hệ tới Giáo Pháp. Tâm của Ngài phải luôn vắng mặt xan tham, ác ý và tà kiến. Ngài có hiểu biết về nghiệp và quả của nghiệp<sup>1</sup>, có tín tâm và thương mến các ẩn sĩ, bà la môn thực hành đúng pháp. Bằng việc tránh xa lời nói sai quấy, phát ngôn của Ngài có trọng lượng với mọi người. Ngài được coi là đáng tin cậy và tin tưởng, những gì Ngài nói ra luôn được mọi người chấp nhận. Ngài được các chư thiên thương mến và ái mộ. Miệng Ngài tỏa hương ngọt ngào, Ngài thu thúc khẩu nghiệp và thân nghiệp. Ngài có được những nét cao sang, và loại bỏ tiền khiên tật<sup>2</sup>.*

*Bằng sự từ bỏ lời nói đâm thọc, Ngài có được tùy tùng không thể bị chia rẽ bởi tấn công. Ngài có niềm tin kiên cố vào chánh Pháp. Ngài là một người bạn vững vàng, được các chúng sinh yêu quý như thể họ đã quen Ngài từ kiếp trước. Và Ngài hết lòng xa lìa phiền não.*

*Bằng sự từ bỏ lời nói thô ác, Ngài được chúng sinh*

---

1. Kammassakatā ñāṇa, trí hiểu rằng nghiệp (kamma) là nhân của quả (vipāka). Chúng sinh sẽ nhận quả tương ứng với nghiệp đã tạo.

2. Tiếng Pāli là vāsanā. Kể cả các bậc A La Hán đã tận diệt phiền não có thể vẫn có những lời nói hoặc hành động bất khả ái với người khác. Việc ấy không bị thúc đẩy bởi tâm bất thiện, mà do những thói quen đã được tích tụ từ quá khứ. Chỉ có Đức Phật mới tận diệt các tiền khiên tật.

thương mến và ái mộ, tính cách khả lạc, lời nói ngọt ngào, người khác kính trọng. Và Ngài phát triển giọng nói với tám đặc điểm<sup>1</sup>.

Bằng sự từ bỏ nói lời vô ích, Ngài được chúng sinh thương mến và ái mộ, tôn trọng và kính cẩn. Phát ngôn của Ngài được chấp nhận và Ngài nói với cân nhắc. Ngài có được ảnh hưởng và sức mạnh, trở nên thiện xảo trong giải đáp các câu hỏi của chúng sinh, với sự khéo léo tạo nên cơ hội cho họ được lợi lạc. Khi Ngài đạt quả vị Phật, Ngài có thể cất nghĩa nhiều câu hỏi của chúng sinh, nói nhiều ngôn ngữ chỉ trong một câu trả lời.

Bằng xa lìa xan tham, Ngài có được những gì mong muốn, cũng như những tài sản tuyệt hảo cần thiết. Ngài được tôn vinh bởi những người sát đế lý hùng mạnh<sup>2</sup>. Ngài không thể bị kẻ thù đánh bại, không bao giờ khiếm khuyết các căn, và trở thành một đấng vô song”.

Nếu ta phát triển thiện pháp và không mong đợi gì cho bản thân, kết quả sẽ tương ứng với thiện pháp mà ta đã tạo. Một số người có thể nói hay, diễn đạt với những mỹ từ, nhưng khi nói, người ấy cần nghĩ tới người nghe, người ấy cần biết liệu người nghe có thấy thoải mái hay

---

1. Tám đặc điểm của giọng nói Đức Phật: dứt khoát, dễ hiểu, ngọt ngào, dễ nghe, lưu loát, trong sáng, sâu xa, âm vang...

2. Sát đế lý (khattiya) là tầng lớp xã hội cao sang nhất. Tất cả các vua chúa và tướng lĩnh đều là sát đế lý.



vui vẻ không. Nếu có chánh niệm - tỉnh giác, người ấy sẽ tránh được lời nói khiến người nghe khó chịu, mặc dầu mình nói không sai sự thật. Nếu chánh niệm - tỉnh giác sinh khởi, nó giúp người ta nói điều lợi lạc một cách dễ chịu. Nếu một người không mong đợi kết quả cho bản thân, thiện pháp của người ấy sẽ cho quả tương ứng, như Đức Phật đã thuyết. Chúng ta đọc tiếp trong Chú giải:

*“Bằng sự xa lìa ác ý, Ngài có được vẻ ngoài tươi đẹp. Ngài được mọi người tôn kính, và bởi vì Ngài hoan hỷ trong hạnh phúc của chúng sinh, Ngài tự nhiên khơi gợi sự tin tưởng nơi họ. Ngài có tính cách cao thượng, an trú trong từ tâm, có nhiều ảnh hưởng và quyền lực.*

*Bằng sự xa lìa tà kiến, Ngài có được những cận sự thiện lành. Kể cả khi bị gươm kẻ thù, Ngài cũng không làm việc ác. Bởi Ngài vững tin vào luật nhân quả, Ngài không tin vào các hình thái dị đoan. Niềm tin của Ngài vào chân Pháp đã được gieo trồng và bắt rễ chắc chắn. Ngài có niềm tin vào sự giác ngộ của các Như Lai, và không hoan hỷ với những tín ngưỡng ngoại đạo nhiều hơn một con thiên nga hoan hỷ trong đồng phân”.*

Ở đây ta thấy mức độ tinh tế của tâm miễn nhiễm với tà kiến. Ta không nên thân cận với những người có tà kiến. Những người không hiểu nhân nào dẫn tới quả nào sẽ có thể dính mắc vào các hình thái mê tín dị đoan. Họ có thể nghe Pháp và có tín tâm, nhưng nếu không

được gieo niềm tin vững chãi vào chân Pháp, họ vẫn có thể bị lôi cuốn bởi mê tín dị đoan và thiếu hiểu biết về nghiệp và quả của nghiệp.

Giới có hai khía cạnh: giới tránh (vāritta) và giới làm (cāritta). Giới tránh là sự tránh xa điều ác. Giới làm là những hành xử đúng đắn mà ta nên theo. Có thể ta tránh xa được bất thiện và không phạm giới, nhưng khi liên quan đến giới làm, chúng ta cần suy xét về hành xử của Đức Bồ tát để có thể phát triển thêm thiện pháp. Chúng ta đọc tiếp:

*“Ở đây, đúng thời, Đức Bồ tát thực hành cung kính, đứng dậy, chấp tay chào đón, và đối đãi lịch thiệp với những bạn lành đáng được cung kính. Đúng thời, Ngài giúp đỡ họ, phục dịch khi họ ốm đau. Khi nhận được những lời khuyên xác đáng, Ngài biểu lộ sự biết ơn. Ngài tán thán các phẩm chất cao thượng của những bậc đức hạnh, và kiên nhẫn chịu đựng sự nhục mạ của địch thủ. Ngài ghi nhớ sự trợ giúp của những người khác đối với mình, hoan hỷ với công đức của họ, hồi hướng công đức của mình cho sự giác ngộ tối thượng, và luôn tinh tấn an trú trong sự vun bồi thiện tâm. Khi phạm một giới điều, Ngài thừa nhận và sám hối với các đồng phạm hạnh. Sau đó Ngài hoàn thành chánh hạnh một cách viên mãn.*

*Ngài lanh lẹ và khéo léo hoàn thành bốn phận của mình với các chúng sinh khi điều ấy ích lợi cho họ.*

Ngài đồng hành với họ. Khi các chúng sinh chịu đau đớn bệnh tật, Ngài bốc cho họ toa thuốc phù hợp. Ngài xoa tan sự buồn khổ của những người chịu nỗi đau mất đi sản nghiệp, v.v... Luôn sẵn sàng giúp đỡ, Ngài ngăn chặn một cách đúng Pháp những người cần ngăn chặn, cải tà quy chánh cho họ. Ngài khơi dậy niềm tin vào Giáo Pháp nơi những người cần khơi dậy niềm tin. Khi nghe về những việc làm khó khăn và cao thượng nhất, những việc làm vượt quá sức mạnh tưởng tượng của các bồ tát trong quá khứ, mang đến hạnh phúc và an sinh tốt cùng cho các chúng sinh để qua đó làm viên mãn các phẩm trợ đạo, Ngài không lo lắng bất an mà suy tư: 'Những Ví Nhân ấy chỉ là con người, nhưng bằng sự rèn mình qua việc hoàn mãn các điều học tuần tự, họ đã đạt được sức mạnh tinh thần cao thượng nhất và tột đỉnh ba la mật đưa đến giác ngộ. Cũng vậy, ta cần phải thực hành các điều học giới, v.v... Bằng cách ấy ta cũng sẽ dần dần hoàn mãn các điều học và cuối cùng đạt tới tột đỉnh ấy.' Rồi, với lòng tinh tấn dũng mãnh phát xuất từ niềm tin ấy, Ngài hoàn mãn điều học giới, v.v...

Lại nữa, Ngài che dấu phẩm hạnh của mình và phô bày điểm xấu. Ngài thiếu dục tri túc, ưa thích độc cư, cách biệt, sẵn sàng chịu đựng đói khổ, và xa lìa bất an lo lắng. Ngài không nóng nảy, kiêu mạn, đồng bóng, thô lỗ, làm nhảm, mà điềm đạm và thu thúc. Tránh xa những tà mạng như mưu mô v.v..., Ngài có được hành xử đúng đắn và nơi sinh nhai phù hợp. Ngài thấy hiểm họa trong những lỗi nhỏ nhặt, và sau khi thọ giới, rèn

giữa mình theo giới điều với tinh tấn và quyết định, không màng đến thân mình hay mạng sống. Ngài không chấp nhận sự bận tâm đến thân mạng mình dù nhỏ nhất, mà từ bỏ và xua tan nó; nói gì đến những bận tâm quá đà? Ngài từ bỏ và xua tan mọi nhiễm ô như sân hận, mưu mô v.v... những thứ là nguyên nhân của sự suy đồi đạo đức. Ngài không tự mãn hay tự ti vì những thành tựu nhỏ mọn, mà nỗ lực vươn tới những thành tựu cao hơn. Nhờ vậy mà những thành tựu Ngài đạt được không bị suy giảm hay đậm chân tại chỗ.

Bậc Vĩ nhân là người dẫn đường cho những kẻ mù, chỉ cho họ con đường đúng. Với kẻ điếc, Ngài dùng dấu tay ra hiệu và nhờ vậy khiến họ được lợi lạc. Cũng như vậy với người câm. Với người què cụt, Ngài cho họ chiếc ghế, hay chiếc xe, hoặc một phương tiện di chuyển khác. Ngài nỗ lực để người không có đức tin có được đức tin, kẻ biếng nhác có được nhiệt tâm, người lơ đãng có thể chánh niệm, kẻ trạo cử có thể định tâm, người si mờ có thể nảy sinh trí tuệ. Ngài cố gắng xua tan tham dục, sân hận, hôn trầm thụy miên, bất an trạo cử, xua tan sự bối rối của những người bị chế ngự bởi các triền cái, xua tan tham tâm, sân tâm và hại tâm ở những người bị những suy nghĩ ấy ngự trị. Tri ân những người đã trợ giúp mình, Ngài cho họ lợi lạc và vinh dự tương đương hoặc nhiều hơn những gì họ đã làm, hòa nhã trong phát ngôn và từ ái trong lời nói.

Ngài là người đồng hành trong hoạn nạn. Hiểu được bản chất và tính cách của các chúng sinh, Ngài gần gũi bất cứ chúng sinh nào cần tới sự có mặt của Ngài,

bằng mọi phương cách mà họ cần; Ngài thực hành với bất cứ chúng sinh nào cần thực hành cùng Ngài, theo bất cứ phương cách nào cần thiết cho họ. Nhưng Ngài luôn chỉ cái tà quy chánh, gieo trồng hạt giống thiện lành, chứ không làm ngược lại. Bởi lẽ để bảo vệ tâm mọi người, Đức Bồ tát luôn hành xử theo hướng làm tăng trưởng thiện pháp. Cũng vậy, do thiên hướng của Ngài là làm điều lợi lạc cho người khác, Ngài không bao giờ nên làm hại họ, thóa mạ, sỉ nhục họ, cố làm họ hối hận hoặc khiến họ hành động phi pháp. Ngài cũng không bao giờ nên tỏ vẻ bề trên với những người có hành xử kém cỏi. Ngài cũng không bao giờ nên quá xa cách, hay quá dễ dãi với người khác, và Ngài cũng không nên gần gũi với mọi người lúc phi thời.

Ngài thân cận với các chúng sinh phù hợp đúng thời và đúng chỗ. Ngài không chỉ trích những người được ái mộ hay tán dương những người bị ghét bỏ trước mặt những người khác. Ngài không thân mật với những người không đáng tin cậy. Ngài không khước từ lời mời phù hợp, hay cố sức thuyết phục hoặc chấp nhận một cách quá dễ dãi”.

Giới làm, cāritta sīla, rất khó và vi tế, và ta luôn cần suy xét nó ở khoảnh khắc hiện tại với chánh niệm. Chẳng hạn, khi một người bạn thân làm điều sai trái, ta có thể thiếu cẩn mực và lập tức trách cứ bạn trước mặt mọi người. Nhưng khi chánh niệm sinh khởi, ta sẽ đợi cơ hội phù hợp để nói chuyện sau. Điều ấy chỉ ra rằng phiền não cần được bào mòn dần dần cho đến khi hoàn toàn bị diệt tận.



## **Chương 3**

### **Xuất gia Ba la mật**

*Chú giải Hạnh Tạng* định nghĩa về xuất gia ba la mật như sau:

*“Xuất gia (nekkhamma) có đặc tính xa lìa lạc thú ngũ dục và cõi dục; chức năng/phận sự của xuất gia là kiểm chứng tính bất toại nguyện của dục; biểu hiện/ thành tựu của xuất gia là viễn ly dục lạc; cận nhân của xuất gia là trạng thái khẩn cấp tu niệm (samvega)”.*

Xuất gia ba la mật là sự từ bỏ lạc thú, dính mắc và những loại tà tư duy như: dục tâm (kāma vitakka), sân tâm (vyāpāda vitakka) và hại tâm (vihimsā). Những tà tư duy này có thể được từ bỏ bằng việc trở thành một nhà sư hay phát triển Tứ niệm xứ. Khi một người từ bỏ những suy nghĩ về dục, những suy nghĩ với sân hận hay làm hại kẻ khác, người ấy đang phát triển xuất gia ba la mật.

Thông thường mọi người tưởng rằng ta chỉ có thể thực hành xuất gia bằng cách trở thành nhà sư, nhưng

để có thể hiểu được ý nghĩa thực sự của xuất gia ta cần suy xét các loại tâm suy nghĩ khác nhau, dù chúng là thiện hay bất thiện. Trong cuộc sống đời thường, chúng ta thường nghĩ về các đối tượng ngũ quan (đối tượng thị giác, âm thanh, mùi, vị và đối tượng xúc chạm) theo cách bất thiện, đó chính là dục tầm. Liệu chúng ta có thể tránh suy nghĩ về các đối tượng ngũ quan với lạc thú, mê đắm và dính mắc hay không?

Đối nghịch với dục tầm là vô dục tầm hay xuất gia tầm (nekkhamma vitakka). Xuất gia hay xa lìa ngũ dục được thực hành không chỉ qua việc trở thành người xuất gia, một trạng thái cao thượng, mà cũng có thể được thực hành bởi những người tại gia trong cuộc sống đời thường. Đã có lúc nào chúng ta nghĩ tới từ bỏ lạc thú? Chúng ta có nhầm chán với các đối tượng ngũ quan hay không? Chúng ta dính mắc vào đối tượng thị giác, âm thanh và các đối tượng ngũ quan khác; chúng ta không nhất thiết phải từ bỏ chúng, nhưng chúng ta có muốn có thêm nữa hay không? Nếu không biết đủ, chúng ta đang chạy theo dục tầm, còn nếu biết đủ, chúng ta đã có xuất gia tầm.

Khi tiếp tục khao khát có thêm lạc thú nữa, điều ấy chỉ ra rằng chúng ta có phiền não. Chúng ta cần tự hỏi liệu mình có mong có thêm phiền não hay không.



Mỗi khi chúng ta dính mắc vào đối tượng thị giác và các đối tượng ngũ quan khác là đang có sự sinh khởi của phiền não. Nếu không nhận ra rằng mình đã có rất nhiều phiền não, xuất gia tâm sẽ không sinh khởi. Có thể ta muốn có thêm các đối tượng ngũ quan khả ái, và không bao giờ hài lòng với những gì mình có. Chúng ta không nhất thiết phải trở thành nhà sư để có thể phát triển xuất gia, nhưng chúng ta có thể tự vấn liệu mình đã đủ lạc thú hay chưa. Chẳng hạn, có thể chúng ta không muốn mua thêm áo quần, thứ chỉ để làm đẹp cho tấm thân, và ta có thể suy xét rằng những gì mình có đã nhiều hơn mức cần thiết rồi. Những khi ấy chúng ta có xuất gia trong cuộc sống đời thường.

Chúng ta cần bắt đầu xem xét liệu tài sản của mình đã đủ chưa; chúng ta nên hài lòng với những gì mình có. Nếu ta có nhiều hơn những gì mình cần, ta nên cho đi những thứ có thể lợi ích cho người khác. Bằng cách ấy xuất gia ba la mật được vun bồi. Thay cho dục tâm có thể có vô dục tâm.

Nếu ta muốn tận diệt phiền não, nhất thiết phải suy xét các ba la mật trong cuộc sống thường nhật của mình. Ta cần suy niệm về các tiền kiếp của Đức Phật, về giới đức đã đưa Ngài tới quả vị Phật. Chúng ta có thể nghĩ rằng những câu chuyện về các tiền kiếp của Ngài

rất bình dị, nhưng thực chất, những câu chuyện ấy bàn về các ba la mật mà Đức Bồ tát đã vun bồi trong nhiều kiếp sống.

Chúng ta đọc trong cuốn Chú giải cho *Hạnh Tạng*, *Chuyện hai hiền giả Sona - Nanda*<sup>1</sup>:

*“Khi ấy, Đức Bồ tát hết thọ mạng tại cõi Phạm thiên và đã tái sinh làm con trai của một đại phú bà la môn có tài sản lên đến tám trăm triệu đồng tại thành Brahmavaddhana. Cha mẹ gọi cậu bé là nam tử Sona. Khi Sona biết đi, một chúng sinh khác cũng hết thọ mạng ở cõi Phạm thiên và cũng được thọ thai bởi mẹ của Đức Bồ tát. Khi ra đời, cậu bé được gọi là nam tử Nanda. Đại đức Ānanda khi ấy chính là Nanda.*

*Khi cha mẹ của hai cậu bé nhận thấy cả hai anh em có dung nhan đẹp đẽ, họ cho hai anh em đi học đủ các môn học thuật, và muốn họ kết hôn. Tuy nhiên, Đức Bồ tát không muốn kết hôn. Ngài muốn chăm sóc cha mẹ chừng nào họ còn sống, và sau khi họ chết sẽ rút lui khỏi đời sống thế tục. Cha mẹ Ngài có thuyết phục Ngài lập gia đình, nhưng Đức Bồ tát quả quyết rằng mình muốn là một ẩn sĩ. Do vậy, cha mẹ Ngài muốn truyền giao tài sản cho nam tử Nanda, nhưng Nanda nói, ‘Vi sư huynh Sona của con không muốn nhận tài sản của cha mẹ, con cũng sẽ không nhận đâu, con cũng muốn trở thành ẩn sĩ.’ Hai ông bà rất ngạc nhiên*

---

1. Tham khảo chuyện tiền thân Chuyện hai hiền giả Sona -Nanda, số 532.

vì các con trai mình đã sớm mong muốn từ bỏ sản nghiệp để rút khỏi đời sống thế tục khi vẫn còn tuổi thanh niên. Họ nhận thấy quyết tâm mạnh mẽ của các con mình, và họ cũng muốn từ bỏ đời sống tại gia. Họ bèn dựng một thảo am trong rừng và hai anh em săn sóc cha mẹ mình. Hiền giả Nanda nghĩ, 'Chúng ta sẽ lượm quả để làm thực phẩm cho phụ mẫu'. Chàng mang những trái cây còn lại từ hôm trước, hoặc những trái cây chàng lượm được từ hôm trước để dâng cho cha mẹ ăn vào sáng hôm sau. Sau khi thọ thực xong, ông bà súc miệng rồi trai giới. Nhưng hiền giả Sona đã đi xa hơn để lượm quả chín thơm ngọt và dâng cho ông bà.

Ông bà nói với Sona, 'Cha mẹ đã ăn rồi và bây giờ đang trai giới, vì vậy không cần đến chỗ quả này nữa.' Tuy nhiên, đôi khi những trái cây mà hiền giả Sona lượm trước cho cha mẹ ăn lại bị hỏng.

Do đó, Đức Bồ tát nghĩ, 'Cha mẹ ta rất mỏng manh, thuộc về giai cấp cao sang, vì vậy không nên ăn những trái cây không ngon bổ. Đôi lúc quả bị hư hoặc còn xanh. Nanda mang cả quả xanh và quả còn ương tới cho cha mẹ ăn và như vậy ông bà sẽ không thể sống thọ được. Ngài muốn ngăn Nanda làm vậy, và đã nói với Nanda những lời sau: "Từ giờ trở đi, khi lượm quả cho cha mẹ, em phải đợi tới khi anh về, rồi chúng ta sẽ cùng dâng thực phẩm cho cha mẹ. Không nên để cha mẹ chỉ dùng trái cây của Nanda'.

Khi hiền giả Sona nói vậy, hiền giả Nanda không

vâng lời, vì chàng muốn có phước báu cho bản thân. Chàng mong cha mẹ chỉ ăn những trái mà chàng mang tới. Khi Đức Bồ tát nhận thấy Nanda không để tâm đến lời nói của mình, Ngài đã bảo em trai đi nơi khác, và rằng Ngài sẽ tự tay chăm sóc cha mẹ.

*Bị anh trai đuổi đi, hiền giả Nanda bèn từ giả Đức Bồ tát và cha mẹ. Chàng đã phát triển bát thiên cùng ngũ thông<sup>1</sup> và rồi tới xin anh trai thứ tội”.*

Đây là những suy nghĩ của người đã tích lũy các ba la mật và biết điều phải quấy. Chúng ta đọc tiếp về suy nghĩ của hiền giả Nanda:

*“Chàng nghĩ, ‘Nếu ta muốn xin anh trai thứ tội, ta nên làm việc ấy theo cách trọng thể nhất.’ Chàng phân vân nên làm như thế nào. Chàng nghĩ rằng để xin anh mình thứ tội, chàng nên thỉnh vua trời Đế Thích tới từ tầng trời thứ ba mươi ba, nhưng rồi chàng thấy không nên. Vì cả hai anh em vẫn còn đang sống ở cõi này, sẽ thích hợp hơn nếu thỉnh đại vương Manoja người đang ngự tại thành Brahmavaddhana, là vị vua hùng mạnh hơn cả. Chàng sẽ thưa quốc vương Manoja rằng mình muốn xin anh trai xá tội.*

---

1. Bát thiên là các tầng thiên được chứng đắc qua sự vun bồi an tịnh (samatha). Có bốn tầng thiên sắc giới và bốn tầng thiên vô sắc giới. Ngũ thông là các thắng trí (abhiññā) hiệp thể (thần thông của các bậc phạm, đó là thần thông biến hóa, thiên nhãn thông, thiên nhĩ thông, tha tâm thông và túc mạng thông (năng lực nhớ được các tiền kiếp).

*Nghĩ vậy chàng bèn đi tới cung điện của quốc vương Manoja và nói, ‘Ta sẽ đoạt chủ quyền của toàn nước Ấn Độ và trao tặng cho Ngài, nhưng ta muốn xin Ngài tới gặp anh trai ta để anh ấy có thể thứ tội cho ta.’ Cuối cùng, Nanda đã xin xá tội với anh trai và được anh tha thứ. Đức Bồ tát đã để hiền giả Nanda chăm sóc cha mẹ cho tới khi họ qua đời. Đức Bồ tát đã thuyết Pháp với phong thái uy nghi của một vị Phật với quốc vương Manoja:*

*An vui nhàn nhã, với cười đùa,  
Giải trí, là tài sản tại gia  
Của kẻ chăm lo đầy tận tụy  
Phụ thân khi tuổi tác già nua.  
Quà tặng cùng lời nói dễ thương,  
Ân cần phục vụ cạnh song đường,  
Nhiệt tình tâm trí luôn bình đẳng  
Bày tỏ đúng thời, đúng chốn luôn.  
Những đức tính này đối thế nhân,  
Giống như máu trực bánh xe lăn,  
Nếu không có chúng, thì tên mẹ  
Sẽ phải cầu xin với các con”*

Như vậy nếu một người không phụng dưỡng cha mẹ được như vậy, người ấy không trọng vọng cha mẹ.

Chúng ta đọc tiếp:

*“Từ mẫu cũng như nghiêm phụ ta  
Phải đều được kính trọng tôn thờ,  
Hiền nhân tán thán người nào có  
Những đức tính này tỏ lộ ra.  
Song thân như vậy đáng tuyên dương,  
Giữ địa vị cao cả khác thường,  
Được gọi “Phạm thiên” do cổ đức,  
Uy danh hai vị lớn khôn lường”.*

Ta cần xem xét cả những ba la mật khác nữa. Đức Bồ tát là người không màng tới các thú vui ngũ dục, Ngài có sự tôn kính tột đỉnh với cha mẹ và phụng dưỡng họ không mệt mỏi. Mặc dầu Ngài phải chăm sóc cha mẹ, Ngài vẫn tận dụng mọi cơ hội để dành thời gian phát triển các thiền chứng.

Một ba la mật khác cần vun bồi trong cuộc sống hàng ngày là tinh tấn ba la mật. Khi Đức Bồ tát đi kiếm trái ngọt để dâng cha mẹ, Ngài cần có nỗ lực và bền bỉ. Khi ta nghĩ về các ba la mật trong trường hợp của mình, ta cần suy xét rằng hành xử của chúng ta trong kiếp này là sự tiếp nối của những kiếp trước và được duyên bởi những tích lũy từ quá khứ. Một kiếp sống này được

tiếp nối bởi kiếp kế tiếp không gián đoạn, và chúng ta tái sinh trong những kiếp khác nhau thành người này người kia, ở chốn này chốn kia.

Xuất gia ba la mật là sự loại trừ, từ bỏ và chế ngự dính mắc vào các đối tượng ngũ dục, xa lìa chúng. Chúng ta chỉ nhận ra trong khuôn khổ của kiếp này là chúng ta dính mắc vào đối tượng thị giác, vào âm thanh, mùi, vị và đối tượng xúc chạm. Chúng ta có thể dần xả ly khỏi những đối tượng ấy tới chừng mực nào? Chúng ta có thể thấy được lợi ích của việc vun bồi xuất gia ba la mật. Ai đó có thể từ bỏ đời sống tại gia và trở thành một tỳ kheo, nhưng nếu người ấy vẫn còn dính mắc vào các đối tượng ngũ dục như một người tại gia thì sẽ không có sự khác biệt giữa một người xuất gia và tại gia. Vì thế xuất gia ba la mật không chỉ có nghĩa là từ bỏ đời sống gia đình và thành một nhà sư. Xuất gia có nghĩa là có sự tinh tấn và dũng cảm để loại bỏ thứ dính mắc mà tất cả chúng ta cùng có: dính mắc vào đối tượng thị giác, âm thanh và các đối tượng ngũ dục khác. Chừng nào ta vẫn chưa đạt được chứng đạt cao thượng của bậc Thánh Bất Lai, chúng ta vẫn chưa tận diệt được dính mắc vào ngũ dục. Chúng ta cần biết mình một cách chân thực, chúng ta cần biết liệu mình có sự chân thành và quyết tâm vững vàng để loại bỏ dính mắc vào ngũ dục hay không. Chẳng hạn, chúng ta dính mắc vào màu sắc khi chúng

ta xem tranh ảnh, thấy những gì mình xem thật đẹp dễ huy hoàng. Thông thường, khi chúng ta thấy cảnh sắc đẹp, chúng ta dễ có vui thú và dính mắc. Nếu lưu tâm, chúng ta có thể biết được rằng ở khoảnh khắc ấy, đó chỉ là một thực tại, một pháp xuất hiện mà thôi. Tham ái có thể suy giảm nhờ việc không cố có được đối tượng khả ái và do đó, ta không tích lũy thêm dính mắc nữa. Vậy, khi có một đối tượng khả ái, ta có thể ngắm nhìn, nhưng khi không có đối tượng ấy và chúng ta không thể thấy nó, chúng ta không cố kiếm tìm.

Có thể chúng ta thường được ăn đồ ăn ngon, nhưng ăn quá nhiều thì có hại cho cơ thể. Tuy nhiên, tâm dính mắc với vị ngon khiến ta ăn kể cả khi không đói. Nếu chúng ta có thể loại bỏ dính mắc, chúng ta có xuất gia với vị, chúng ta sẽ chỉ ăn đủ để chấm dứt cơn đói, và có thể, ta thậm chí không quá thích thú. Ai đó có thể không thấy đói, và biết rằng nếu ăn thêm thì sẽ cảm thấy khó chịu. Tuy nhiên, vì thức ăn quá ngon, anh ta sẽ nhấm thêm một miếng. Điều đó chứng tỏ đã không có xuất gia. Trong khi ấy, nếu ai đó có xuất gia, anh ta có thể bắt đầu rèn mình, và vì vậy, anh ta cũng cần có kham nhẫn ba la mật để có thể ăn vừa đủ để hết đói; anh ta biết lượng thức ăn nào là vừa đủ để nuôi cơ thể.

Chúng ta có thể hiểu rằng rất khó thoát khỏi dính



mắc vào các đối tượng ngũ quan, bởi lẽ chỉ việc rèn mình để giảm bớt tham ái cũng đã khó rồi. Vì vậy, chúng ta cần vun bồi tâm lực để tất cả các ba la mật có thể trợ duyên cho Tứ niệm xứ sinh khởi hay biết thường xuyên hơn về các đặc tính của thực tại trong cuộc sống hàng ngày.

Nếu có kham nhẫn, ta có thể chịu đựng các kinh nghiệm nóng lạnh. Khi thời tiết nóng, ta không cần cố để tắm mát, hoặc khi trời lạnh, ta không cần đến nước ấm để tắm. Một số người có thể cần nhiệt độ nước tắm thích hợp cho thân vì sức khỏe. Tuy nhiên, nếu không nằm trong trường hợp ấy, có thể là ta dính mắc vào nhiệt độ của nước. Một số người cảm thấy thoải mái và dễ chịu khi tắm nước ấm; mặc dầu cơ thể họ khỏe mạnh và không cần đến nước ấm, nhưng họ thích cảm giác dễ chịu ấy. Hoặc có lúc họ thấy thích thú khi tắm nước lạnh. Khi một người hiểu được xuất gia ba la mật, anh ta có thể chịu đựng tốt hơn, dù đang bị nóng hay lạnh. Anh ta cũng cần tới các ba la mật kham nhẫn và tinh tấn.

Không ai có thể bảo người khác phải từ bỏ dính mắc vào các lạc thú ngũ dục, cũng không ai có thể bắt mình làm như thế, hiểu ý nghĩa thực sự của xuất gia ba la mật là công việc của trí tuệ.

Chúng ta đọc trong cuốn *Những câu hỏi của Jatukaṇṇī* thuộc *Tiểu nghĩa tích* (Cūlaniddesa), *Tiểu Bộ Kinh* như sau:

“Có xuất gia (*nekkhamma*) khi có thấy, thấy rõ, so sánh, suy xét, vun bồi, để hiểu được rõ hành trì đúng, hành trì thích hợp, hành trì là kẻ thù [của tham ái]<sup>1</sup>, hành trì lợi ích, hành trì Pháp tùy Pháp đưa tới thanh tịnh giới. Có xuất gia khi có thu thúc lục căn, thiểu dục, tinh tấn- chánh niệm - tỉnh giác. Có xuất gia khi có Tứ niệm xứ, Tứ chánh cần, tứ như ý túc, ngũ căn, ngũ lực, thất giác chi, Bát Chánh Đạo<sup>2</sup>, Niết bàn và con đường dẫn tới Niết bàn.

*Khi có xuất gia với an vui, sẽ có sự kiên cường, an trú, bảo hộ, không hiểm họa, không lay chuyển, bất tử, pháp xa lìa dính mắc, giống như một sợi chỉ được thắt lại. Thấy rõ như vậy, có xuất gia với an vui”.*

---

1. Kẻ thù, tức là đối nghịch với dính mắc.

2. Tứ như ý túc (*iddhipāda*) là: dục (*chanda*) như ý túc, tinh tấn (*virīya*) như ý túc, tâm (*citta*) như ý túc và trạch pháp (*vīmaṃsa*) như ý túc. Tứ chánh cần bao gồm: tinh tấn đoạn trừ ác pháp đã sinh, tinh tấn ngăn ngừa ác pháp chưa sinh, tinh tấn tăng trưởng thiện pháp đã sinh, tinh tấn làm phát sinh thiện pháp chưa sinh. Ngũ căn (*indriya*) là: tín, tấn, niệm, định, tuệ. Căn là những yếu tố dẫn dắt, mỗi yếu tố trong lãnh địa riêng của chúng. Ngũ lực (*bala*) cũng bao gồm cùng các thực tại như ngũ căn, nhưng khi các căn được phát triển tới mức độ không thể bị lay chuyển bởi các pháp đối nghịch, chúng sẽ trở thành lực. Thất giác chi bao gồm: chánh niệm, trạch pháp, tinh tấn, phi, an tịnh, định và xả. Ba mươi bảy phẩm trợ đạo (*bodhipakkhiyadhamma*) là các pháp đưa tới giác ngộ; nếu được phát triển, chúng sẽ đưa tới giác ngộ.

Không dễ thấy được rằng xuất gia có nghĩa là an vui. Chúng ta cần phải hiểu rằng, thấy được lợi ích của xuất gia là công việc của trí tuệ, nó so sánh và suy xét sự thực hành, để ta theo được sự hành trì chân chánh và phù hợp, thứ đối nghịch với tham ái và những dính mắc vào đối tượng thị giác, âm thanh, mùi, vị và đối tượng xúc chạm. Ta cần thấy được lợi ích của sự thực hành Pháp tùy Pháp, và phát triển ba mươi bảy phẩm trợ đạo.

Vì vậy, trí tuệ hiểu và biết rằng sự xuất gia xa lìa ngũ dục sẽ có được nhờ chánh niệm - tỉnh giác, ba mươi bảy phẩm trợ đạo (những yếu tố trợ duyên cho giác ngộ), sự chứng ngộ Niết bàn và con đường dẫn tới Niết bàn, như đã nói trong kinh *Tiểu Nghĩa Tích*. Tất cả đều được hành trì với an vui, điều này có nghĩa là: ta cần thấy được bất lợi và hiểm họa của phiền não. Ta phải có quyết tâm không lung lay để phát triển trí tuệ hoàn toàn tận diệt dính mắc vào các đối tượng ngũ dục. Điều này bắt đầu từ việc nghe và suy xét về Pháp để thấy được lợi ích của thực hành. Ta cần nhận ra rằng xuất gia có nghĩa là an vui và đó là loại hạnh phúc tách rời với một tự ngã đi tìm vui thú. Ta cần hiểu rằng từ bỏ ngũ dục đưa tới an tịnh và hạnh phúc tối cao.

Mỗi ba la mật cần được vun bồi cùng với trí tuệ, nếu không thiện pháp ấy sẽ không ở mức độ của ba la

mật. Nếu ta không thấy hiểm họa của bất thiện, và nếu ta không nhận ra lợi ích của ba la mật, chúng không thể được vun bồi. Đó là trường hợp mà trí tuệ quá yếu ớt để thấy được lợi ích của việc vun bồi các ba la mật.

Nếu mục tiêu của chúng ta là sự liễu ngộ Tứ Thánh Đế, ta không nên chỉ phát triển trí tuệ mà cũng cần phát triển các ba la mật. Mỗi ba la mật đều quan trọng và là trợ duyên cho sự chứng ngộ Tứ Thánh Đế. Một số người băn khoăn tại sao cần bền bỉ vun bồi các ba la mật cùng với Tứ niệm xứ. Người có hiểu biết về sự phát triển của con đường Bát Chánh Đạo biết rằng chánh niệm cần hay biết đặc tính của các pháp xuất hiện, và rằng trí tuệ dần dần suy xét, nhận thấy và hiểu đặc tính của các pháp là vô ngã, là danh - pháp nhận biết, hoặc sắc - pháp không nhận biết gì cả.

Tứ niệm xứ không thể sinh khởi liên tục, nhưng dần thế, do đã được nghe pháp và nhờ hiểu biết đã tích lũy về sự phát triển Tứ niệm xứ, tất cả những yếu tố ấy sẽ là duyên cho sự sinh khởi của các mức độ chánh niệm khác nhau. Có thể có chánh niệm ở mức độ của các phẩm chất tuyệt hảo gọi là ba la mật<sup>1</sup>. Mỗi ba la mật

---

1. Mỗi tâm thiện đều sinh kèm với chánh niệm lưu tâm, không bỏ qua thiện pháp. Như vậy, có nhiều mức độ của chánh niệm: chánh niệm của bố thí, của trì giới, của samatha và satipaṭṭhāna (Tứ niệm xứ). Chánh niệm của Tứ niệm xứ không bỏ qua đặc tính của các thực tại xuất hiện.

đều bao hàm một mức độ tinh tế của chánh niệm.

Chúng ta cần phát triển Tứ niệm xứ song song với tất cả các ba la mật, và điều này diễn ra trong một thời gian dài vô tận. Chúng ta sẽ biết rằng Tứ niệm xứ có thể lớn mạnh từ từ cùng với các ba la mật mà chúng ta đã vun bồi và tích lũy.

Để có thể chứng ngộ Tứ Thánh Đế, tất cả các ba la mật đều phải được vun bồi, không chỉ bố thí và trì giới, mà cả xuất gia - từ bỏ dính mắc vào ngũ dục. Chúng ta cần phải bền bỉ và không nên bị lung lay bởi các đối tượng ngũ quan, dù khả ái hay bất khả ái.

Chúng ta đọc rằng trong một trong các tiền kiếp, Đức Bồ tát đã suy xét về bản chất của các bất thiện pháp của mình, Ngài biết rằng chúng thường xuyên sinh khởi. Ngài nhận thấy từ bỏ dính mắc vào ngũ dục thật khó khăn. Chúng ta đọc trong Chú giải chuyện *Tiền thân Susīma* (số 411), rằng Đức Bồ tát xem xét về cái tâm phải nỗ lực sau khi từ bỏ dính mắc với các đối tượng thị giác, âm thanh, mùi, vị và đối tượng xúc chạm:

*“Đức Bồ tát suy xét: một người ốm bệnh không thể tự trở mình. Người hộ lý phải buộc một sợi dây để anh ta có thể tự ngồi dậy, và anh ta cổ vũ mình với những lời sau, ‘nào, hãy kéo dây này để có thể trở mình.’ Nhờ kéo dây, anh ta có thể trở mình và cảm thấy thân thể*

*thoải mái hơn, nhưng tâm vẫn không được thoải mái, dù chỉ chút ít. Đây cũng là tình cảnh của các chúng sinh bị đốt cháy bởi phiền não: họ không thể tự nâng mình và quay lưng lại với phiền não nhờ hạnh phúc khởi sinh từ sự cô tịch”.*

Nếu không có dính mắc vào ngũ dục, ta sẽ có sự an tịnh thực sự, sẽ có hạnh phúc phát khởi từ sự cô tịch; ta an tịnh và xa lìa dính mắc vào ngũ dục. Tuy nhiên, để cảm thấy hoan hỷ và quay lưng với phiền não, để xa lìa dính mắc và giã từ lạc thú ngũ dục, ta cần sự hỗ trợ của các ba la mật mà mình đã tích lũy. Chỉ như vậy ta mới có thể từ bỏ lạc thú ngũ dục. Chúng ta đọc trong Chú giải của *Tiền thân Susīma*:

*“Suy nghĩ ấy sinh khởi trong tâm Đức Bồ tát vào kiếp có vị vua Brahmadata trị vì ở Vārānasi. Đức Bồ tát khi đó là con trai vị tể sư của đức vua, và tên của Ngài là nam tử Susīma. Hoàng nam của vua là nam tử Brahmadata. Hai thiếu niên đã lớn lên cùng nhau, cùng học tất cả các môn học thuật tại Takkaśīla, và sau khi hoàn tất, họ trở về nhà. Hoàng nam Brahmadata trở thành tể tướng, và sau khi phụ vương mất, chàng đã nối ngôi vua và cử Susīma làm tể sư và quân sư của mình.*

*Một hôm, nhà vua đi rước quanh thành, ngồi trên vai vương tượng, còn tể sư ngồi trên lưng tượng. Khi hoàng thái hậu đứng nhìn qua cửa sổ cung điện, bà thấy tể sư ngồi sau đức vua. Bà liền phải lòng Ngài và*

không còn thiết đến ăn uống. Đức vua tới thăm mẹ và hỏi điều gì khiến bà lâm bệnh, nhưng bà không muốn thổ lộ với đức vua vì xấu hổ. Vua bèn cử hoàng hậu tới, và hoàng thái hậu đã kể cho hoàng hậu nghe chuyện xảy ra. Đức vua tôn vị tế sư lên thành vua, hoàng thái hậu thành hoàng hậu còn Ngài trở thành tế tướng.

Từ đó trở đi, Đức Bồ tát trở nên nhàm chán với cuộc sống tại gia. Hoàng hậu tìm nhiều cách nói chuyện với Ngài và sử dụng những chiêu trò nhằm khiến Ngài vui thú với việc trị vì, nhưng Đức Bồ tát đã giảng Pháp, chỉ ra vị ngọt và hiểm nguy của lạc thú ngũ dục, và Ngài đã trả lại vương quốc cho tế tướng. Ngài trở thành một ẩn sĩ và chứng đắc các thiền chứng và thần thông, để rồi sẽ tái sinh ở cõi Phạm Thiên”.

Ở phần cuối của câu chuyện tiền thân này, Đức Phật giải thích rằng hoàng thái hậu là thân mẫu của La Hầu La (Rāhula), vua là Ānanda, còn vua Susīma chính là Đức Phật.

Khi kể về các tiền kiếp của mình, Đức Phật giải thích rằng không ai có thể biết được sức mạnh của tham ái cũng như cách thức nó sinh khởi trong mỗi kiếp sống. Từ bỏ lạc thú ngũ dục là vô cùng khó khăn, và già từ đời sống tại gia để trở thành một vị tỳ kheo lại càng khó hơn nữa, vì vị tỳ kheo phải xem xét cẩn mực và nghiêm trì giới luật tỳ kheo. Nhưng dẫu thế nào đi nữa, nếu ta mong từ bỏ lạc thú ngũ dục, dính mắc vào các đối

tượng ngũ quan, thì nhất thiết cần từ bỏ bằng trí tuệ. Ta cần biết đặc tính của các pháp là vô ngã, không phải là chúng sinh hay con người. Có thể có tham, sân, si, thấy, nghe, ghen tuông, ngã mạn..., tất cả các pháp ấy là các thực tại chân đế mà ta gọi là tâm và tâm sở, các duyên khác nhau, các pháp sinh khởi do liên quan tương sinh. Tất cả những thứ này rất phức hợp và mang ý nghĩa sâu xa. Trí tuệ cần phải có đủ khả năng xuyên thấu bản chất của các pháp vào ngay lúc này và nhận ra chúng không phải là tự ngã hay chúng sinh.



## **Chương 4**

### **Trí tuệ Ba la mật**

Chú giải của *Hạnh Tạng* định nghĩa về trí tuệ ba la mật như sau:

*“Trí tuệ (paññā) có đặc tính xuyên thấu bản chất của các pháp, hay đặc tính xuyên thủng, như mũi tên được bắn đi bởi tay thiện xạ; chức năng/phận sự của trí tuệ là chiếu sáng cảnh, như một ngọn đèn; biểu hiện/ thành tựu của trí tuệ là sự tỏ tường, như một người dẫn đường trong rừng sâu; cận nhân của trí tuệ là định hay Tứ Thánh Đế”.*

Qua việc tìm hiểu Giáo lý, ta dần dà hiểu được hơn về những thăng trầm của thế gian, của được và mất, của vinh và nhục, lời khen và tiếng chê, hạnh phúc và đau khổ. Chúng ta sẽ hiểu rằng, các ngọn gió mát dễ chịu của lợi dưỡng, vinh quang, lời khen và hạnh phúc sẽ chỉ dẫn tới khổ đau nếu không có trí tuệ biết được nhân và quả tương ứng của chúng trong cuộc sống. Nếu một người thực sự thấy giá trị của trí tuệ và mong phát triển

thiện pháp, người ấy sẽ không mong gặt hái kết quả là các đối tượng ngũ quan khả ái, mà hướng tới sự lớn mạnh của trí tuệ tới mức độ đủ sắc bén và hoàn mãn để có thể tận diệt các phiền não. Tứ niệm xứ, tức hiểu biết đúng về các hiện tượng tinh thần và vật chất của cuộc đời chúng ta không thể được phát triển mà không có trí tuệ. Bất kể một người có bao nhiêu phẩm chất tuyệt diệu đi chăng nữa, phiền não của người ấy sẽ không thể được tận diệt nếu trí tuệ không được vun bồi và trở nên ngày càng sắc bén, nếu trí tuệ không thấy rõ chân tướng của các pháp đang sinh khởi một cách tự nhiên. Như vậy, ta cần thấy giá trị vô song của trí tuệ và cần vun bồi để nó trở nên hoàn mãn. Nếu ta bền bỉ phát triển Tứ niệm xứ, trí tuệ sẽ dần được tích lũy để có thể trở nên sắc bén hơn và đạt tới mức độ viên mãn để có thể chứng ngộ Tứ Thánh Đế.

Ta đọc trong Chú giải của *Hạnh Tạng* thuộc *Tiểu Bộ Kinh*, “*Chuyện Thái tử Yuvanjaya*”, về sự khởi đầu của sự vun bồi trí tuệ trong kiếp Đức Bồ tát là thanh niên Yuvanjaya<sup>1</sup>:

“*Trong kiếp Đức Bồ tát là Yuvanjaya, Ngài là thái tử và đảm nhận chức phó vương. Mỗi ngày Ngài đều*

1. Tham khảo *Chuyện tiền thân Đức Phật* (Jātaka số 460).

*tiến hành đại thí (mahā - dāna)<sup>1</sup>. Một hôm, khi đi ngự lãm trong vườn thượng uyển, Ngài nhìn thấy những giọt sương vương như những chuỗi ngọc trên các ngọn cỏ, đầu cành và mạng nhện. Thái tử thường thức vẻ đẹp của ngôi vườn, và khi mặt trời lên cao, những giọt sương đã tan biến. Ngài suy niệm như sau: ‘Những giọt sương này hình thành rồi tan biến. Các pháp hữu vi cũng vậy, đời sống của mọi chúng sinh cũng như những giọt sương vương trên ngọn cỏ.’ Ngài cảm thấy trạng thái khẩn cấp tu niệm sinh khởi và trở nên nhàm chán với đời sống thế gian, do vậy Ngài đã từ giã cha mẹ và trở thành một ẩn sĩ”.*

Từ câu chuyện này, ta có thể học được rằng mức độ trí tuệ của mọi người có khác nhau. Chúng ta có thể cũng nhìn thấy những giọt sương vương đầu ngọn cỏ, nhưng có ai có được trí tuệ ở mức độ có thể làm duyên cho trạng thái khẩn cấp tu niệm và nhàm chán khởi sinh khi so sánh cuộc đời mình với những giọt sương tan?

Chúng ta đọc:

*“ Đức Bồ tát nhận ra sự vô thường của những giọt sương và khiến nó làm mối nhân duyên nổi trội để tích lũy trạng thái khẩn cấp và nhàm chán; trạng thái ấy sinh khởi một lần và lại làm duyên cho những lần sinh khởi sau, rất thường xuyên”.*

---

1. Từ đại thí “mahā-dāna” thường được dùng cho những cuộc bố thí lớn cho Tăng đoàn.

Khi hiểu biết đúng cùng trạng thái khản cấp tu niệm sinh khởi, ta không nên mặc nó trôi qua mà không để tâm kỹ hơn. Ta cần suy tư về các duyên khiến trạng thái ấy sinh khởi, để nó có thể sinh khởi thường xuyên hơn. Suy niệm về sự chết và tính vô thường có thể là một duyên để phát triển các ba la mật tới tầm mức mới.

Chú giải của chuyện tiền thân *Chuyện Thái tử Yuvanajaya* giải thích về bước khởi đầu của sự phát triển trí tuệ trong kiếp ấy của Đức Bồ tát. Chúng ta đọc:

*“Qua việc thực hiện đại thí trước khi rời bỏ thế gian và qua việc từ bỏ vương quốc, Ngài đã vun bồi bố thí ba la mật.*

*Qua tiết chế trong hành động và lời nói, Ngài đã vun bồi trì giới ba la mật.*

*Qua xuất gia và chứng đắc các tầng thiền, Ngài vun bồi xuất gia ba la mật.*

Ở kiếp đó, Ngài bắt đầu phát triển trí tuệ bằng sự suy xét chân chánh về vô thường để cuối cùng có thể đạt tới các thần thông; Ngài phát triển trí tuệ có thể phân biệt giữa các pháp mang lại lợi lạc và các pháp không mang lại lợi lạc cho sự vun bồi bố thí và các phẩm hạnh khác. Bằng cách ấy Ngài vun bồi trí tuệ ba la mật.

*Qua nỗ lực vun bồi những gì lợi lạc trong mọi việc mình làm, Ngài phát triển tinh tấn ba la mật.*

*Qua nhẫn nại kèm trí tuệ (ñāṇa khanti) và nhẫn nại chịu đựng (adhivasana khanti), Ngài vun bồi kham nhẫn ba la mật.*

*Qua việc không nói lời sai trái, không làm sai lời hứa, Ngài bồi bổ chân thật ba la mật.*

*Qua sự quả quyết trong tất cả các thiện pháp, Ngài phát triển quyết định ba la mật.*

*Qua năng lực của từ vô lượng tâm, chỉ nghĩ tới lợi ích của mọi chúng sinh, Ngài vun bồi tâm từ ba la mật.*

*Qua sự bình thân trước hành vi ngang ngược của chúng sinh và an trú xả vô lượng tâm, Ngài vun bồi tâm xả ba la mật*

*Đó là cách thức Ngài vun bồi mười ba la mật”.*

Trí tuệ ba la mật là căn bản cho sự vun bồi của các ba la mật khác một cách đúng đắn. Chúng ta nên nhớ rằng mục tiêu của việc vun bồi các ba la mật là trí tuệ chứng ngộ Tứ Thánh Đế. Bởi để phát triển trí tuệ tới mức độ ấy cần một khoảng thời gian dài vô tận, nên bản thân trí tuệ lại cũng lệ thuộc vào các ba la mật khác. Ở cuộc đời này, chúng ta có thể nhận ra rằng một người đã tích lũy nhiều ba la mật sẽ dễ có xu hướng nghe Pháp, còn một người chưa tích lũy nhiều ba la mật sẽ không thấy được lợi ích của sự phát triển trí tuệ và không muốn nghe Pháp. Dầu có cơ hội nghe Chân

Pháp, anh ta cũng không quan tâm.

Một người đã phát triển trí tuệ ba la mật tới một mức độ nhất định luôn muốn hiểu và biết bản chất thật của các pháp, bất kể nơi chôn rau cắt rốn, kể cả khi sinh trưởng trong một gia đình có tà kiến. Chúng ta đọc trong chuyện *Tiền thân Piṅgiya* rằng bà la môn 120 tuổi tên Piṅgiya thỉnh Đức Phật:

*“Con đã già, yếu đuối,*

*Không còn có dung sắc,*

*Mắt không thấy rõ ràng,*

*Tai không nghe thông suốt,*

*Để con khỏi mệnh chung,*

*Với tâm tư si ám,*

*Mong Ngài nói Chánh pháp,*

*Nhờ rõ biết pháp ấy,*

*Chính tại ở đời này,*

*Con đoạn tận sanh già”.*

Một người có trí tuệ sẽ không thỉnh cầu gì khác ngoài được nghe Chân Pháp đưa tới chấm dứt già và chết. Mặc dầu Piṅgiya đã một trăm hai mươi tuổi, ông vẫn muốn nghe Chân Pháp. Ông đã tích lũy trí tuệ tới

mức độ thấy được lợi ích của việc nghe Pháp. Chúng ta đọc tiếp:

Đức Phật đáp lại:

*“Hỡi này Pin-gi-ya,  
Thấy được sự tác hại,  
Trong các loại sắc pháp,  
Chúng sanh sống phóng dật,  
Bị phiền lụy trong sắc,  
Do vậy, Pin-gi-ya,  
Ông chớ có phóng dật,  
Hãy từ bỏ sắc pháp  
Chớ đi đến tái sanh”.*

Những người đã phát triển trí tuệ biết rằng khổ sinh khởi bởi dính mắc vào sắc. Để có thể từ bỏ khổ, chúng ta cần loại bỏ dính mắc vào sắc. Khổ đau của cuộc sống chúng ta là do sắc gây nên, bởi chúng ta dính mắc và hân hoan trong các đối tượng ngũ dục như màu sắc, âm thanh, mùi, vị và đối tượng xúc chạm. Tất cả các đối tượng ấy đều là nhân của các loại khổ khác nhau.

Chúng ta đọc tiếp:

*“Thuật ngữ rūpa (rūpesu) có nghĩa là: Tứ Đại và*

*các sắc y đại sinh<sup>1</sup>. Chúng sinh lo lắng và nhọc nhằn vì sắc, bị tổn thương và giết chóc vì sắc; sắc là nguyên nhân và duyên tố cho điều ấy.*

*Do bởi sắc, vua chúa tạo nhiều nghiệp, chế ra những hình phạt. Họ ra lệnh trừng phạt bằng roi da, bằng gậy, bằng thừng. Họ ra lệnh chặt tay, chặt chân, cắt tai, cắt mũi. Họ ra lệnh đặt bát cháo đang sôi lên trên đầu người ta...”*

Vì sắc mà ta phải chịu hậu quả của sự trừng phạt như bị đánh bằng roi v.v... Chúng ta đọc tiếp:

*“Da đầu bị lột làm trơ màu trắng nhờn như vỏ ốc... thân họ bị khía và bôi lên chất nhờn gây xót... Da họ bị lột, xương bị nghiền; thân họ bị xối dầu nóng, thịt bị chó xơi, thân bị chọc bởi khiên hay bị dao cắt ra từng mảnh...”*

*Tất cả các chúng sinh đều phải chịu nhọc nhằn, tổn hại và giết chóc bởi sắc. Ta có thể thấy, xem xét và suy tư về điều này để trí tuệ có thể phát triển, và ta thấy rõ rằng mọi chúng sinh phải chịu nhọc nhằn và tổn hại theo những cách như vậy. Vì thế, Đức Phật nói rằng Ngài thấy mọi chúng sinh bị nhọc nhằn bởi sắc”.*

Khi già từ thế giới này, ta không biết mình sẽ đi đâu. Có thể ta sẽ phải nhận sự trừng phạt theo những

---

1. Sắc Tứ Đại là: Địa đại, Thủy đại, Hỏa đại, Phong đại. Các sắc y đại sinh là hai mươi bốn sắc. Các sắc sinh và diệt trong cùng một nhóm gọi là tổ hợp sắc, bao gồm Tứ Đại và bốn sắc y đại sinh.



cách thức kể trên. Chùng nào còn thân ta không biết điều gì sẽ xảy ra với nó, nhưng khi vì một lý do nào đó mà ta phải chịu sự tra tấn, cái là quả của nghiệp bất thiện, thì sắc chính là nhân, là nguồn cơn của việc kinh nghiệm thọ khổ. Chúng ta đọc tiếp:

*“Khi mắt mờ dần, hay hoàn toàn mù lòa, mọi người gặp rắc rối. Ngoài những rắc rối do tai, mũi, lưỡi, đối tượng thị giác, âm thanh, mùi, vị và đối tượng xúc chạm, còn có những rắc rối bởi tín chủ, bởi các bạn đồng phạm hạnh cùng tu viện, bởi lợi dưỡng, bởi tiếng thom, bởi lời tán dương, hạnh phúc, y áo, vật thực, cốc liêu, thuốc men; khi những thứ này suy tổn và không còn cho ta sử dụng nữa thì mọi người gặp rắc rối.*

*Bởi vậy mới nói rằng tất cả mọi người đều lo âu vì sắc. Ta cần loại bỏ dính mắc với sắc để có thể hoàn toàn từ bỏ nó trong kiếp này.*

*Về phần cụ Pìngiya, cụ đã giác ngộ khi Đức Phật kết thúc bài Pháp này”.*

Từ ví dụ này, chúng ta thấy rằng mặc dầu cụ Pìngiya đã tích lũy các ba la mật qua việc nghe Pháp, cụ cũng cần có tinh tấn và kham nhẫn bởi trí tuệ chỉ phát triển một cách từ từ, là một tiến trình khó khăn và trường kỳ. Chân thật ba la mật và quyết định ba la mật là nền tảng cần thiết để mọi người có thể nghe Pháp. Ta cần vững vàng trong quyết tâm lắng nghe, bất kể trong

hoàn cảnh nào.

Ba la mật trí tuệ có thể được vun bồi khi ta thực hiện bố thí, nhưng chúng ta cần biết mục đích bố thí của mình là gì: để loại trừ phiền não. Người nào không biết rằng trí tuệ cần phải được vun bồi để có thể chứng ngộ Tứ Thánh Đế sẽ bố thí không có trí tuệ, và anh ta có thể mong muốn gặt hái kết quả cho những việc làm tốt của mình. Tuy nhiên, người bố thí với hiểu biết về thực tại biết rằng về bản chất thì không có chúng sinh, con người hay tự ngã; anh ta biết rằng tái sinh dẫn tới đau khổ và phiền toái, kiếp này sau kiếp khác. Anh ta biết rằng chấm dứt tái sinh là chấm dứt khổ đau. Điều đó có nghĩa rằng thấy, nghe, ngửi, nếm, hay kinh nghiệm xúc chạm và tất cả những khổ đau do chúng tạo ra sẽ không còn sinh khởi nữa. Tất cả các thiện pháp cần được vun bồi tới mức độ các ba la mật để có thể chứng ngộ Tứ Thánh Đế và tận diệt phiền não. Khi một người trở thành bậc thánh Dự lưu, vị ấy sẽ chỉ còn tái sinh tối đa bảy lần trước khi chứng ngộ A La Hán.

Khi chánh niệm và trí tuệ đã trở nên sắc bén và vi tế hơn, chúng ta sẽ nhận ra rằng mình có nhiều loại phiền não qua mắt, tai, mũi lưỡi, thân và ý suốt cả ngày. Tận diệt được chúng là vô cùng khó khăn. Điều đó chỉ có thể thành tựu qua sự vun bồi mọi thiện pháp tới mức

độ ba la mật. Nếu ai đó có hiểu biết đúng về ý nghĩa của các ba la mật, người ấy sẽ thực hiện những việc quảng đại không vì một mục đích nào khác ngoài sự chứng ngộ Tứ Thánh Đế để có thể hoàn toàn tận diệt phiền não.

Chỉ có bản thân chúng ta mới có thể tự biết liệu thiện pháp của mình có phải là ba la mật hay không. Nếu một người không có hiểu biết về con đường tận diệt phiền não, sự bố thí của người ấy sẽ không phải là ba la mật. Ai đó được nghe Pháp và nhận ra những phiền não của mình có thể thực hiện thiện pháp là ba la mật, nhưng tất cả còn tùy thuộc vào mức độ trí tuệ của người ấy. Một số người mới bắt đầu nghe Pháp nói rằng họ không cần đạt Niết bàn, rằng họ không cần trở thành một bậc “Dự lưu”, người sẽ không còn tái sinh quá bảy lần. Họ muốn tái sinh nhiều hơn 7 lần. Như vậy, rõ ràng là trong trường hợp ấy, văn tuệ của họ vẫn còn yếu ớt. Với sự phát triển của các ba la mật, nhất thiết trí tuệ phải thấy rõ lợi ích của việc vun bồi những phẩm chất ấy, dù đó là bố thí, trì giới, xuất gia hay một ba la mật khác. Do đó việc các ba la mật có thể được vun bồi ở mức độ nào tùy thuộc vào mức độ của trí tuệ.

Chúng ta có thể chưa hiểu được rằng các phiền não và mọi pháp đều là khổ, sinh ra trong kiếp này phát

xuất từ “ngã thủ”, tức là những danh pháp và sắc pháp bị chấp tướng là ta, là tự ngã. Sự chấm dứt của khổ có nghĩa là không còn sự tái sinh của danh pháp và sắc pháp nữa.

Chúng ta đọc trong Đại Nghĩa Tích, kinh Attadaṇḍa Sutta:

*“Từ ‘nhân’ (nara<sup>1</sup>) được sử dụng ở đây để nói về người hướng tới Niết bàn. Điều này có nghĩa là “nhân” là những người ở cõi này thực hiện bố thí, trì giới, bát quan trai giới, sửa soạn nước để uống và cho những việc khác, quét sân, cung kính bảo tháp, phát triển những thiện pháp ba cõi giới (dhatu)<sup>2</sup> cần được vun bồi. Họ không vun bồi thiện pháp vì tái sinh, vì cõi giới muốn được tái sinh vào cõi vẫn còn muốn tiếp tục vòng luân hồi sinh tử. Họ có mục đích thoát khổ, họ khiêm cung và hướng tới Niết bàn. Do bởi mục đích này họ sẽ vun bồi mọi thiện pháp. Họ được gọi là ‘nhân’ bởi họ hướng tới Niết bàn”.*

Người nào chưa hiểu được ý nghĩa thực sự của từ “dukkha-khổ” có thể mong chấm dứt khổ ở chừng mực anh ta coi khổ chỉ là không có được điều mình ước nguyện. Hoặc giả anh ta chỉ muốn không bị khổ đau nữa. Tuy nhiên, khi một người có được hiểu biết về ý

1. Nara được dịch là “nhân” ở đây có thể có nghĩa: dũng cảm, anh hùng, mạnh mẽ.

2. Thiện pháp dục giới, sắc giới và vô sắc giới.

nghĩa của khổ, mục tiêu của người ấy là xa lìa khổ theo nghĩa hướng tới Niết bàn, tức là sự chấm dứt của khổ nội tại trong mọi pháp hữu vi. Hiểu biết này có nền tảng từ việc nghe Pháp và thấy hiểm họa của bất thiện, thấy sự bất lợi, khổ đau và hiểm họa của tái sinh, của sự sinh khởi của các sắc pháp và danh pháp.

Các bất thiện pháp rất thường sinh khởi, bởi chúng được làm duyên bởi tất cả những bất thiện mà chúng ta đã tích lũy. Nếu chúng ta thấy được lợi lạc của việc vun bồi các ba la mật, chúng ta cần tìm hiểu xem liệu trong cuộc sống hàng ngày của mình, thiện pháp sinh khởi thường hơn hay rất hiếm khi sinh khởi. Khi thiện pháp sinh khởi, chúng ta nên biết liệu nó đã trở nên vững mạnh hơn và liệu nó đã đạt tới mức độ của ba la mật hay chưa. Một số người có thể đã thường tạo thiện pháp trước khi nghe Pháp, nhưng sau khi nghe Pháp và được học rằng các ba la mật là một duyên căn bản cho sự giác ngộ Tứ Thánh Đế, anh ta càng chân thành và quyết tâm vững chãi để vun bồi thiện pháp cao hơn nữa.

Chúng ta đọc trong chú giải của Đại Nghĩa Tích thuộc *Tiểu Bộ Kinh*, chú giải của bài kinh *Hang Động* như sau:

*“Thuật ngữ paññā - trí tuệ có nghĩa là xuyên thấu. Nó xuyên thấu cái gì? Nó xuyên thấu Tứ Thánh Đế,*

*‘Đây là Khổ đế...’.*

Khổ đế không chỉ đơn thuần là sự khổ cực, nhọc nhằn của cuộc sống như mất tài sản, bị gièm pha, đau đớn v.v... Khổ đế là sự thật rằng không có gì thường hằng, rằng bất cứ cái gì sinh khởi, chẳng hạn như thấy, nghe, suy nghĩ, hạnh phúc hay khổ đau... sinh khởi trong một khoảng thời gian vô cùng ngắn ngủi và rồi diệt đi. Biết được “đây là Khổ đế” có nghĩa là biết được rằng những gì sinh và diệt ngay lập tức thì là khổ. Chúng ta đọc tiếp trong chú giải được trích dẫn ở trên:

*“Loại tuệ giác này là căn (năng lực kiểm soát - indriya) theo nghĩa vượt trội, bởi nó vượt qua vô minh, avijjā”.*

Bất cứ khi nào trí tuệ không sinh khởi, chúng ta bị vô minh chế ngự. Đặc tính của trí tuệ là đối nghịch với vô minh. Vô minh có thể được chế ngự khi trí tuệ sinh khởi.

Chúng ta đọc tiếp:

*“Loại trí tuệ này có đặc tính soi sáng và xuyên thấu. Giống như khi một ngọn đèn thắp lên trong một căn nhà bốn vách thì bóng tối biến mất, ánh sáng tự hiển lộ, vì vậy trí tuệ có đặc tính soi sáng<sup>1</sup>”.*

---

1. Tham khảo Chú giải Bộ Pháp Tụ (Atthasālinī), I, Quyển I, Phần IV, Chương I, 122.

Chùng nào chân lý vẫn chưa được chứng ngộ, ta chưa thể nói về tính soi sáng. Ta mới chỉ bắt đầu hiểu về các thực tại. Tuy nhiên, khi trí tuệ đã đạt tới mức độ cao hơn, nó có đặc tính soi sáng; nó có thể nhận ra chân lý khi danh pháp - pháp nhận biết - xuất hiện một cách rõ ràng qua ý môn. Khi ấy đặc tính của sắc pháp không bị lẫn với đặc tính của danh pháp, của nāma - dhātu. Đó là ý nghĩa của soi sáng<sup>1</sup>.

Chúng ta đọc tiếp:

*“Đối với bậc trí, tại một lúc, mười ngàn vũ trụ xuất hiện từ một tia sáng”.*

Trí tuệ ở mức độ soi sáng là trí tuệ xuyên thấu đặc tính của các pháp chưa từng được xuyên thấu. Trước đó, một người có thể đã từng nghe về các đặc tính này và hiểu chúng ở mức độ lý thuyết, nhưng người ấy vẫn chưa trực tiếp chứng ngộ chúng. Trí tuệ có thể lớn mạnh và nó có thể tới mức độ soi sáng.

Như chúng ta đã đọc, kể cả khi ta ngồi ở một nơi, mười ngàn vũ trụ có thể xuất hiện từ một tia sáng. Điều này có nghĩa là trí tuệ hiểu tường tận và xuyên thấu đặc tính của danh pháp và sắc pháp xuất hiện. Danh pháp

---

1. Khi tuệ minh sát sinh khởi, đặc tính của danh xuất hiện qua ý môn và danh được phân biệt rõ với sắc.

sinh khởi ở các cõi có ngũ uẩn, cõi trời dục giới (chư thiên), cõi sắc giới (phạm thiên sắc giới) và cõi vô sắc giới (phạm thiên vô sắc giới)<sup>1</sup>, hoặc ở bất kỳ thế giới nào trong vô số thế giới, nhưng nó chỉ có một đặc tính: danh pháp là thực tại kinh nghiệm hay nhận biết đối tượng, hay là giới (dhātu nhận biết đối tượng). Khi trí tuệ xuyên thấu đặc tính của các thực tại, mười ngàn vũ trụ xuất hiện từ một tia sáng, điều đó có nghĩa là trí tuệ hiểu rõ đặc tính của các pháp chân đế, bất kể chúng sinh khởi nơi đâu.

Chúng ta đọc tiếp:

*“Một người đem một ngọn đèn dầu vào một căn nhà tối; ngọn đèn đó xua tan bóng tối, tạo ánh sáng, làm rạng ngời, khiến ta thấy được sự vật, cũng vậy, khi trí tuệ khởi sinh, nó đập tan bóng tối của vô minh, thấp lên ánh sáng tuệ giác, làm trí rạng ngời, khiến Tứ Thánh Đế được tỏ ngộ. Vì vậy, trí tuệ có đặc tính soi sáng”.*

Khi nghe Pháp ở khoảnh khắc này, chúng ta cũng đang phát triển trí tuệ ba la mật cùng với các ba la mật tinh tấn và kham nhẫn, để rồi trong tương lai, trí tuệ soi sáng hiểu tỏ tường các pháp sẽ sinh khởi.

Chúng ta đọc tiếp:

---

1. Sinh ở cõi phạm thiên sắc giới là kết quả của thiên sắc giới, và sinh ở cõi phạm thiên vô sắc giới là kết quả của tầng thiên vô sắc giới.



*“Như một y sĩ biết được thực phẩm nào thích hợp, thực phẩm nào không, trí tuệ cũng vậy...”.*

Ở đây, ta thấy rằng trí tuệ cần phải được vun bồi trong cuộc sống hàng ngày để có thể biết rõ và xuyên thấu đặc tính của các pháp.

Chúng ta đọc:

*“Cũng vậy, trí tuệ sinh khởi biết rõ trạng thái nào là thiện, trạng thái nào là bất thiện, có lợi, bất lợi, hạ liệt hay cao thượng, đen tối hay sáng trong, tương tự hay dị biệt. Và vị tướng quân của Giáo Pháp (Ngài Xá Lợi Phất) đã nói: ‘vì biết, này tỳ kheo, nên được gọi là trí. Và biết cái gì? Đây là khổ v.v... Cần giảng rộng tiếp như vậy. Vì thế biết phải được coi là đặc tính của trí.’*

*Và đây là một quan điểm nữa: Trí tuệ có đặc tính xuyên thấu bản chất hay xuyên thấu không do dự, giống như sự xuyên thấu của một mũi tên được bắn đi bởi một thiện xạ; chức năng của trí tuệ là soi sáng, như thể một ngọn đèn; không chao động là cận nhân, như thể một người dẫn đường tài giỏi trong rừng sâu”.*

Đó là đặc tính của trí tuệ biết các pháp như chúng thực là. Khi Tứ niệm xứ chưa sinh khởi, chúng ta qua ngày trong vô minh: chúng ta không biết loại tâm bất thiện nào sinh khởi, tham sinh khởi cùng tâm bất thiện ở mức độ nào, và chúng ta không thể phân biệt rõ giữa tham sinh khởi qua căn mắt, qua căn tai hay qua ý môn.

Suốt cả ngày chúng ta vô minh về các thực tại. Khi trí tuệ sinh khởi, nó biết rõ những pháp nào là thiện và pháp nào là bất thiện. Không cần phải hỏi một người khác liệu cái đang sinh khởi là tâm thiện hay tâm bất thiện, bởi vì trí tuệ có khả năng hiểu điều ấy. Trí tuệ biết pháp nào là lợi lạc và pháp nào không.

Khi tâm bất thiện sinh khởi trí tuệ có thể hiểu một cách rõ ràng; nó biết hiểm họa của bất thiện và biết loại bất thiện nào không nên tăng trưởng. Khi tâm thiện sinh khởi, trí tuệ hiểu rõ nó và biết được lợi ích của thiện pháp. Như chúng ta đọc trong chú giải, trí tuệ biết đặc tính của các pháp hạ liệt hay cao thượng, đen tối hay trong sáng.

Chúng ta đọc tiếp:

*“Lại nữa, vun bồi trí tuệ với mục đích chứng ngộ Tứ Thánh Đế là bước đi trên đường trường, tức là vòng sinh tử luân hồi”.*

Nếu trí tuệ sinh khởi, ta có thể hiểu rằng vòng sinh tử luân hồi mà ta đã đi qua là cực kỳ dài. Chừng nào trí tuệ chưa trở nên hoàn mãn, con đường dẫn tới sự chấm dứt của vòng luân hồi đó sẽ còn rất dài. Như vậy, theo những gì ta đọc, để vun bồi trí tuệ ta cần phải đi trên con đường xa vô tận. Ta phải đi tới bờ bên kia, tới hướng của Niết bàn, mà theo Chú giải là nơi “*mà ta chưa từng*

*đến, ngay cả trong những giấc mơ”.*

Chúng ta cần cả mười ba la mật, bởi lẽ chúng ta có một lượng phiền não khủng khiếp. Chỉ phát triển trí tuệ ba la mật thôi không đủ. Nếu ta không hiểu được các ba la mật là gì và chúng ta cần bồi bổ chúng trong cuộc sống thường nhật ra sao, chúng ta không thể chứng ngộ Tứ Thánh Đế, mà chỉ có sự mong đợi giấc ngộ vô vọng. Chúng ta không biết mình và không hiểu rằng chúng ta cần các ba la mật để là các trợ duyên cho sự vun bồi thiện pháp và loại trừ các pháp bất thiện.

Khi chúng ta hiểu rằng Tứ niệm xứ cần được phát triển cùng với các ba la mật, sẽ có duyên cho bố thí ba la mật, là sự cho đi những thứ lợi lạc cho người khác, hay cho trì giới ba la mật, là sự tránh xa các nghiệp bất thiện, và cho xuất gia ba la mật: sự xả ly với đối tượng thị giác, âm thanh và các đối tượng ngũ dục khác. Đây là một tiến trình rất từ từ, nhưng đôi lúc, ai đó có thể nhận ra rằng mình muốn bứt dính mắc vào đối tượng ngũ dục hơn, rằng mình đã chán ngán chúng rồi, và rằng mình không nên sa đà vào chúng.

Đa phần mọi người mong mỗi có trí tuệ, tuy nhiên trí tuệ ba la mật - trí tuệ hiểu đúng đặc tính của các pháp chân đế - không thể sinh khởi nếu ta không cố gắng vun bồi nó. Thông thường mọi người mong biết

sự thật của các pháp, nhưng họ cần thẩm xét xem liệu ở những khoảnh khắc thấy, khoảnh khắc kinh nghiệm các đối tượng ngũ quan khác hoặc khoảnh khắc suy nghĩ, họ thực sự có ước muốn chân thành (chanda) để biết và hiểu đặc tính của các pháp hiện khởi.

Khi một người thực sự thấy được lợi ích của trí tuệ, người ấy cần có tinh tấn và bền bỉ, bởi sự phát triển trí tuệ là một nhiệm vụ khó khăn cần khoảng thời gian dài vô tận. Văn tuệ chỉ là nền tảng, nó chưa phải là trí tuệ ba la mật, thứ là duyên cho sự chứng ngộ Tứ Thánh Đế. Trí tuệ ba la mật tiến triển với sự vun bồi hiểu biết về các đặc tính của pháp hiện khởi. Tiến trình này bao gồm sự phát triển hiểu biết ở mức độ văn tuệ (nghe Pháp), tư tuệ (suy xét về các pháp) và tu tuệ (chánh niệm trực tiếp về các pháp hiện khởi). Chúng ta đọc trong *Tiểu Bộ Kinh, Tiểu nghĩa tích* (Cūlaniddesa), “*Các câu hỏi của Ajita*”:

“*Kusalo sabbadhammānaṃ’ có nghĩa là: vị ấy thuần thực trong mọi pháp. Vị ấy biết các pháp hữu vi là vô thường, các pháp hữu vi là khổ và tất cả các pháp là vô ngã*”.

Để có thể trực tiếp hiểu và xuyên thấu chân lý, ta cần nghiên cứu Giáo Pháp một cách chi tiết để có thể biết tường tận về ý nghĩa của thuật ngữ “tất cả các

pháp hữu vi” (saṅkhāra dhamma). Chúng bao gồm tất cả những gì đang xuất hiện hiện giờ, và chúng là vô thường, sinh và diệt. Các pháp sinh và diệt là khổ, còn tất cả các pháp là vô ngã, anattā.

Chúng ta đọc tiếp về các phương thức giảng giải về Giáo Pháp khác nhau:

*“Lại nữa, vị ấy thuần thực về uẩn (khandha), về giới (dhātu), về xứ (āyatana), về lý duyên khởi (paṭṭicasamuppāda), về Tứ niệm xứ (satipaṭṭhāna), Tứ chánh cần (sammā-padhāna), ngũ căn (indriya), ngũ lực (bala), thất giác chi, đạo, quả, Niết bàn. Điều ấy có nghĩa là, vị ấy thuần thực trong mọi Pháp theo cách ấy”.*

Năm uẩn sắc, thọ, tưởng, hành và thức đang hiện hữu ngay lúc này. Các giới, các xứ, thập nhị nhân duyên

---

1. Các xứ āyatana là: ngũ căn, ý căn, tất cả các tâm, các đối tượng ngũ căn, và pháp xứ bao gồm tất cả các tâm sở, các sắc tế và Niết bàn.

Tứ chánh cần là: tinh tấn ngăn bắt thiện chưa sinh khởi, tinh tấn vượt qua bất thiện đã sinh khởi, tinh tấn làm sinh khởi thiện pháp chưa sinh, và tinh tấn duy trì thiện pháp đã sinh.

Ngũ căn là: tín, tấn, niệm, định, tuệ. Ngũ lực cũng là cùng các thực tại như ngũ căn, nhưng khi ngũ căn đã được phát triển tới mức không thể bị lay động bởi các pháp đối nghịch, chúng trở thành lực.

Thất giác chi là: niệm (sati), trạch pháp (dhammavicaya), tinh tấn (viriya), phi (pīti), an tịnh (passaddhi), định (samādhi) và xả (upekkhā) giác chi. Lý duyên khởi giảng về mối duyên hệ của các danh pháp và sắc pháp trong vòng sinh tử luân hồi.

đều là các pháp rất phức hợp, sinh khởi trong tương quan phụ thuộc lẫn nhau. Tứ chánh cần, ngũ căn và ngũ lực liên quan tới trí tuệ. Phải có chánh tinh tấn với trí tuệ để các đặc tính đang xuất hiện có thể được hiểu. Người thuần thực trong mọi pháp, như ta đã đọc, là người thuần thực trong các giác chi (yếu tố giác ngộ), gắn liền với sự chứng ngộ Tứ Thánh Đế, tâm đạo (magga-citta) - cái đạt giác ngộ, tâm quả (phala-citta) - cái là quả của tâm đạo, và Niết bàn. Chúng ta chưa thuần thực trong mọi pháp nếu ta mới chỉ nghe Pháp từ một thời gian ngắn.

Chúng ta đọc tiếp:

*“Lại nữa, các xứ bao gồm: mắt và đối tượng thị giác, tai và âm thanh, mũi và mùi, lưỡi và vị, thân và đối tượng xúc chạm, thức xứ (tâm) và pháp xứ (dhammaayatana), tất cả những thứ ấy được gọi là: tất cả các pháp”.*

Khi một người đã phát triển trí tuệ nghe Pháp và hiểu được đặc tính của các pháp đang xuất hiện, người ấy có thể liễu ngộ sự sinh diệt của các thực tại ngay ở khoảnh khắc ấy. Người ấy thuần thực trong các xứ, chẳng hạn như cái thấy và cái xuất hiện qua nhãn căn ngay lúc này.

Một số người thắc mắc rằng, trong sự phát triển Tứ niệm xứ, làm sao ta có thể hiểu được đặc tính của các

pháp xuất hiện tại khoảnh khắc của cái thấy. Chỉ có duy nhất một con đường: khi một người đã nghe Pháp người ấy có thể chánh niệm để hiểu về đặc tính của cái thấy đang thấy ngay hiện giờ, hay về đặc tính của các pháp hiện khởi khác. Ở khoảnh khắc hiểu về các thực tại, Tứ niệm xứ đang được phát triển. Chánh niệm hay biết các đặc tính của pháp kinh nghiệm hay nhận biết, chẳng hạn như cái thấy, và trí tuệ có thể hiểu được đặc tính ấy, nó có thể nhận ra rằng đó chỉ là một pháp, không phải là một chúng sinh, một con người.

Ở bất kỳ khoảnh khắc có cái thấy, cái nghe hay các nhận biết ngũ quan hoặc một loại tâm nào khác hiện khởi, ta có thể hiểu về xứ: mắt và đối tượng thị giác, tai và âm thanh, các căn khác và đối tượng tung ứng của chúng, tâm và pháp. Ở những khoảnh khắc ấy, trí tuệ bắt đầu phát triển bằng việc nhận biết các đặc tính của các pháp hiện khởi. Chúng ta có thể dùng từ “Tứ niệm xứ” cho tiến trình này, nhưng điều quan trọng hơn cả là biết được trí tuệ phải được phát triển như thế nào: khi cái thấy xuất hiện, ta bắt đầu hiểu đặc tính của cái thấy, khi cái nghe xuất hiện, ta bắt đầu hiểu đặc tính của cái nghe, và cũng như vậy với các nhận biết ngũ quan khác và các loại tâm khác. Ba la mật tinh tấn phải sinh khởi cùng trí tuệ, nếu không ta sẽ nỗ lực cho một thứ gì đó khác, thay cho chánh tinh tấn để hiểu các đặc tính của

thực tại khi chúng sinh khởi tự nhiên trong cuộc sống hàng ngày.

Các cách thức thuyết giảng về Giáo Pháp của Đức Phật thống nhất với nhau, không có sự mâu thuẫn giữa chúng. Chẳng hạn, Đức Phật dạy suy niệm về sự chết (marāṇa sati). Hơn nữa, Ngài cũng dạy về ba loại chết: chết trong từng sát na (khaṇika marāṇa), chết chế định (sammutti marāṇa) và chết vĩnh viễn (samuccheda marāṇa)<sup>1</sup>. Chết trong từng sát na là cái chết ở mỗi khoảnh khắc, và điều này có nghĩa là cuộc sống của chúng ta chỉ xảy ra trong một sát na tâm. Ta có thể nói rằng cuộc sống kéo dài, và rằng người này đã sống lâu, tuy nhiên trên thực tế, cuộc sống là một chuỗi các tâm sinh và diệt tiếp nối. Nếu chúng ta quy cuộc sống dường như kéo dài này thành một khoảnh khắc tâm vô cùng ngắn ngủi, chúng ta có thể hiểu rằng cuộc sống chỉ tồn tại trong một khoảnh khắc của cái thấy. Ở khoảnh khắc đang thấy này, chỉ một sát na cuộc sống đang sinh khởi và thấy; nếu không có cái thấy sẽ không có cuộc sống. Cái thấy đã sinh khởi và thấy, và rồi nó diệt đi, nó chỉ tồn tại trong một khoảnh khắc cực kỳ ngắn. Ở khoảnh khắc ta đang nghe, cuộc sống chỉ tồn tại trong

---

1. Chết vĩnh viễn (samuccheda marāṇa) là cái chết của vị A La Hán, người sẽ không còn tái sinh trở lại nữa.



một khoảnh khắc nghe ngẩn ngùi và rồi cái chết tới liền.

Khi một người phát triển trí tuệ ba la mật suy niệm về sự chết, người ấy không nên chỉ nghĩ về cái chết theo nghĩa chế định. Chỉ đơn thuần suy nghĩ, dù là với một mức độ xả ly nhất định, rằng không có ai sở hữu gì cả, và rằng một ngày ta sẽ phải xa lìa mọi thứ, rằng những gì vẫn chấp trước là ta và của ta sẽ tan biến, sẽ là không đủ. Hiểu biết tư duy thuần túy không thể đưa tới sự tận diệt phiền não. Hiểu biết thực sự về cái chết trong từng sát na khác với hiểu biết về cái chết theo nghĩa chế định. Ta cần hiểu cái chết trong từng sát na: mỗi khoảnh khắc ta thấy, cái thấy sinh khởi và rồi diệt đi. Cũng như vậy với trường hợp của cái nghe, của các nhận biết ngũ quan khác và của suy nghĩ. Nếu ta có hiểu biết đúng về cái chết trong từng sát na, ta sẽ có thể thẩm xét và biết được các đặc tính của các pháp hiện khởi. Đó là suy niệm về sự chết.

Có nhiều mức độ suy niệm về sự chết, tương ứng với mức độ hiểu biết của mỗi người. Có suy niệm về sự chết ở mức độ của người phát triển an tịnh, và nó khác với mức độ của người phát triển hiểu biết qua sự suy xét và thẩm định về đặc tính của sự chết diễn ra trong từng khoảnh khắc. Nếu ta chánh niệm về cái chết trong từng sát na, ta có thể thấy được hiểm họa của sự dính mắc

vào những gì diệt đi ngay lập tức.

Trong chuyện *Tiền thân Dasañṇaka* (chuyện *Người nuốt lưỡi kiếm* - số 401) có thuyết về hiểm họa và bất lợi của tham ái. Chúng ta đọc trong chú giải của “*Tiền thân Dasañṇaka*” như sau:

“Vào thời Đức Bồ tát là hiền trí *Senaka*, Ngài *Mục Kiền Liên (Mahā-Moggallāna)* là tôn giả *Āyura* - quốc sư hoàng gia, còn Ngài *Xá Lợi Phất (Sāriputta)* là tôn giả *Pukkasa*.

Con trai của vị tể sư hoàng gia tới yết kiến nhà vua và khi chàng nhìn thấy hoàng hậu, chàng lập tức phải lòng, và khi trở về nhà đã bỏ ăn và cứ nằm dài. Khi đức Vua biết được tin, Ngài đã ban tặng hoàng hậu cho chàng trong bảy ngày, nhưng yêu cầu chàng phải trả lại hoàng hậu vào ngày thứ tám. Tuy nhiên, con trai đạo sĩ và hoàng hậu đã trở nên say đắm lẫn nhau và cùng chạy trốn sang một nước khác. Đức vua rất đau khổ và lâm bệnh nặng. Các bác sĩ hoàng gia không sao chữa cho Ngài khỏi bệnh. Đức Bồ tát biết rằng đức vua không mắc bệnh thân, mà mắc bệnh tâm vì không được gặp hoàng hậu. Ngài tìm cách sử dụng mẹo đặc biệt để chữa bệnh cho đức vua. Ngài đã tổ chức cho đức vua coi biểu diễn xảo thuật nuốt kiếm dài hơn tám mươi phân. Sau đó, đức vua hỏi tôn giả *Āyura* (trong bài kệ thứ nhất) liệu có gì khó làm hơn là nuốt lưỡi kiếm ấy. Tôn giả *Āyura*, người trong kiếp cuối sẽ là Ngài *Mahā-Moggallāna (Mục Kiền Liên)* đã trả lời (trong bài

kệ thứ hai) rằng “nói ‘ta sẽ từ bỏ vật này’ còn khó hơn việc ấy”.

Điều ấy chỉ ra rằng dính mắc vào đối tượng thị giác, âm thanh và các đối tượng ngũ quan khác thật vô cùng khó từ bỏ. Nếu một người vẫn còn dính mắc, làm sao người ấy có thể nói rằng mình sẽ cho đi? Chúng ta đọc:

*“Khi đức vua nghe thấy những lời đáp của tôn giả Āyura, Ngài nghĩ, ‘ta đã nói là mình sẽ trao hoàng hậu cho con trai vị tế sư, và như vậy điều ta đã thực hiện là một điều rất khó làm.’ Nghĩ vậy trái tim khổ đau của Ngài vui nhẹ được một chút, vì Ngài đã làm được điều khó làm.*

*Đức vua băn khoăn liệu có điều gì còn khó hơn là nói ‘ta sẽ trao tặng thứ này cho người khác’ hay không. Ngài nhận thấy rằng nói như vậy là điều khó, nhưng Ngài thắc mắc không biết có điều gì còn khó hơn nữa hay không. Sau đó, đức vua đã hỏi tôn giả Pukkusa (trong bài kệ thứ ba) liệu còn có điều gì khó hơn cả việc nói là mình sẽ từ bỏ một thứ. Tôn giả Pukkusa đã nói lên bài kệ thứ tư, nhằm giải quyết xong vấn đề:*

*‘Người ta không sống được bằng lời,*

*Lời nói thốt ra uổng phí thôi,*

*Song nếu đem cho như đã hứa,*

*Việc này còn khó bội hơn rồi.*

*Mọi điều gì khác đều không khó,  
Đại đế, đây lời đáp của tôi”.*

Đoạn này bàn về sự chân thật, chân thật với suy nghĩ và với những lời mà mình đã nói. Khi tín tâm trong thiện pháp, saddhā, sinh khởi, ta có thể nói rằng mình sẽ bố thí, nhưng sau đó có thể ta không xả được. Thực hiện lời hứa của mình còn khó hơn. Khi có sự chân thành và trung thực, ta có thể thực hiện được lời đã hứa.

Chúng ta đọc rằng hiền giả Pukkusa nói:

*“Mọi điều gì khác đều không khó,  
Đại đế, đây lời đáp của tôi”.*

*Khi đức vua nghe lời đáp này, Ngài suy xét, ‘đầu tiên, ta nói ta sẽ trao hoàng hậu cho con trai vị tế sư, và ta đã làm theo lời mình đã hứa; chắc chắn ta đã làm một việc khó làm.’ Nhờ vậy, nỗi buồn đau của Ngài lại vơi hơn một chút nữa”.*

Chúng ta thấy rằng đức vua đã sẵn sàng từ bỏ dính mắc. Ngài hành động tương ứng với những gì đã nói. Điều ấy khó khăn hơn là nuôi một lưỡi kiếm dài hơn 80 phân. Chúng ta đọc:

*“Sau đó Ngài ngẫm nghĩ: ‘Không có ai thông thái hơn Hiền trí Senaka, ta sẽ đặt câu hỏi này với ông ta.’”*

Hiền trí Senaka sẽ trở thành Đức Phật chánh đẳng

chánh giác trong kiếp cuối của mình.

Chúng ta đọc rằng nhà vua đã hỏi Hiền trí Senaka: “Điều gì khó làm hơn là cho đi?” Ta có thể nói rằng mình sẽ cho đi và rồi làm đúng như những gì đã nói. Đức vua muốn biết liệu có gì còn khó hơn thế nữa. Chúng ta đọc:

*“Hiền trí Senaka trả lời đức vua bằng bài kệ thứ sáu:*

*‘Nếu người có của đã đem cho*

*Bất luận là gì, dẫu nhỏ to,*

*Đừng tiếc nuối sau khi bố thí,*

*Việc này quả thật khó hơn mà,*

*Mọi điều gì khác đều không khó,*

*Xin đáp Đại vương Ma-kiệt-đà’*

*Khi đức vua nghe được lời đáp của Đức Bồ tát, Ngài suy ngẫm, ‘Khi ta trao hoàng hậu cho con trai vị tế sư, ta buồn khổ vì việc ấy, như vậy thật chẳng phải. Nếu hoàng hậu yêu thương ta, nàng đã chẳng bỏ vương quốc của mình và chạy trốn. Nhưng nàng đã làm như vậy, thì sầu muộn vì nàng phỏng có ích gì đâu?’ Khi đức vua suy xét như vậy, mọi phiền muộn tan biến như một giọt nước rơi khỏi lá sen. Tại khoảnh khắc ấy, Ngài đã khỏi bệnh, khỏe khấn và an lạc.*

*Ngài tán thán Đức Bồ tát và ngâm bài kệ:*

*'Ày-ra giải đáp lời ta,  
Thế rồi Hiền giả Puk-sa cũng vậy,  
Lời Sen-ka quả thật hay,  
Trong ba lời giải lời này tối ưu'*

*Đức vua hoan hỷ tán thán và ban thưởng hậu hĩnh cho Ngài”.*

Khi Đức Phật thuyết bài pháp này, Ngài đã giảng chân Pháp và cuối cùng kể câu chuyện tiền thân này cho một vị tỳ kheo muốn rời Tăng chúng bởi bị quyến rũ bởi người vợ cũ. Trong một kiếp quá khứ, vị ấy chính là đức vua, và trong kiếp này, vị ấy chứng đắc đạo quả Dự lưu. Đức Phật nói rằng Ngài Mục Kiền Liên chính là tôn giả Āyura và Ngài Xá Lợi Phất là tôn giả Pukkusa, còn Như lai chính là hiền triết Senaka.

Chúng ta có thể thấy rằng không tiếc nuối sau khi đã bỏ thí là rất quan trọng. Khi ta nuối tiếc, hiển nhiên là ta dính mắc và chấp thủ vào đối tượng mà ta đã cho đi, nhưng đối tượng này chỉ là một thứ ở bên ngoài chúng ta. Trên thực tế không có ai có thể sở hữu một vật gì hoặc luôn là chủ nhân. Chúng ta cần hay biết về cái chết trong từng sát na của các pháp chân đế. Khi chúng ta nhìn một đối tượng chỉ trong một khoảnh khắc cực kỳ ngắn ngủi, dính mắc với đối tượng ấy đã sinh khởi,

nhưng cái thấy diệt đi ngay lập tức và rồi đối tượng thị giác không còn xuất hiện nữa. Chúng ta không thể sở hữu đối tượng thị giác.

Trí tuệ và mọi loại thiện pháp cần phải có đủ sức mạnh để ta có thể tiếp tục vun bồi và tích lũy chúng thêm nữa trong một khoảng thời gian dài vô tận, kiếp này sau kiếp khác. Trí tuệ phải được vun bồi để ta biết được tính chất tâm của mình, và hiểu cái gì là lợi lạc và cái gì không, khi nào có tâm thiện và khi nào có tâm bất thiện. Chúng ta có thể đã tiếc nuối sau khi bố thí, bởi sự dính mắc của mình. Tuy nhiên, khi Tứ niệm xứ sinh khởi, ta có thể nhận ra rằng mình đang dính mắc vào danh và sắc xuất hiện, và rằng chúng ta không muốn rời bỏ chúng, rằng ta không muốn từ bỏ ý niệm về tự ngã, chúng sinh hay con người. Có nhiều mức độ của tuệ giác, sự phát triển của chúng là một tiến trình thứ lớp, từ từ, bởi lẽ rất khó để từ bỏ danh và sắc.

Cuốn *Xua tan si ám*, chú giải cho *Bộ Phân Tích* (Chương 4, Phân loại chân lý, 85) nói về Tứ Thánh Đế, về Đạo như sau:

“...Chân lý của con đường Đạo có đặc tính thoát ra, chức năng/phận sự của nó là từ bỏ phiền não, biểu

hiện/thành tựu của nó là vượt lên<sup>1</sup>...”.

Chú giải cắt nghĩa rằng ngoài con đường Đạo, không còn có lối thoát nào khác, và rằng không thể nào khác được. Cuốn *Xua tan si ám* chỉ rằng một số người phủ nhận Tứ Thánh Đế và tuyên bố rằng Khổ đế là khác, và cũng vậy với ba đế còn lại. Với Thánh đế thứ tư, Đạo đế, cuốn *Xua tan si ám* giải thích rằng bậc hiền trí biết rằng Đạo là một chân lý, sự thật, rằng nó thực sự là lối thoát ra.

Mỗi khi chánh niệm sinh khởi và hay biết đặc tính của các thực tại và thâm xét chúng để đặc tính của danh- pháp kinh nghiệm, nhận biết đối tượng - có thể được phân biệt với sắc được nhận biết, con đường đang được vun bồi. Đây là con đường chánh Đạo là lối thoát ra thực sự, dẫn tới sự tận diệt phiền não. Chính vì vậy mới nói rằng bậc hiền trí biết rằng Đạo là một chân lý, sự thật, rằng đó là con đường duy nhất dẫn tới sự tận diệt các phiền não.

Chúng ta đọc tiếp trong *Xua tan si ám* về nguồn gốc của khổ, rằng khổ không có nguồn gốc nào khác hơn tham ái, rằng nó không phát xuất từ bất cứ nguyên nhân nào khác, rằng đó không phải là do ý chí của một

---

1. Vượt lên khỏi danh và sắc, các pháp hữu vi (Đây là chú thích của Vietnam Dhamma Dhammahome).



đáng sáng thế v.v...

Khổ (dukkha) không tới từ một nguyên nhân bên ngoài, mà mọi đau khổ đều tới từ sự dính mắc vào các thực tại, vào tà kiến. Nếu trí tuệ dần biết được sự thật về vô ngã, nó có thể tận diệt tà kiến rằng danh và sắc là tự ngã, và nếu nó hiểu được đặc tính của các thực tại như chúng thực là, khổ có thể suy giảm. Khổ đã giảm bớt kể cả khi trí tuệ mới đang ở mức độ suy xét và thẩm sát các thực tại xuất hiện và bắt đầu hiểu chúng là vô ngã, không phải của ta. Tuy nhiên, chỉ khi tới giai đoạn của sự chứng ngộ đạo quả Dự lưu thì tà kiến chấp các pháp là tự ngã cùng các loại tà kiến khác mới hoàn toàn được tận diệt. Chừng nào ta vẫn chưa phải là bậc Dự lưu, ta còn chấp các thực tại là ta, và nếu tà kiến bất rã kiên cố thì khổ sẽ gia tăng.

Trước khi trí tuệ có thể tròn đủ tới mức độ có thể chứng đắc được các tầng tuệ minh sát, chúng ta cần bắt đầu hiểu rằng cuộc sống của chúng ta xoay vần theo nghiệp, và rằng không thể trốn thoát khỏi sự sinh khởi của tâm, tâm sở và sắc. Chúng ta cần có một hiểu biết vững vàng về nghiệp và các yếu tố làm duyên cho cuộc sống diễn tiến mỗi ngày, với những buồn vui lẫn lộn. Đôi khi ta hân hoan sung sướng, hay có lúc buồn bã sợ hãi; có lúc những gì ta mong đợi trở thành sự thật,

có lúc ta lại bị thất vọng, luôn có các sự kiện như ý và bất như ý. Có sinh, già, bệnh và chết. Ta sống trong vô minh, nhưng khi trí tuệ sinh khởi trong cuộc sống hàng ngày, nó có thể suy xét đặc tính của các thực tại và hiểu rằng chúng không phải là một chúng sinh, con người hay tự ngã, mà chỉ là các thực tại sinh khởi bởi duyên riêng của chúng.

Danh-pháp nhận biết, luôn luôn sinh khởi trong cuộc sống của chúng ta. Chúng ta quen thuộc với sự kinh nghiệm nhận biết các đối tượng tới mức, chúng ta không nhận ra rằng, khi đang thấy ở khoảnh khắc này, cái thấy là một thực tại nhận biết, kinh nghiệm, hoặc khi âm thanh xuất hiện và ta đang nghe ở khoảnh khắc này thì cái nghe là thực tại kinh nghiệm, nhận biết. Tứ niệm xứ là chánh niệm về các pháp có thực trong cuộc sống của chúng ta, và thông qua Tứ niệm xứ, trí tuệ có thể phát triển tới mức độ chứng ngộ các tầng tuệ. Khi sắc uẩn xuất hiện, chánh niệm có thể hay biết về nó. Khi thức uẩn xuất hiện kinh nghiệm đối tượng qua mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý, chánh niệm có thể hay biết. Tuy nhiên, cũng cần phải có chánh niệm và hiểu biết về các thọ uẩn, tưởng uẩn và hành uẩn. Nếu không có hiểu biết về cả năm uẩn, phiền não không thể được tận diệt.

Nếu Tứ niệm xứ không sinh khởi trong cuộc sống

thường nhật của chúng ta, và trí tuệ không thăm xét đặc tính của mỗi thực tại xuất hiện, sẽ không thể tận diệt được tà kiến. Khi tướng sinh khởi, hoặc khi có duyên cho thích hoặc không thích thứ gì đó, cho suy nghĩ thiện hay suy nghĩ bất thiện, trí tuệ có thể nhận ra rằng những hiện tượng ấy thực là vô ngã. Chúng là các pháp chân đế, mỗi pháp với đặc tính riêng của mình.

Nghe Pháp vô cùng lợi lạc nếu ta để Giáo Pháp dẫn lối và suy xét tâm của chính mình. Khi ta nghe về cái chết của một người, điều ấy có thể nhắc nhở ta về sự thực và khiến ta suy ngẫm về chính bản thân mình. Người đã chết có thể đầy sự dính mắc, anh ta có thể thích hội họa, âm nhạc hay các đối tượng khả ái khả hỷ. Chúng ta cần suy niệm về tâm của chính mình, và suy xét xem liệu ta có như người đã chết. Chúng ta có thể được nhắc nhở về cái chết trong từng sát na, về sự ngắn ngủi của mỗi khoảnh khắc tâm sinh và diệt ngay tức khắc. Nếu ta có nhiều dính mắc, tham đắm vào của cải, chúng ta phải nhớ rằng khi đối tượng thị giác xuất hiện qua mắt, tham sinh khởi chỉ do bởi cái được thấy trong một thời điểm cụ thể; khi một âm thanh du dương xuất hiện qua tai, tham sinh khởi chỉ do bởi những gì ta nghe. Khi một mùi hảo hạng xuất hiện chỉ trong một thời khác cực kỳ ngắn ngủi, nó tạo duyên cho tham ái với mùi đó. Cũng như vậy với vị và đối tượng xúc

chạm. Chúng ta có thể thấy trong cuộc sống hàng ngày của mình rằng mặc dù sắc sinh và diệt rất nhanh, vẫn có sự dính mắc vào sắc chỉ tồn tại trong khoảnh khắc ngắn ngủi đó. Dính mắc vào đối tượng ngũ dục dễ sinh khởi chùng nào trí tuệ vẫn chưa được phát triển lên cao.

Khi ta nhận thấy một người đầy sân hận, ta cần xem xét tâm của chính mình, ta cần phải suy xét xem mình có thường xuyên giận dữ, liệu mình có hay bực bội bất an, hay liệu mình có hận thù ai đó. Chúng ta cần biết rằng, về mặt chân đế, không có con người đó. Chúng ta gặp người mà mình tức giận ấy chỉ trong một kiếp sống, và sau kiếp này, sẽ không còn con người ấy nữa. Vậy ta có nên giận giữ với người ấy khi người ấy đã qua đời hay không? Chùng nào còn gặp, có thể ta còn có những suy nghĩ sân hận về người ấy, nhưng ta nên nhớ rằng, người ấy sẽ không tồn tại lâu trên cõi đời này và rằng người ấy sẽ ra đi vĩnh viễn; từ đó, con người ấy sẽ không còn nữa. Khi gặp một người, ta không biết được liệu đó có phải là lần cuối cùng mình gặp người ấy, và nếu ta không suy xét điều này, ta có thể đối xử tệ với anh ta. Trong khi ấy, nếu ta nhận ra rằng đây có thể là cơ hội gặp anh ấy cuối cùng, điều ấy có thể tạo duyên cho tâm trở nên hiền hòa và khiêm tốn, chúng ta có thể có từ và bi.

Trước khi tìm hiểu Giáo Pháp, ta không có hiểu biết về các thực tại qua mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý môn. Chúng ta có rất nhiều vô minh. Bằng việc nghe Pháp, chúng ta có thể biết được rằng các pháp xuất hiện đều có đặc tính riêng của mình, và rằng chúng ta nên nghiên cứu các thực tại này. Chúng ta không nên chỉ tìm hiểu chúng trên lý thuyết, hay chỉ nghe những lời thuyết giảng về chúng mà không suy xét đặc tính thực sự của chúng. Chúng ta cần nhớ rằng tại ngay khoảnh khắc này, các pháp đang xuất hiện và rằng đặc tính thực sự của các pháp sinh và diệt cần được xuyên thấu. Vì vậy, chúng ta có thể được nhắc nhở rằng mình cần nghe và suy xét thấu đáo về Giáo lý để hiểu biết được tích lũy. Hiểu biết là một duyên cho chánh niệm nhớ về đặc tính của các pháp hiện khởi. Nếu ta biết rằng mình vẫn còn có nhiều vô minh và rằng đó là thứ cần được tận diệt, ta sẽ không dễ duôi, mà sẽ tiếp tục nghe Pháp và vun bồi mọi loại thiện pháp.



---

## **Chương 5**

### **Tinh Tấn Ba la mật**

*Chú giải Hạnh Tạng* định nghĩa về tinh tấn như sau:

*“Tinh tấn có đặc tính nỗ lực, chức năng/phận sự của tinh tấn là củng cố; biểu hiện/thành tựu của tinh tấn là không mệt mỏi; cận nhân của tinh tấn là một cơ hội cho tinh tấn hay trạng thái khẩn cấp tu niệm”.*

Tâm sở tinh tấn sinh kèm với hầu hết các tâm, ngoại trừ mười sáu tâm vô nhân, tức là các tâm không sinh kèm với các nhân thiện hay bất thiện. Như vậy, bất cứ khi nào tâm tham thọ hỷ về một đối tượng sinh khởi, có tâm sở tinh tấn sinh kèm với tâm ấy và đảm nhận chức năng của nó là nỗ lực dính mắc và hoan hỷ với đối tượng ấy. Dù tâm là thiện hay bất thiện, luôn có tâm sở tinh tấn sinh kèm với nó. Khi tâm bất thiện sinh khởi, tâm sở tinh tấn chính là nỗ lực cho bất thiện pháp, còn khi tâm thiện sinh khởi, tâm sở tinh tấn đảm nhận chức năng nỗ lực cho thiện pháp.

Mỗi loại thiện pháp cần có tinh tấn cho sự sinh khởi của nó và khi tinh tấn ấy được vun bồi, nó có thể trở thành tinh tấn ba la mật. Khi chánh niệm sinh khởi hay biết các đặc tính của các pháp chân đế đang xuất hiện, không có mình hay tự ngã nào cố gắng chánh niệm, mà chính là chức năng của chánh tinh tấn, sammā-vāyāma. Chánh tinh tấn hay tâm sở tinh tấn sinh khởi với chánh niệm và nỗ lực tìm hiểu, ghi nhận, chú ý tới thực tại đang xuất hiện. Chánh tinh tấn là tinh tấn hay nhiệt tâm để trí tuệ hiểu rằng cái xuất hiện qua mắt chỉ là một loại sắc không tồn tại kéo dài; hoặc rằng pháp là cái thấy chỉ là một giới (dhatu), một đặc tính của danh pháp kinh nghiệm cái xuất hiện qua mắt. Chính tinh tấn ba la mật là pháp nỗ lực nghiên cứu các đặc tính của các thực tại xuất hiện, từng thứ một. Bất kể tinh tấn ba la mật sinh khởi cùng Tứ niệm xứ có mặt thường xuyên hay không, tinh tấn ấy có tính chất không mệt mỏi với nhiệm vụ nghiên cứu và ghi nhận các thực tại hiện khởi. Khi tinh tấn sinh khởi, chúng ta không nản chí; tinh tấn luôn đảm nhận nhiệm vụ của mình kể cả khi tiến trình vun bồi trí tuệ rất chậm chạp và khó khăn.

Tinh tấn ba la mật là vô cùng quan trọng và nó cần được phát triển song song với các ba la mật khác để tích lũy đủ duyên cho việc cập bên giác ngộ, tức là chứng đắc Niết bàn. Ngay cả những thiện pháp như bố thí



cũng không thể được thực hiện nếu không có tinh tấn. Mọi người có thể có thiện tâm với ý định bố thí, nhưng họ lại khó hành động theo ý định tốt lành đó bởi lười nhác: khi có thứ có thể được cho đi, họ không bố thí. Họ có niềm tin vào thiện pháp và muốn rộng rãi, nhưng do không đủ tinh tấn cần thiết cho việc thực hiện bố thí, họ không làm được các việc bố thí cúng dường. Vì vậy, tinh tấn ba la mật là một trợ duyên không thể thiếu cho các ba la mật khác, chẳng hạn như bố thí hoặc trì giới.

Đôi lúc có thể ta quá biếng nhác để làm thiện pháp, có thể ta nghĩ rằng làm như vậy thật phiền toái, rằng mình quá mệt mỏi, hoặc rằng việc đó chiếm nhiều thời gian. Ở những khoảnh khắc như vậy, ta đang bị chế ngự bởi bất thiện và vì thế, thiện không thể sinh khởi. Nếu biết được rằng mình đang khó tạo thiện pháp vì sự thụ động và lười biếng, ngay khi đó ta nên cần mẫn hơn để thực hành thiện pháp. Cuộc sống vô cùng ngắn ngủi, vì nó chỉ tồn tại trong một sát-na tâm, và khoảnh khắc này có thể là thiện tâm hay bất thiện tâm tùy thuộc vào duyên. Vì thế, ta không nên buông theo sự biếng nhác mà lơ là nhiệm vụ làm việc thiện của mình. Nếu lúc nào ta cũng thụ động và lười biếng, chúng tỏ rằng ba la mật tinh tấn còn yếu kém, và vì thế, không có duyên cho sự tận diệt bất thiện. Cách duy nhất để tận diệt bất thiện là chăm chỉ và nhiệt tình thực hành mọi loại thiện pháp

mà mình có thể làm.

Một số người hối tiếc rằng mình đã lãng phí thời gian và bỏ qua cơ hội tạo thiện pháp bởi sự thụ động và lười biếng của mình ở những khoảnh khắc đó. Những người ấy cần suy xét về tinh tấn ba la mật và tích lũy thêm về nó để có thể có đủ duyên cho sự tận diệt mọi loại bất thiện.

Tinh tấn tâm sở được xếp trong nhóm các tâm sở biệt cảnh (*pakiṇṇakā*). Các tâm sở này sinh khởi cùng nhiều tâm nhưng không phải với tất cả các tâm<sup>1</sup>. Sáu tâm sở biệt cảnh là: tâm (*vitakka*), tứ (*vicāra*), quyết định (*adhimokkha*), tinh tấn (*viriyā*), phi (*pīti*), và dục (*chanda*). Tinh tấn tâm sở sinh khởi thường xuyên, nó sinh kèm với nhiều tâm trong cuộc sống hàng ngày, trừ mười sáu tâm vô nhân (*ahetuka citta*<sup>2</sup>), và nó là tâm sở duy nhất trong số các tâm sở biệt cảnh có thể trở thành một ba la mật. Khi tinh tấn là nỗ lực cho thiện pháp đã

---

1. Bảy tâm sở biến hành (*sabbacitta sādāhāraṇa*) sinh khởi cùng với mọi tâm.

Sáu tâm sở biệt cảnh sinh kèm với các tâm thiện, tâm bất thiện, tâm quả và tâm duy tác (tâm vô ký, không phải là nhân cũng không phải là quả).

2. Tinh tấn tâm sở không sinh kèm mười sáu tâm vô nhân là: ngũ môn hướng tâm (*pañca-dvārāvajjana-citta*); ngũ song thức (*pañca - viññāṇa*); hai loại tiếp nhận tâm (*sampañichana-citta*), ba loại suy đạt tâm (*santīraṇa-citta*).

được vun bồi thêm, nó trở thành tinh tấn ba la mật. Khi ấy, tinh tấn là cận sự cho trí tuệ và là một duyên cho sự chứng ngộ Tứ Thánh Đế.

Tinh tấn đang sinh khởi lúc này là thiện hay bất thiện? Nếu là bất thiện thì đó không phải là một ba la mật. Tinh tấn nằm trong số các tâm sở biệt cảnh, vì thế nó có thể sinh kèm cả tâm thiện lẫn tâm bất thiện, nhưng đa phần nó dễ sinh khởi với tâm bất thiện tham căn. Tinh tấn sinh kèm tâm bất thiện vô số lần, nhưng thay vì dành năng lượng cho bất thiện, ta cần phần đầu để tích lũy ba la mật tinh tấn, ta cần thấy lợi ích của nó.

Chúng ta đọc trong *Chú giải Bộ Pháp Tu* (Quyển I, phần IV, I, 121) về tinh tấn như sau:

*“...tinh tấn có đặc tính là cố gắng, chức năng là củng cố các pháp đồng sinh, biểu hiện là đối nghịch với nhu nhược. Người ta nói rằng: ‘Người rung động thì nỗ lực đúng đắn’, vì thế tinh tấn có cận nhân là trạng thái khẩn cấp tu niệm”.*

Chúng ta có thể thấy rằng tinh tấn sinh khởi ở khoảnh khắc chăm chỉ, và nó đối lập với sự lười nhác. Tuy nhiên, theo lý giải chi tiết về các tâm sở của Vi Diệu Pháp, tinh tấn sinh khởi cùng tâm bất thiện kể cả khi chúng ta lười nhác, và trong trường hợp ấy, tinh tấn với lười nhác lại được tích lũy tiếp nữa. Giáo Pháp rất

vi tế và ta cần phải cân nhắc tới mọi chi tiết trong đó; chẳng hạn như đặc tính, chức năng, biểu hiện và cận nhân của các thực tại cần được tìm hiểu và thẩm sát.

Theo cuốn *Chú giải Bộ Pháp Tu*, trong cùng mục, đặc tính của tinh tấn là trạng thái của một người dũng cảm và năng nổ, hay như hành động của người dũng cảm. Khi tinh tấn sinh khởi, ta không thụ động hay buông xuôi.

Một người có thể dũng cảm, trong khi một người khác có thể hèn nhát. Theo Vi Diệu Pháp, kể cả người hèn nhát cũng phải có tinh tấn để hèn nhát. Tuy nhiên, trong trường hợp người dũng cảm, đặc tính của tinh tấn xuất hiện một cách rõ ràng bởi anh ta phải nỗ lực hoàn thành một việc nào đó mặc những rào cản hay hiểm nguy. Sự dũng cảm ấy là đặc tính của tâm sở tinh tấn. Khi tinh tấn đi kèm với sự vun bồi thiện pháp, nó có thể trở thành một năng lực dẫn dắt, là tấn căn (viriya indriya). Tấn căn sinh khởi cùng các năng lực dẫn dắt khác như tín căn, niệm căn, định căn và tuệ căn, khi Tứ niệm xứ đang được phát triển chính là chánh tinh tấn của Bát Chánh Đạo, Sammāvāyāma. Đó là chánh tinh tấn để chánh niệm và hiểu đúng về các đặc tính của pháp khi chúng xuất hiện một cách tự nhiên ở khoảnh khắc này.

Khi trí tuệ phát triển thêm hơn, tinh tấn trở thành lực (bala), pháp có tính chất không thể lay chuyển, và như vậy có tinh tấn để chánh niệm và hiểu đúng về đặc tính của danh và sắc trong bất kỳ tình huống nào. Ta sẽ không có xu hướng nghĩ rằng không thể có chánh niệm về danh và sắc ở khoảnh khắc này.

Ta có thể thẩm sát đặc tính của tinh tấn khi đọc lý giải sau trong *Chú giải Bộ Pháp Tu* về năng lực dẫn dắt (căn - indriya) của tinh tấn:

*“Tinh tấn là trạng thái của một người dũng cảm và năng nổ, hay như hành động của người năng nổ, hay là thứ phải được tác động, thực hiện bằng phương pháp hay phương tiện phù hợp. Vượt qua lười nhác, nó là căn (indriya) theo nghĩa vượt trội... Đặc tính của nó là củng cố hay hỗ trợ”.*

Khi tinh tấn sinh khởi, người ta có sự dũng cảm để nói ra những gì là đúng, hay hành động theo cách thiện lành, không sợ rắc rối, khó khăn, dù phải mất tài sản và khánh kiệt. Đây là đặc tính của tinh tấn. Hoặc một người có sự dũng cảm để lý giải về Giáo Pháp, về nhân nào dẫn tới quả nào, mà không bận tâm tới việc mình sẽ không được kẻ ngu ưa thích, hoặc rằng những người khác sẽ hiểu sai dụng ý tốt của mình. Một người dũng cảm sẽ làm điều đúng đắn trong những việc thế gian cũng như liên quan đến Giáo Pháp, bởi vì Pháp là Pháp:

nó không thể thay đổi, nó là sự thật.

Tất cả mọi người đều có tinh tấn, nhưng nếu như Giáo Pháp không được thuyết giảng thì đặc tính và các khía cạnh khác nhau của tinh tấn sẽ không được biết. Ta đã nói tới tinh tấn là căn, bởi nó nổi trội trong việc củng cố các pháp đồng sinh.

Bất cứ khi nào tâm thiện sinh khởi và một ai đó thực hiện một hành động với kham nhẫn và sự cần cù, có tâm sở tinh tấn đang làm công việc củng cố khi ấy. Ta có thể làm các nhiệm vụ của mình mà không bị nhụt chí. Như cuốn *Chú giải Bộ Pháp Tụ* đã giải thích, khả năng dẫn dắt, kiểm soát của tinh tấn (tấn căn) có đặc tính củng cố và hỗ trợ.

Nếu ta phát triển trí tuệ, ta được tinh tấn hỗ trợ để bền bỉ trong sự vun bồi trí tuệ cùng mọi thiện pháp. *Chú giải Bộ Pháp Tụ* (120) sử dụng ẩn dụ về một ngôi nhà cũ được gia cố bởi những cây cột mới. Cũng vậy, khi một người được tinh tấn hỗ trợ, thiện pháp sẽ không suy giảm nơi người ấy.

Nếu tại lúc này, một người cảm thấy chán nản, lười biếng, uể oải hay nhụt chí, người ấy cần biết rằng mình giống như một căn nhà cũ ọp ẹp, bởi không kiên định trong thiện pháp và áp dụng nó. Tinh tấn tâm sở có đặc

tính cùng cố và hỗ trợ hết như cây cột gia cố cho một ngôi nhà cũ để nó được vững. Như vậy, ta có thể thấy được đặc tính hỗ trợ của tinh tấn.

Ta đọc trong *Chú giải Bộ Pháp Tu* (121):

*“Như một quân đội nhỏ khi ra trận có thể bị đẩy lui, vì vậy họ phải báo tin cho đức vua. Đức vua sẽ gửi quân mạnh tới tiếp viện. Nhờ được trợ giúp, quân đội của vua đã chiến thắng được kẻ thù. Như vậy, tinh tấn không cho phép các pháp đồng sinh thối lui, thụt lùi; nó thúc đẩy, hỗ trợ chúng. Vì vậy nói rằng tinh tấn có đặc tính hỗ trợ”.*

Tinh tấn là cận sự của trí tuệ. Đại đức Sāriputta (Xá Lợi Phất) giảng về sự vun bồi và tích lũy các ba la mật dẫn tới tận diệt hoàn toàn các phiền não khi đắc A La Hán. Chúng ta đọc trong *Kāmasutta Niddesa* (Kinh giảng về ngũ dục, thuộc Đại nghĩa tích, *Tiểu Bộ Kinh*):

*“Có ẩn dụ về hai thành: một thành trộm cướp, và một thành hòa bình. Khi ấy, tướng quân khởi lên suy nghĩ sau: ‘chừng nào thành trộm cướp còn tồn tại, thành hòa bình sẽ không thể thoát khỏi hiểm nguy. Ta sẽ phải phá hủy thành trộm cướp’. Ông mặc giáp, đeo gươm và đi vào thành trộm cướp. Ông dùng gươm đánh vào chốt gác mà chúng đã dựng ở cổng thành. Ông phá tòa nhà và các cửa sổ của cổng thành, đẩy then chặn cửa, phá hủy tường thành và lấp đầy hào. Sau đó ông hạ lá cờ đã được chúng dựng lên như biểu tượng danh dự*

*của bản thành. Rồi ông tiến vào thành hòa bình, đi lên lâu đài, bao bọc bởi các quyền thuộc, thưởng thức các cao lương mỹ vị. Đây là một ẩn dụ”.*

Tà kiến (sakkāyadiṭṭhi)<sup>1</sup> có thể được so sánh với thành trộm cướp. Niết Bàn có thể được so sánh với thành hòa bình. Người phát triển trí tuệ có thể được so với tướng quân. Ông nghĩ:

*“Tà kiến về ngã là một trói buộc, và chùng nào còn bị trói buộc bởi nó, chùng ấy ta chưa hết hiểm nguy.”*

Ở đây, ta thấy rằng bất thiện pháp cần phải được tận diệt đầu tiên chính là tà kiến về ngã chấp các thực tại là ta. Chỉ có trí tuệ mới thấy được sự khác biệt giữa thành trộm cướp và thành hòa bình. Thành hòa bình là sự an tịnh, trong khi thành trộm cướp là rối loạn, lộn xộn và bất an. Chùng nào còn tà kiến chấp các thực tại là ngã, là chúng sinh hay con người, ta không thể được giải thoát khỏi bất an, rối loạn và lo lắng. Vì vậy, ta phải hiểu rằng mọi phiền não và khổ đau đều gắn liền với “bản thân mình”, cái mà thực chất chỉ là các danh pháp và sắc pháp.

---

1. Có hai mươi loại tà kiến về ngã (sakkāya diṭṭhi), là bốn loại tà kiến áp dụng với mỗi uẩn trong ngũ uẩn: tà kiến cho mình là một với ngũ uẩn, cho mình nằm trong ngũ uẩn, cho mình độc lập với ngũ uẩn, và cho mình là chủ nhân của ngũ uẩn.



Ta chỉ có thể hoàn toàn thoát khỏi khổ khi đã đạt được quả vị A La Hán, và các danh pháp cùng sắc pháp sẽ không còn sinh khởi trở lại sau khi chết. Điều này sẽ không thể xảy ra nếu không có lòng quả cảm, không có tinh tấn ba la mật.

Chúng ta đọc trong *Thuyết về vấn đề của Jatukaṇṇin* (Đại Nghĩa tích, *Tiểu Bộ Kinh*) rằng, Jatukaṇṇin nghe rằng Đức Phật đầy quả cảm và vì vậy, được gọi là anh hùng, vīra. Đoạn văn trên cắt nghĩa vì sao Ngài lại được gọi là anh hùng. Có sự liên hệ về nghĩa của từ vīra, người anh hùng, và từ viriya, trạng thái của một người mạnh mẽ. Chúng ta đọc:

“Ngài có sự bền bỉ và vì vậy được gọi là anh hùng. Ngài dũng cảm nên được gọi là anh hùng. Ngài khiến người khác bền bỉ nên được gọi là anh hùng.

Ngài có khả năng siêu phàm nên được gọi là anh hùng.

Ngài dũng cảm và luôn tăng tiến, Ngài không hèn hạ, không sợ hãi, không kinh hoàng, không trốn chạy, Ngài tiêu diệt sợ hãi và hèn nhát, Ngài không còn sự kinh sợ và vì vậy, đức Thế Tôn là bậc quả cảm.

Đức Thế tôn không còn các pháp bất thiện của thế giới này, Ngài đã vượt lên trên khổ đau của địa ngục,

Ngài chất đầy tinh tấn.

Đức Phật có tinh tấn, có Tứ chánh cần, Ngài dũng cảm và bền bỉ, và vì thế Ngài được gọi là quả cảm”.

Nếu Đức Phật không dũng cảm, Ngài đã không thể xuyên thấu Tứ Thánh Đế và trở thành bậc Chánh Đăng Giác. Sự vun bồi của mỗi loại thiện pháp và của trí tuệ thông qua việc thẩm sát và suy xét về pháp hiện khởi đều dựa trên nền tảng của tinh tấn và bền bỉ. Tất cả chúng ta cần tới tinh tấn và bền bỉ để có năng lượng cho thiện pháp thay cho bất thiện pháp, nếu không, thiện pháp không thể được vun bồi. Những nỗ lực hay năng lượng cho bất thiện từ kiếp này sang kiếp khác thật vô ích. Nếu ta có thể hiểu được đặc tính của tinh tấn áp dụng theo cách thiện, và nếu ta vun bồi loại tinh tấn này, ta sẽ hiểu những lời của trích dẫn chú giải ở trên về tinh tấn: một người với tinh tấn sẽ tiến bộ, người ấy không hèn nhát, không hoảng hốt, không sợ hãi và trốn chạy.

Trong cuộc sống hàng ngày, tất cả mọi người đều tiếp xúc với các đối tượng bất khả ái: với một số người đối tượng này là cực kỳ bất khả ái, trong khi với người khác thì chỉ một chút mà thôi. Điều này có thể xảy ra khi ta gặp một người khác khiến ta cảm thấy khó chịu hay bất ổn. Nếu chánh niệm - tinh giác không có mặt, ta không biết được rằng có bất thiện pháp ở những khoảnh

khắc như vậy và vì thế tinh tấn thiện không có cơ hội sinh khởi mà thay vào đó có tinh tấn bất thiện. Sẽ luôn có duyên cho tham ái và dính mắc và vì thế bất thiện tiếp tục sinh khởi.

Tuy nhiên, nếu một người nghe Pháp và phát triển Tứ niệm xứ, chánh niệm - tỉnh giác có thể sinh khởi và hay biết về bất thiện khi anh ta khó chịu và bực bội. Chúng ta cần suy xét một cách thấu đáo hơn ý nghĩa của từ chánh niệm - tỉnh giác. Khi bất thiện pháp sinh khởi, chánh niệm - tỉnh giác có thể suy xét về Pháp và nhận ra hiểm họa của việc tiếp tục bất thiện. Ở khoảnh khắc ấy, có thể nhận ra rằng bực bội về điều gì đi nữa cũng là không phải, dù nguyên nhân là vì lời nói hay hành động của người khác, hay vì ta nhận ra điều gì đó sai trái. Chẳng hạn, khi tâm bất thiện với sân sinh khởi và chánh niệm - tỉnh giác có thể hay biết đặc tính của nó, chúng ta có thể xem liệu có nỗ lực từ bỏ sân hay không; nếu ta tiếp tục sân thì có nghĩa là tinh tấn bất thiện vẫn còn mạnh mẽ. Khi tinh tấn thiện đã được phát triển hơn lên và chánh niệm có thể sinh khởi, sẽ có các duyên cho việc suy giảm khó chịu và thêm từ tâm. Như vậy, thay cho sân, bất tịnh pháp, có thể chuyển ngay sang pháp thiện, là tịnh pháp.

Khi sân sinh khởi, chúng ta thấy khó chịu, nhưng

chánh niệm - tỉnh giác có thể sinh khởi và hay biết về đặc tính của nó, và khi ấy ta có thể thấy lợi ích của chánh niệm - tỉnh giác. Nếu ai đó đã nghe Pháp và không trì trệ, mà lập tức có thể từ bỏ bất thiện, ở khoảnh khắc ấy có tinh tấn thiện đảm nhận chức năng tiết chế sân.

Loại tinh tấn này khác với suy nghĩ rằng mình cần tiết chế sân. Nó sinh khởi ở khoảnh khắc của chánh niệm - tỉnh giác, khi tinh tấn tiết chế sân và có hiểu biết rằng tâm từ là đối nghịch với sân hận. Đó là nỗ lực tha thứ, nỗ lực cho tâm từ. Ở những khoảnh khắc ấy, ta có thể nhớ rằng tất cả mọi người, kể cả chúng ta, đều có lúc phạm phải sai lầm. Vì thế, ta không nên sân hận hay khó chịu bởi một ai đó hay về các pháp sinh khởi và rồi diệt đi. Tuy nhiên, thọ và tưởng là những duyên khiến việc từ bỏ những suy nghĩ về tình huống và sự kiện luôn khó khăn và chậm chạp, và khi ấy bất thiện pháp có cơ hội để sinh khởi.

Khi tinh tấn đã được phát triển hơn, ta có thể hiểu được các khía cạnh và mức độ khác của nó, chẳng hạn như: tinh tấn trưởng duyên (adhipati), tấn như ý túc (cơ sở của thành công, iddhi-pāda)<sup>1</sup>, tấn căn (năng lực dẫn

1. Có bốn thực tại có thể là trưởng duyên (adhipatipaccaya): dục (chanda), tinh tấn (virīya), tâm (citta) - ở đây là sự vững vàng của tâm hay của định, và tuệ (vīmaṃsa). Cả bốn pháp này cũng được xếp thành tứ như ý túc (iddhi-pāda). Chúng thuộc về các phẩm trợ đạo.

đất - indriya) hay tấn lực (bala).

Khi tinh tấn chưa đạt tới những mức độ ấy, ta không thể hiểu được đặc tính của tinh tấn sinh kèm Tứ niệm xứ và đã trở nên mạnh mẽ.

Như ta đã thấy, tinh tấn được xếp vào một trong các căn, indriya (là những yếu tố dẫn dắt trong lãnh địa riêng của mình). Chúng bao gồm:

Tín căn (saddhā),

Tấn căn (virīya),

Niệm căn (sati),

Định căn (samādhi),

Tuệ căn (paññā).

Các căn này sinh khởi cùng nhau, và như vậy, tấn căn đồng sinh với tín, niệm, tuệ và định phải là tinh tấn thiện.

Các pháp có thể được xếp theo những cách khác nhau, có thể theo Tứ như ý túc (iddhi-pāda hay bốn cơ sở của thành công, đưa tới giác ngộ):

Dục (chanda)

Tấn (virīya)

Tâm (citta - độ vững mạnh của tâm hay sức định)

Trạch pháp (vīmaṃsa)

Như vậy, ta thấy rằng có nhiều khía cạnh khác nhau của tinh tấn. Các tâm sở đóng vai trò căn không phải là các tâm sở đóng vai trò Như ý túc. Những sự sắp xếp như vậy rất chi tiết, nhưng chúng chỉ ra rằng tinh tấn thiện có những mức độ khác nhau.

Chúng ta đọc trong *Tương Ưng Bộ Kinh* (Thiên Đại Phẩm, Tương Ưng Căn, §8 *Cần phải quán*) về ngũ căn như sau:

*“Này các Tỳ kheo, có năm căn này. Thế nào là năm? Tín căn, tấn căn, niệm căn, định căn, tuệ căn..”.*

Những pháp này là những pháp dẫn dắt, mỗi pháp trong lãnh địa riêng của mình, và chúng sinh khởi ở khoảnh khắc của Tứ niệm xứ, khi chánh niệm - tinh giác suy xét các đặc tính của pháp chân đế. Chúng ta đọc trong Kinh nói trên về tín căn:

*“Và này các Tỳ kheo, cần phải quán tín căn ở chỗ nào? Ở đây, cần phải quán tín căn trong bốn chánh tín (Phật, Pháp, Tăng, và Giới)”.*

Khi tâm thiện sinh khởi, nó đồng sinh cùng tín tâm sở (saddhā cetasika). Tâm thiện có nhiều mức độ. Tấn căn là yếu tố dẫn dắt trong lãnh địa riêng của mình khi

đảm nhận chức năng cụ thể của nó. Điều này sẽ rõ ràng hơn khi ta suy xét về bốn chi của quả Dự lưu: tín tâm không lay chuyển vào Đức Phật, đức Pháp, đức Tăng và những phẩm hạnh (sīla) khả ái của các bậc thánh

Một người có thể tìm hiểu Giáo Pháp và có niềm tin khi nghe Pháp, nhưng niềm tin ấy có thể không vững vàng mà dễ lay động, không chắc chắn. Nếu người ấy không có hiểu biết đúng về các thực tại và nếu người ấy không biết đâu là sự thực hành đúng để chứng ngộ Tứ Thánh Đế, anh ta có thể dễ bị hoang mang. Niềm tin vững vàng không lay động, không hoang mang là một duyên để không bị rời xa con đường Chánh đạo; đó là niềm tin của bậc Thánh, là một chi của quả Dự lưu. Đó là niềm tin không lay chuyển vào Đức Phật, đức Pháp, đức Tăng và phẩm hạnh của các bậc thánh.

Chúng ta đọc tiếp phần sau của bài Kinh nói trên:

*“Và này các Tỳ kheo, cần phải quán sát căn ở chỗ nào? Ở đây, cần phải quán sát căn trong bốn chánh căn”.*

Có Tứ chánh căn (sammā-ppadhāna):

- Tinh tấn ngăn ngừa bất thiện pháp chưa sinh khởi.
- Tinh tấn đoạn trừ bất thiện pháp đã sinh khởi.

- Tinh tấn làm phát sinh thiện pháp chưa sinh khởi.
- Tinh tấn làm tăng trưởng thiện pháp đã sinh khởi, không để chúng suy giảm, vun bồi chúng, khiến chúng tăng trưởng và đạt tới độ hoàn mãn.

Để tinh tấn có thể trở thành căn, indriya, và là một “yếu tố dẫn dắt”, nó phải được tích lũy rất từ từ. Tấn căn phải được xem xét từ góc độ của Tứ chánh căn.

Chúng ta có thể tự nhận ra liệu mình mới chỉ có tinh tấn ở mức độ sơ cơ và vẫn còn yếu ớt, hay đã có chánh tinh tấn: tinh tấn ngăn ngừa bất thiện chưa sinh, tinh tấn đoạn trừ bất thiện đã sinh, tinh tấn phát sinh thiện pháp chưa sinh. Thiện pháp chưa sinh khởi là chỉ tới Samatha và Vipassanā và tới đạo (magga), quả (vipāka), tới các tâm siêu thế kinh nghiệm Niết bàn<sup>1</sup>. Các thuật ngữ Samatha và Vipassanā ở đây là nói đến Tứ niệm xứ (satipaṭṭhāna). Samatha và Vipassanā được phát triển cùng nhau và đạt được sự hoàn mãn bởi Tứ niệm xứ, chúng không nên bị tách rời. Tinh tấn là cần thiết để duy trì các thiện pháp đã sinh khởi, không để chúng suy giảm, khiến chúng tăng trưởng và đạt sự hoàn mãn.

---

1. Tham khảo Chú giải Bộ Phân Tích, cuốn Xua tan si ám, II, Chương 8, 292.



Chúng ta nên suy xét về các loại tinh tấn khác nhau. Nếu chỉ nỗ lực ở mức độ thấp, sẽ chưa có đủ duyên cho sự sinh khởi của niệm căn. Chúng ta đọc trong bài Kinh trích dẫn ở trên về niệm căn:

*“Và này các Tỳ kheo, cần phải quán niệm căn ở chỗ nào? Ở đây, cần phải quán niệm căn trong bốn niệm xứ”.*

Tâm thiện không thể sinh khởi mà không kèm với tâm sở chánh niệm, dù là ở khoảnh khắc bố thí hay trì giới. Tuy nhiên, đặc tính của niệm căn, đặc tính của tính dẫn dắt của nó có thể được thấy trong Tứ niệm xứ<sup>1</sup>.

Chúng ta đọc tiếp về định căn và tuệ căn:

*“Và này các Tỳ kheo, cần phải quán định căn ở chỗ nào? Ở đây, cần phải quán định căn trong bốn Thiền.”*

*Và này các Tỳ kheo, cần phải quán tuệ căn ở chỗ nào? Ở đây, cần phải quán tuệ căn trong bốn Thánh đế”.*

Trí tuệ ở mức độ tuệ minh sát hiểu thực tại như chúng thực là được phát triển tuần tự từ tầng này sang

---

1. Chánh niệm của Tứ niệm xứ, hay biết danh và sắc hiện khởi. Tứ niệm xứ bao gồm Niệm Thân, Niệm Thọ, Niệm Tâm và Niệm Pháp, thực chất là các pháp hữu vi. Chúng được thuyết giảng theo những khía cạnh khác nhau của Tứ niệm xứ. Chánh niệm của Tứ niệm xứ là chánh niệm ở mức độ cao hơn chánh niệm ở bố thí hay trì giới, bởi vì khi được phát triển nó sẽ dẫn tới sự tận diệt phiền não.

tầng khác chính là tuệ căn. Hơn nữa nó chỉ có thể đạt được độ hoàn mãn khi nó chứng ngộ Tứ Thánh Đế.

Trong quá khứ, rất nhiều người nghe Pháp, vun bồi trí tuệ cùng chánh tinh tấn và chứng ngộ Tứ Thánh Đế. Họ là những người hiền trí biết tự nhắc mình về sự thật. Chúng ta cần phải suy xét xem liệu hiện giờ mình có như những bậc hiền trí tiền bối ấy hay không.

Bài *Kinh Tư Lượng* (Anumāna sutta, *Trung Bộ Kinh* 15) có bàn về việc giáo huấn các tỳ kheo và việc tự quán xét mình. Chúng ta đọc trong đoạn cuối của Chú giải cho bài Kinh này, cuốn *Papañcasūdanī* như sau:

*“Các bậc giáo thọ xưa nói rằng vị tỳ kheo phải tự soi xét mình ba lần mỗi ngày. Tức là, vào buổi sáng, vị ấy phải suy xét xem những phiền não của mình còn ở mức độ nào. Nếu vị ấy thấy rằng vị ấy vẫn còn phiền não, vị ấy cần cố gắng đoạn trừ chúng. Nếu vị ấy thấy rằng mình không còn phiền não, vị ấy biết rằng mình đang sống cuộc đời phạm hạnh một cách đúng đắn.*

*Trong ngày và vào buổi tối, vị tỳ kheo lại phải soi xét mình tiếp. Nếu vị ấy không làm điều này được ba lần mỗi ngày, vị ấy nên làm như vậy hai lần mỗi ngày, nếu không được như vậy thì vị ấy nên kiểm tra mình một lần mỗi ngày. Nhưng sẽ không phải nếu vị ấy không soi xét mình chút nào”.*

Qua đoạn này, chúng ta được nhắc nhở tự soi xét mình để biết liệu những hành động của mình có phù hợp hay không phù hợp. Chúng ta có thể hiểu rằng, cần tinh tấn mới có thể tự xét mình ba lần mỗi ngày, hay hai lần mỗi ngày, hoặc nếu không như vậy được thì cũng một lần mỗi ngày. Khi ấy chúng ta được các giáo thọ xưa nhắc nhở kiểm tra mình xem còn những phiền não nào và suy tư về chúng.

Chúng ta đọc trong *Kinh Tư Lượng* rằng Ngài Mahā-Moggallāna (Đại Mục Kiền Liên) thuyết giảng Pháp cho các vị tỳ kheo là người “dễ nói” (dễ dạy) và huấn thị họ hãy xét mình xem có phải là người như vậy không<sup>1</sup>. Ngài nói:

*“Chư Hiền, ở đây, Tỳ kheo cần phải quán sát tự ngã với tự ngã như sau:*

*(1) “Không biết ta có ác dục, có bị ác dục chi phối không?” Chư Hiền, nếu Tỳ kheo quán sát và biết rằng: ‘Ta có ác dục và bị ác dục chi phối’, thì chư Hiền, Tỳ kheo ấy cần phải tinh tấn đoạn trừ các ác, bất thiện pháp ấy. Chư Hiền, nếu Tỳ kheo quán sát và biết rằng: ‘Ta không có ác dục, không bị ác dục chi phối’, thì chư Hiền, Tỳ kheo ấy phải sống với tâm niệm hoan hỷ, ngày đêm tu học các thiện pháp”.*

---

1. Một vị tỳ kheo “khó nói” là người không biết lắng nghe và không muốn phải điều chỉnh. Vị tỳ kheo “dễ nói” là người nhu thuận, biết lắng nghe và dễ dạy.

Các cụm từ, “Tỳ kheo cần phải quán sát tự ngã với tự ngã” chỉ cho ta thấy rõ rằng, một người khác không thể quán xét bất thiện của ta một cách chi tiết như chính bản thân ta. Chúng ta có thể tự xét mình và biết liệu mình có ác dực và có bị ác dực chi phối hay không, và hơn nữa, ta sẽ phải chân thành, trung thực với bản thân. Nếu ta có ác dực, ta cần nỗ lực đoạn diệt các pháp bất thiện ấy. Một số người không thích nhìn nhận các bất thiện của chính mình, nhưng nếu ai đó thấy việc vun bồi tinh tấn cho thiện pháp là có lợi ích, người ấy cũng phải tập nhận ra những bất thiện nơi mình.

Nếu một người có tinh tấn và cố gắng tự xét mình, người ấy cần phải chân thành và không khoan nhượng với bản thân. Nếu người ấy tự xét mình theo cách ấy và nỗ lực đoạn trừ bất thiện, anh ta là người “dễ nói”, dễ dạy.

Một người khó nói thì ngược lại, người ấy không nỗ lực để từ bỏ bất thiện. Tất cả những thứ này gắn liền với tinh tấn tâm sở.

Chúng ta đọc trong *Saddhammapajjotikā* - Chú giải cho Kinh *Con đường mau chóng* (*Tuvaṭṭaka*, Đại Nghĩa Tích, *Tiểu Bộ Kinh*), có cắt nghĩa về tấn căn<sup>1</sup> như sau:

1. Tham khảo Chú giải Bộ Pháp Tụ I, Phần IV, chương II, 145.

*“Về từ ‘cetasiko’, nó được dùng để chỉ rằng tinh tấn luôn là danh chú không phải là sắc. Chỉ có danh tinh tấn...”.*

Tinh tấn là danh pháp làm duyên cho sự sinh khởi nỗ lực qua thân hoặc qua tâm. Kể cả khi ta cố làm một việc gì đó với thân mình, ta cần biết rằng, nỗ lực ấy có được là bởi tinh tấn tâm sở.

Chú giải nói tới bài Kinh bàn về một người đi dọc lối đi, đi ngược và đi xuôi, để khỏi bị lơ đờ hay buồn ngủ. Nhìn từ bên ngoài thì có vẻ như đó là tinh tấn của thân, nhưng trên thực tế đó là nhờ tâm sở tinh tấn, viriya cetasika, mà tinh tấn qua thân có thể sinh khởi.

Chú giải nói thêm về tinh tấn đã được phát triển tới mức độ của tấn giác chi (sambhijjhangā), một trong bảy yếu tố đưa tới sự chứng ngộ Tứ Thánh Đế. Chú giải sử dụng thuật ngữ Pāli *viriyārambha*. Ārambha có thể có nghĩa là khởi sự, thử hay nỗ lực. *Viriyārambha* là tinh tấn tâm sở, đó là việc nỗ lực, chẳng hạn như nỗ lực áp dụng Giáo Pháp của Đức Phật. Chúng ta đọc tiếp về đặc tính của tinh tấn cần được vun bồi<sup>1</sup>:

*“Tinh tấn được coi là ‘ārambha’ bởi vì nó nỗ lực. Thuật ngữ viriyārambha chỉ ra đặc tính của loại nỗ lực ấy. Loại nỗ lực nào? Nỗ lực bằng việc thoát ly trạng*

1. Tham khảo Chú giải Bộ Pháp Tụ I, Phần IV, chương II, 145-146.

*thái vô bỏ. Tinh tấn được gọi vậy bởi nó vươn tới những trạng thái ngày càng cao thượng hơn. Ráng sức được gọi vậy bởi nó vươn lên và bền bỉ. Phấn đấu được gọi vậy bởi nó có tính chất ráng sức đặc biệt; nhiệt huyết, có tính năng nổ; mãnh liệt, vững vàng; ngoan cường, nâng đỡ (hỗ trợ) tâm và các tâm sở, hoặc nâng đỡ tính liên tục của thiện pháp bởi tiến trình liền mạch”.*

Đó là đặc tính của tinh tấn. Đó là sự thoát ly khỏi vô bỏ, tăng tiến tới trạng thái cao thượng hơn, nỗ lực liên tục không ngưng nghỉ, năng nổ và ngoan cường trong bước tiến xa hơn tới mục đích. Chúng ta đọc trong Chú giải:

*“Một cách cắt nghĩa khác: - viriyārambha là ‘đấu tranh’ trong xua tan ái dục, ‘nỗ lực tiến tới’ trong cắt đứt trói buộc, ‘ráng sức’ trong thoát bộc lưu<sup>1</sup>, ‘phấn đấu’ trong chạm tới bến bờ xa, ‘nhiệt huyết’ trong dẫn dắt, ‘nhuệ khí’ trong vượt qua giới hạn, ‘mãnh liệt’ trong tháo then cài (của vô minh), và ‘ngoan cường’ trong tạo ra kiên định. ‘Thật rằng, dù da, máu và xương có phải khô kiệt<sup>2</sup> - tinh tấn không nao núng khi ấy chính là ‘trạng thái của một người với tinh tấn không nao núng”.*

1. Đó là nhóm phiền não bộc lưu (ogha - lự): dục bộc (lự của ngũ dục), hữu bộc (lự của mong muốn tái sinh), kiến bộc (lự của tà kiến) và vô minh bộc.

2. Đức Phật nói những lời này khi Ngài ngồi dưới cội Bồ đề trước khi chứng đắc Chánh Đẳng Giác. Ngài sẽ không rời chỗ kể cả khi da, máu và xương bị khô kiệt.

Chú giải giải thích thêm rằng tinh tấn không từ bỏ nhiệt tâm (dục hay chanda, cái cần thiết để có thể hoàn tất một thứ gì đó), rằng nó không từ bỏ nhiệm vụ, không ngã theo nhục tâm không muốn tạo thiện pháp. Chú giải sử dụng ẩn dụ con bò phải chở một gánh nặng và không bỏ rơi gánh nặng ấy:

*“Như thể họ nói, ‘Dùng một con vật thồ, con bò đực, kéo khỏi vũng lầy một gánh nặng không quá sức nó,’ và con bò, gối ép xuống đất, kéo gánh nặng đi, không để nó rơi xuống đất, cũng như vậy với nỗ lực nâng và kéo gánh nặng trong những hành động giới hạnh. Vì thế được gọi là ‘đỡ gánh nặng’”.*

Như chúng ta đọc trong Chú giải, các vị giáo thọ xưa huấn thị các vị tỳ kheo nên quán xét bản thân ba lần mỗi ngày. Nếu không thể làm vậy, ta cũng nên làm như vậy hai hoặc thậm chí một lần mỗi ngày, nhưng không tự quán xét chút nào sẽ là sai. Khi ta suy niệm về *Kinh Tư Lượng* và Chú giải của nó, ta thấy rằng mọi người có các mức độ tuệ giác khác nhau. Một người có nhiều phiền não là một người “khó nói”; người ấy không thấy được phiền não của mình, người ấy chỉ thấy phiền não của những người khác. Chúng ta phải tìm hiểu mình có những phiền não nào. Nếu một người chưa bao giờ suy niệm về điều này hoặc nói về nó với một người khác, trước hết, người ấy phải nghe Pháp và suy ngẫm về

những gì được nghe để có thể thấy được hiểm họa của bất thiện. Khi ấy chánh tinh tấn có thể sinh khởi và là duyên cho anh ta tự kiểm tra và suy xét bất thiện pháp của mình trước khi đi ngủ.

Điều này có thể được áp dụng bởi một người “khó nói” và có nhiều phiền não. Nếu ai đó đã có một chút hiểu biết về sự phát triển Tứ niệm xứ, anh ta có thể chánh niệm về thực tại xuất hiện. Bất kể bất thiện pháp nào sinh khởi, chánh niệm có thể ngay lập tức hay biết đặc tính của nó. Khi trí tuệ hiểu cách biết và nghiên cứu các đặc tính của thực tại, nó ở mức độ cao hơn.

Sau khi chúng ta nghiên cứu *Kinh Tư Lượng*, mỗi ngày chúng ta tự kiểm tra được mấy lần? Với một người đã quen phát triển Tứ niệm xứ, chánh niệm - tỉnh giác có thể hay biết ngay lập tức khi bất thiện tâm sinh khởi, anh ta không cần đợi cho đến lúc kiểm tra mình. Đó là lúc khởi đầu của sự phát triển Tứ niệm xứ, mặc dù ta vẫn chưa biết được rằng các danh pháp và sắc pháp là vô ngã. Khi các đặc tính của bất thiện pháp được biết lúc chúng hiện khởi một cách tự nhiên đã là một mức độ chánh niệm - tỉnh giác.

Như chúng ta đọc trong *Kinh Tư Lượng*:

“Chư Hiền, nếu Tỳ kheo quán sát và biết rằng: ‘Ta có ác dục và bị ác dục chi phối’, thì chư Hiền, Tỳ kheo



*ấy cần phải tinh tấn đoạn trừ các ác, bất thiện pháp ấy. Chư Hiền, nếu Tỳ kheo quán sát và biết rằng: ‘Ta không có ác dục, không bị ác dục chi phối’, thì chư Hiền, Tỳ kheo ấy phải sống với tâm niệm hoan hỷ, ngày đêm tu học các thiện pháp”.*

Chúng ta cần tìm hiểu với chánh niệm các đặc tính của thực tại khi chúng xuất hiện tự nhiên. Mức độ nào của chánh niệm - tinh giác sinh khởi là tùy thuộc vào duyên, có thể chỉ là mức độ suy tư đơn thuần về bất thiện đã phạm trong ngày, hoặc có thể ở mức độ chánh niệm tức thì về thực tại xuất hiện.

Một số người phát triển Tứ niệm xứ mong thấy kết quả của những nỗ lực của mình. Họ ráng sức với tất cả nhiệt tâm, bởi họ tin rằng bằng cách ấy, kết quả của sự thực hành sẽ nhanh chóng được hiện thực hóa. Tuy nhiên, do ráng sức quá nhiều họ trở nên mệt mỏi và họ phải dừng lại. Không thể khiến sự vun bồi Tứ niệm xứ trở kết quả sớm. Phát triển Tứ niệm xứ là chánh niệm về các đặc tính của thực tại khi chúng xuất hiện một cách tự nhiên trong cuộc sống hàng ngày, và chỉ bằng cách ấy tính chất vô ngã của chúng mới có thể được hiểu. Nếu ta mong cầu kết quả thực hành và cố thúc nó sinh khởi, đó không phải là sự phát triển Tứ niệm xứ.

Một người khoảng tám mươi tuổi, đã nghe giảng

Pháp ở nhiều nơi khác nhau suy ngẫm sâu sắc về sự phát triển Tứ niệm xứ. Mặc dầu ông là người cao tuổi, ông vẫn đầy năng lượng để nghe Pháp và suy xét những gì đã được nghe. Khi ông nghe một chương trình phát thanh giới thiệu về Vipassana, ông đã ghi lại địa chỉ của “Tổ chức Nghiên cứu và Hỗ trợ Giáo Pháp” và cất công tới trụ sở của Tổ chức để tạo thiện pháp cúng dường. Ông rời nhà vào lúc chín giờ sáng và tới trụ sở vào hai giờ chiều. Ở đây ta thấy sự tinh tấn của một người cao tuổi dành thời gian tìm đến Tổ chức, không có thời giờ ăn trưa, và đã phải ráng sức trên nhiều phương diện. Tinh tấn ba la mật cần được phát triển trong đời sống hàng ngày. Tinh tấn là không thể thiếu trong việc tạo thiện pháp; ta phải lội ngược dòng xuôi của bất thiện, ngược dòng xuôi của dính mắc vào tiện nghi và thoải mái, và thiện pháp được hoàn tất theo cách như vậy.

Với một người phát triển Tứ niệm xứ trong đời sống hàng ngày để trí tuệ biết tường tận hơn các đặc tính của thực tại, có sự hiện hữu của các duyên đúng đưa tới kết quả đúng, tức là sự liễu ngộ Tứ Thánh Đế. Với người ấy, kết quả sẽ diễn ra một cách tự nhiên và không khó khăn. Tuy nhiên, các duyên đưa tới kết quả ấy rất khó được vun bồi: ta phải suy xét dần dần và tìm hiểu các đặc tính của danh và sắc bằng chánh niệm khi chúng xuất hiện qua ngũ môn và ý môn. Đây là một

tiến trình dài lâu và cần có tinh tấn để chánh niệm đi chánh niệm lại, chánh niệm thường xuyên, bởi đó là cách duy nhất để trí tuệ có thể xuyên thấu sự sinh diệt của danh và sắc. Ở ngay khoảnh khắc này, các thực tại đang sinh và diệt, nhưng nếu ta không nghiên cứu với chánh niệm và bắt đầu hiểu các đặc tính của danh pháp và sắc pháp, sẽ không thể nào chứng ngộ được sự sinh diệt của chúng. Nhân có thể mang tới kết quả ấy phải được vun bồi đi vun bồi lại, kiếp này sang kiếp khác.

Chúng ta đọc trong Chú giải của *Tiền thân Samvara* (Số 462, *Tiểu Bộ Kinh*) như sau:

*“Vào thời Đức Phật ngự tại Kỳ viên Tịnh xá, Ngài đã kể câu chuyện sau về một vị tỳ kheo từ bỏ tinh tấn. Khi vị ấy còn là một thanh niên, vị ấy sống ở Sāvathī, và sau khi nghe đức Thế tôn thuyết Pháp, phát sinh tín tâm và xuất gia thọ giới tỳ kheo. Thực hiện đúng các nhiệm vụ mà các vị thầy và giáo thọ của mình đặt ra, sư đã thuộc lòng cả hai phần của Giới bản Patimokkha. Sau năm năm, khi đã nắm được đề mục thiền, sư từ biệt các thầy và giáo thọ vì muốn sống trong rừng. Khi sư tới một ngôi làng biên địa, dân làng sinh tín tâm nơi sư bởi giới hạnh của sư, và dựng một thảo am bằng lá để sư có thể ngụ tại làng đó.*

*Vào mùa nhập hạ, sư tinh tấn bền bỉ với đề mục thiền trong ba tháng, nhưng khi không đạt được chứng đắc, sư nghĩ mình thuộc nhóm người thấp nhất trong*

*bốn hạng người, tức là những người chỉ có thể hiểu được Giáo lý ở mức độ lý thuyết, ‘pada parama’<sup>1</sup>. Vì thế, sư đã quay về Kỳ viên Tịnh xá để trực tiếp thấy Đức Phật và nghe Diệu Pháp từ Ngài.*

*Khi Đức Phật nghe tin này, Ngài đã nói với vị tỳ kheo, ‘Quả tối thượng trong Giáo Pháp này, tức A La Hán quả không thể được chứng ngộ bởi một người biếng nhác. Trong quá khứ, ông ngập tràn tinh tấn và dễ dạy. Mặc dầu ông là người trẻ nhất trong một trăm hoàng nam của quốc vương Vārānasi, ông đã có được lòng trắng và trở thành quốc vương’.*

Sau đó Đức Phật đã kể lại câu chuyện tiền thân khi vị tỳ kheo đó là quốc vương Samavara. Đức Phật nói về những phẩm chất tuyệt hảo của vị ấy, điều đã khiến cho các hoàng huynh cùng thân dân đánh lễ và tôn chàng làm quốc vương, mặc dầu chàng là người trẻ nhất trong một trăm hoàng nam của quốc vương Vārānasi.

Quốc vương Samavara nói với thái tử Uposatha, là người anh cả và là người trong kiếp cuối sẽ là đại đức

---

1. Bốn hạng người là: một số người có thể giác ngộ nhanh chóng, ở thời đầu của bài Pháp; một số giác ngộ sau khi nghe giải thích thêm; một số giác ngộ sau khi được nghe nhiều lời thuyết giảng và suy xét về sự thật lần này qua lần khác. Một số chỉ có thể nghe lý thuyết, các ngôn từ và không giác ngộ được trong kiếp sống ấy. Nhóm thứ tư được gọi là “pada parama”, những người mà ngôn từ (pada) là tối thượng (parama). Vị tỳ kheo trong chuyện tiền thân này nghĩ rằng mình là một “pada parama”.

Sāriputta (Xá Lợi Phất) những lời sau:

*“Ta chẳng bao giờ miễn cưỡng dâng  
Những gì xứng với đại hiền nhân,  
Sẵn sàng ban tặng đầy trân trọng,  
Đánh lễ, ta quỳ xuống dưới chân”*

Khi với tâm khiêm cung, hoàng tử đánh lễ và quỳ dưới chân những người khác, chắc chắn Ngài phải có tinh tấn để tận diệt phiền não, chẳng hạn như ngã mạn - dính mắc vào sự quan trọng của bản thân, quan trọng vì là một hoàng tử con trai quốc vương Vārānasi. Ở đây ta thấy rằng không gì có thể được thực hiện nếu không có tinh tấn. Tâm rất đa dạng: một số người ghen tị với những người có kiến thức, nhưng họ không ghen tị về những mặt khác. Việc một người ghen tị với đối tượng nào tùy thuộc vào tích lũy. Nếu một người có hiểu biết và kiến thức, những người khác cần phải có sự tôn kính với trí tuệ của người ấy, tuy nhiên một số người vẫn có xu hướng ghen tị. Ta cần có tinh tấn để nỗ lực thấy được hiểm họa của ghen tị và thoát khỏi nó.

Vua Samavara tiếp tục với các lời sau:

*“Ta chẳng tỵ hiềm, muốn học luôn  
Mọi điều đức hạnh hợp công bằng,*

Các hiền nhân dạy điều lương thiện  
Trong ấy các ngài thấy lạc hoan.  
Ta vẫn thường nghe sự bảo ban  
Của nhiều bậc trí, đại hiền nhân  
Tâm hồn ta hướng về lương thiện,  
Ta chẳng coi thường lời dạy răn.  
Voi chiến cùng nhiều đạo mã xa,  
Bộ binh và vệ sĩ vương gia,  
Ta không hề bớt phần công nhật,  
Mà trả tiền lương đủ mọi nhà.  
Quý tộc danh gia vẫn đến hầu,  
Quân sư tài trí thật là cao,  
Họ thường khen ngợi rằng lương thực,  
Quả thật Ba-la-nại rất giàu.  
Thịnh vượng như vậy, các lái buôn,  
Từ nhiều quốc độ tới lui luôn,  
Ta che chở chúng - Nay vương tử,  
Sự thật, hiền huynh đã tỏ tường”

Nhờ những lời này, mọi người thấy được rằng đức

vua có những phẩm chất tuyệt hảo và vì vậy xứng đáng làm quốc vương xứ Vārānasi.

Sau khi kết thúc bài Pháp, Đức Phật đã nói lên những lời sau:

*“Này tỳ kheo, trong tiền kiếp, ông đã làm theo lời dạy, vậy tại sao bây giờ ông không nỗ lực?”. Đức Phật đã thuyết bài pháp về Tứ Thánh Đế và khi bài pháp kết thúc, vị tỳ kheo đó đã đắc quả Dự lưu. Đức Phật nhận diện các tiền thân như sau: “Tỳ kheo này chính là hoàng tử Samavara sau trở thành quốc vương, Ngài Sāriputta là thái tử Uposatha, Các vị trưởng lão và cao niên là các hoàng tử khác, các phật tử là tùy tùng của họ và ta là vị đại thần quân sư cho quốc vương”.*

Khi giác ngộ được đạt tới, đó là kết quả của sự phát triển hiểu biết đúng. Vun bồi nhân đưa tới quả ấy rất khó khăn, nhưng nếu trí tuệ đã được tích lũy đủ, nó sẽ mang tới kết quả không nhọc nhằn. Không có duyên tương ứng, quả không thể khởi sinh, bất kể ta cố công làm nó phát sinh nhanh chóng tới mức nào. Ta cần tiếp tục nỗ lực phát triển hiểu biết đúng, và cần trung thực với quá trình ấy: ta cần xem xem liệu mình có biết các đặc tính của pháp chân đế đang xuất hiện hiện giờ hay chưa. Hiểu biết ấy không phải là tư tuệ tới từ văn tuệ, từ việc nghe Pháp, mà đã là mức độ của Tứ niệm xứ. Tứ niệm xứ được phát triển khi trí tuệ (sammajañña hay

paññā) sinh khởi cùng chánh niệm và biết đặc tính của pháp xuất hiện tại khoảnh khắc này như chúng là. Trí tuệ phát triển từ từ để một ngày nào đó Tứ Thánh Đế có thể được xuyên thấu. Khi thời điểm chín muồi cho sự giác ngộ đã tới, kết quả ấy là tương ứng với nhân đúng, nó sẽ sinh khởi không khó khăn. Tuy nhiên, ta cần có sự nỗ lực và nhiệt huyết để bền bỉ với sự vun bồi trí tuệ.

Chúng ta đọc trong Kinh “*Nhiệt tình tinh tấn*” (Tăng Chi Bộ Kinh, Chương Ba Pháp, V. Phẩm nhỏ, §49) rằng Đức Phật thuyết:

*“Có ba trường hợp, này các Tỳ kheo, nhiệt tình cần phải làm mạnh. Thế nào là ba?”*

*Các ác bất thiện pháp chưa sanh, cần nhiệt tình làm mạnh đừng cho sanh. Các Thiện pháp chưa sanh, cần nhiệt tình làm mạnh để cho sanh. Để chịu đựng các thân thọ khổ đã sanh, nhói đau, da diết đau, gay gắt đau, không thích thú, không thích ý, đoạt mạng sống, cần nhiệt tình làm mạnh. Có ba trường hợp, này các Tỳ kheo, nhiệt tình cần phải làm mạnh.*

*Khi nào Tỳ kheo, này các Tỳ kheo, đối với các pháp ác, bất thiện chưa sanh, nhiệt tình làm mạnh đừng để cho sanh, đối với các pháp thiện chưa sanh, nhiệt tình làm mạnh để cho sanh khởi. Để chịu đựng các thân thọ khổ đã sanh, khổ đau, nhói đau, da diết đau, gay gắt đau, không thích thú, không thích ý, đoạt mạng sống, nhiệt tình làm mạnh. Tỳ kheo ấy, này các Tỳ kheo, được*



*gọi là vị có nhiệt tình, thận trọng, chánh niệm để chơn chánh đoạn tận khổ đau”.*

Kể cả một đoạn kinh ngắn cũng có thể nhắc nhở chúng ta về những cố gắng cần làm trong ba trường hợp, để kham nhẫn và kiên cường có thể vun bồi thêm nữa.



## **Chương 6**

### **Kham nhẫn Ba la mật**

Chú giải cuốn *Hạnh Tạng* định nghĩa kham nhẫn ba la mật như sau:

*“Kham nhẫn có đặc tính chấp nhận; chức năng/phận sự của kham nhẫn là chịu đựng đối tượng khả ái và bất khả ái; biểu hiện/thành tựu của kham nhẫn là độ lượng hay không đối kháng; cận nhân của kham nhẫn là thấy mọi thứ như chúng thực là”.*

Kham nhẫn ba la mật có ý nghĩa rất rộng. Kham nhẫn cần được vun bồi, không chỉ với đối tượng bất khả ái mà cả với đối tượng khả ái. Chúng ta cần có kham nhẫn với đối tượng khả ái để tham ái không sinh khởi, để không có dính mắc và vui thú trong đối tượng thì giác cũng như các đối tượng ngũ căn hiện khởi khác.

Khanti hay kham nhẫn là thiện, đó là một pháp tịnh hảo (sobhana) không sinh khởi cùng tâm bất thiện, với tâm tham căn, mà sinh khởi với tâm thiện. Tuy nhiên, mọi người cũng có thể có sự kiên trì theo cách bất thiện,

và đó là kiên trì kèm với tham khi muốn đạt được một cái gì đó. Một số người có thể có khả năng chịu đựng bất cứ điều gì để có thể đạt cái mình mong muốn, kể cả phải thức khuya hay trắng đêm. Tuy nhiên, liệu ta có thể nhẫn nại như vậy để vun bồi thiện pháp hay không? Nhẫn nại với sự vun bồi thiện pháp là kham nhẫn ba la mật, *khanti pāramī*. Với kham nhẫn ba la mật, ta có thể chịu đựng nóng hoặc lạnh. Điều đó có nghĩa là, mặc thời tiết nóng hay lạnh, tâm bất thiện không sinh khởi, rằng ta không thấy khó chịu hay bất an. Ta cần biết đặc tính của tâm sinh khởi ở những khoảnh khắc ấy, ta cần biết liệu đó là thiện hay bất thiện. Có tham hay sân với thời tiết không? Nếu ta thích, đó là tham và nếu ta không thích thì đó là sân, và trong cả hai trường hợp kham nhẫn ba la mật không sinh khởi. Kham nhẫn ba la mật là sự nhẫn nại kèm với an tịnh thực sự ở khoảnh khắc ấy, không thích thú hay khó chịu.

Khi đối tượng thị giác xuất hiện, nhãn thức nhận biết nó, và có thể có hiểu biết rằng không có chúng sinh, con người hay tự ngã nào. Nếu ta không có kham nhẫn để hay biết đặc tính của pháp chân đế hiện khởi, ta không thể đạt tới bến bờ giác ngộ, tức Niết bàn.

Nếu ta không có nhẫn nại đối với tham và sân, các phiền não không thể được tận diệt. Nếu ta thiếu kham

nhẫn, ta không thể đạt tới bờ giác ngộ, tới Niết bàn, ta không thể xuyên thấu Tứ Thánh Đế. Học về mười ba la mật sẽ giúp chúng ta kiểm tra xem liệu mình có đang vun bồi các ba la mật còn thiếu, và nếu ta thấy được giá trị và ý nghĩa của chúng, sẽ có duyên cho chúng lớn mạnh và phát triển.

Ta cần kiên nhẫn khi thẩm sát và suy xét các thực tại một cách kỹ lưỡng để có được hiểu biết đúng về chúng và thực hành theo cách đúng đắn. Nếu không có hiểu biết đúng, không có duyên cho sự sinh khởi của chánh niệm hay biết về các đặc tính của các pháp chân để hiện khởi.

Khanti là sự nhẫn nại và tiết chế đối với tâm bất thiện sinh khởi. Nếu chánh niệm - tỉnh giác sinh khởi, kham nhẫn ba la mật sẽ càng tinh tế hơn. Chúng ta cần nhẫn nại và kiên trì, bởi tâm bất thiện thường xuyên sinh khởi trong cuộc sống hàng ngày. Kham nhẫn trong cuộc sống hàng ngày của ta là “*adhivāsanā khanti*”. Từ Pāli *adhivasati* có nghĩa là cư trú (vāso có nghĩa là ở), và *adhivāsanā khanti* có nghĩa là chấp nhận và nhẫn nại với điều kiện sống, môi trường, nơi cư ngụ, tức là với pháp ở mỗi khoảnh khắc. Thay đổi nhiệt độ nóng hoặc lạnh là một ví dụ. Nếu chánh niệm - tỉnh giác không sinh khởi, ta có thể nói, “nóng quá”, và khi ấy tâm bất

thiện có lẽ đã sinh khởi rồi. Nếu chánh niệm - tỉnh giác đã tinh tế hơn, ta có thể thấy được liệu lòng nhẫn nại của mình với môi trường sống còn thiếu hay nó đã lớn mạnh và phát triển.

Kham nhẫn ba la mật có thể được vun bồi khi chánh niệm - tỉnh giác sinh khởi và biết đặc tính của tâm ở khoảnh khắc ấy. Nếu chánh niệm - tỉnh giác hay biết tâm bất thiện, khi ấy có duyên cho sự sinh khởi của tâm thiện thay cho tâm bất thiện. Một người có thể có thói quen phàn nàn, nóng nảy), nhưng nếu chánh niệm - tỉnh giác sinh khởi, anh ta có thể tiết chế bất thiện và như vậy, kham nhẫn ba la mật có thể được vun bồi thêm. Trong cuộc sống đời thường ta cần rất nhiều kham nhẫn, bởi ngoài sự nhẫn nại với môi trường hay điều kiện sống, ta cần nhẫn nại và độ lượng với những người có các tính cách và thói quen khác nhau. Những người có thói quen làm mọi việc rất nhanh phải kiên nhẫn với những người chậm chạp trong hành động. Chúng ta có thể gặp ai đó có hành vi ngang ngược, nhưng ta cần nhẫn nại và độ lượng với anh ta và không cần nhẫn về anh ta. Nếu chánh niệm - tỉnh giác sinh khởi, sẽ có duyên cho sự tiết chế với việc chỉ trích hay trách móc người ấy, để có từ tâm và có thể dẫn dắt, hỗ trợ và khuyên bảo người ấy một cách đúng lúc. Như vậy ta thấy rằng kham nhẫn ba la mật không thể thiếu trong cuộc sống hàng ngày.

Chúng ta phải có kham nhẫn và kiên trì trong hành vivà cách đối nhân xử thế. Chẳng hạn, khi mọi người du hành cùng nhau, sẽ phải có những khó khăn liên quan tới ghé ngòì, chỗ ngủ, xe cộ và giờ hẹn. Khi một người không cần nhẫn và chỉ trích, khi người ấy có sự cảm thông và giúp đỡ những người khác, các bạn đồng hành sẽ cảm mến và khen ngợi anh ta. Khi các pháp bất thiện, trong đó có tham và sân sinh khởi thì không có kham nhẫn, còn khi tâm thiện sinh khởi, ta có thể nhẫn nại với các tình huống khó khăn.

Một người có được tính kham nhẫn là bởi các tâm sở tịnh hảo (các phẩm chất thiện sinh kèm với tâm thiện) của người ấy đã được vun bồi. Không có con người, chúng sinh hay tự ngã nào kham nhẫn.

Chúng ta cũng có thể có kham nhẫn với chính lời nói của mình. Trước khi bắt đầu nói, ta cần suy xét liệu những gì mình định nói có lợi ích hay không. Nếu đó là lời nói vô ích ta cần có kham nhẫn và tránh việc nói ra. Chánh niệm - tỉnh giác đảm nhận chức năng của mình ở những tình huống ấy và ta cần thẩm sát xem nó đã được vun bồi thêm hay chưa.

Chúng ta đọc trong *Chú giải Hạnh Tạng (Tiểu Bộ Kinh)*:

*“Kham nhẫn ba la mật phải được suy xét như sau:*

*Kham nhẫn là vũ khí vô đối của chánh nhân trong sự vun bồi các phẩm chất cao thượng, bởi nó làm tan biến giận dữ, cái là đối nghịch với những phẩm chất ấy, không dư sót. Đó là phục sức của những người có năng lực chiến thắng kẻ thù; là sức mạnh của các sa môn và bà la môn; là dòng nước dập tắt lửa hận; là căn bản để có được tiếng tăm; là thần chú để dẹp yên lời nói độc ác của kẻ xấu; là thượng nguồn của sự nhất quán nơi bậc giới hạnh. Kham nhẫn là một đại dương bởi độ thâm sâu của nó; một bến bờ ngăn chặn đại dương của thù hận; một tấm chắn bịt cửa xuống cõi khổ; một chiếc thang dẫn lên cõi giới của các chư thiên và phạm thiên; là mảnh đất cư ngụ của tất cả các phẩm chất cao thượng; là sự thanh lọc tối thượng của thân, khẩu, ý”.*

Như chúng ta đọc, kham nhẫn là “vũ khí vô đối của chánh nhân”: bất thiện có thể bị tiêu diệt khi ta chánh nghĩa. Khi kham nhẫn sinh khởi, ta không bị bắt an, bởi lẽ kham nhẫn không thể hãm hại người chánh nghĩa. “Kham nhẫn là vũ khí vô đối của chánh nhân trong sự vun bồi các phẩm chất cao thượng, bởi nó làm tan biến giận dữ, cái là đối nghịch với những phẩm chất ấy, không dư sót”.

Nếu ta có thể kham nhẫn, sân hận sẽ không thể sinh khởi, sẽ không có tà ngữ, dù chỉ một chút. Ta sẽ không nói ra những lời giận dữ. Như ta đã đọc, kham nhẫn là “phục sức của những người có năng lực chiến thắng



kẻ thù”. Có thể ta phục sức ngậy ngựa với những thứ làm đẹp, nhưng nếu hành động và lời nói của ta xấu xa, ta không phải là người đẹp. Không sân hận hay kham nhẫn là phục sức của những người có thể chinh phục kẻ khác; với loại phục sức này, ta đẹp và không cần tới các loại phục sức khác. Tuy nhiên, nếu thiếu kham nhẫn, hành động và lời nói của ta sẽ xấu xí.

Kham nhẫn là “sức mạnh của các sa môn và bà la môn”. Đó là đác lực (bala sampadā) của một người điềm tĩnh. Một người điềm tĩnh không bị phiền nhiễu hay rắc rối với bất kỳ ai, và vì vậy, sự an tịnh ly bất thiện pháp là sức mạnh của các sa môn và bà la môn.

Kham nhẫn là “dòng nước dập tắt ngọn lửa hận”. Nếu ta giận dữ, giận dữ có thể được chế ngự bởi kham nhẫn ba la mật. Ở những khoảnh khắc ấy, ta tích lũy các duyên để việc tiết chế khỏi bất thiện sẽ dễ dàng hơn.

Kham nhẫn là “căn bản để có được tiếng tăm, là thần chú để dẹp yên lời nói độc ác của kẻ xấu”.

Khi ta giận dữ và nói những lời độc ác, bản thân ta là kẻ xấu. Bất cứ ai nói ra những lời độc ác đều là kẻ xấu. Kham nhẫn là một thần chú, một liều thuốc giải độc, tức là lời nói của kẻ xấu.

Kham nhẫn là “thượng nguồn của sự nhất quán nơi

các bậc giới hạnh”.

Kham nhẫn là bản chất của những người với trí tuệ tối thượng. Để có thể vun bồi trí tuệ, cần phải có lòng kiên nhẫn vô hạn: kiên nhẫn để nghe Pháp và suy xét về pháp thật chi tiết để có thể hiểu ý nghĩa sâu xa của Giáo lý và lợi ích của nó. Nhờ vậy, ta sẽ biết rằng chỉ nghe thôi chưa đủ mà còn cần áp dụng Giáo lý. Nếu ai đó muốn có trí tuệ, trước hết anh ta phải kiên trì và tích lũy kham nhẫn ba la mật.

Như ta đọc: “Kham nhẫn là một đại dương bởi sự thâm sâu của nó”.

Kham nhẫn rất thâm sâu. Bất thiện sinh khởi thường xuyên hơn thiện. Khi chánh niệm - tỉnh giác sinh khởi, người ta nhận ra tâm bất thiện là không lợi ích và có sự kham nhẫn để xa lìa bất thiện ấy, dù đó là tham, sân, ghen tỵ, bủn xỉn hay ngã mạn. Điều ấy chỉ ra rằng kham nhẫn thật sâu xa. Nếu một người không có hiểu biết, người ấy không thể phát triển kham nhẫn ba la mật. Kham nhẫn ba la mật và chánh niệm - tỉnh giác rất vi tế và tinh xảo, chúng là duyên cho sự tiết chế bất thiện pháp.

Kham nhẫn là “bến bờ ngăn chặn đại dương của thù hận; tấm chắn bịt cửa xuống cõi khổ”.

Nhiều người sợ hãi các cõi khổ và họ tạo thiện pháp để không bị tái sinh ở đó. Tuy nhiên, nếu ta không muốn bị tái sinh ở một cõi ác, ta cần kham nhẫn và tránh xa bất thiện, bởi kham nhẫn là “tắm chắn bịt cửa xuống địa ngục”.

Kham nhẫn là “bậc thang dẫn lên cõi giới của các chư thiên và phạm thiên; là mảnh đất cư ngụ của tất cả các phẩm chất cao thượng; là sự thanh lọc tối thượng của thân, khẩu, ý”.

Ta cần suy xét đi suy xét lại liệu chúng ta đã có thêm kham nhẫn trong mỗi tình huống của cuộc sống hay chưa. Khi ta rèn luyện thường xuyên các phẩm chất tốt - các tâm sở tịnh hảo, vun bồi chúng, chúng sẽ trở thành bản chất tự nhiên của chúng ta. Một số người bản chất kham nhẫn hơn những người khác, và điều này chỉ ra rằng họ đã phát triển mọi loại phẩm chất thiện.

Chúng ta đọc tiếp trong Chú giải:

*“Kham nhẫn cần tiếp tục được củng cố bằng suy tư: ‘Người thiếu kham nhẫn trên thế giới này thường đau khổ và làm những hành động đưa tới khổ đau trong kiếp sau.’ Và: ‘Mặc dầu khổ đau này sinh khởi qua việc làm sai trái của người khác, nhưng thân ta chính là mảnh ruộng cho khổ đau ấy, và hành động tạo mầm cho nó đã bị chính ta gieo.’ Và ‘Khổ đau này sẽ trả món nợ nghiệp ấy của ta.’ Và ‘Nếu không có người làm sai*

*trái, làm sao ta có thể vun bồi kham nhẫn ba la mật?”.*

Nếu ai đó làm ta buồn hay tổn hại, ta không nên tức giận, mà cần nhận ra rằng đó lại là một cơ hội vun bồi kham nhẫn ba la mật để nó trở nên hoàn mãn.

Ta đọc:

*“Mặc dầu bây giờ anh ta làm điều sai, trong quá khứ anh ta đã là ân nhân của mình”. Và: “Người làm điều sai cũng là ân nhân, vì người ấy là cơ sở để vun bồi kham nhẫn”.*

*“Mọi chúng sinh đều như con cái của ta. Có ai giận dữ về những lầm lỗi của con cái mình không?”*

Nếu ta coi người ta đang giận như con của mình, liệu ta có còn tiếp tục giận dữ với anh ta hay không? Nếu suy niệm về điều này, ta có thể thấy rằng những gì đã nói trong Chú giải là đúng.

Chúng ta đọc:

*“Tất cả những pháp qua đó điều sai trái được tạo, và những pháp là đối tượng của những sai trái đó, tất cả, ở ngay khoảnh khắc này, đã diệt”.*

Bất kỳ ai làm điều gì sai với ta hoặc làm ta tổn hại, việc làm của người ấy đã diệt đi rồi ngay khi đó, và vì thế ta không nên tiếp tục giận dữ. Ở khoảnh khắc này, người đó không làm điều sai với ta nữa; chúng ta

không nên nghĩ về những thứ đã qua đi và tiếp tục giận dữ. Nếu ta suy tư về sự thật theo cách đúng đắn, ta sẽ hiểu rằng những *pháp* qua đó điều sai trái được tạo, và những *pháp* là đối tượng của những sai trái đó đã diệt ở ngay khoảnh khắc này.

Chúng ta đọc:

*“Vây, với ai, bây giờ bạn nên giận dữ, và ai là người làm giận dữ khởi sinh? Khi các pháp là vô ngã, ai là người có thể làm điều không phải với ai?”.*

Nếu một người đã nghe Pháp, người ấy có hiểu biết hơn người chưa nghe Pháp. Vì thế, anh ta cần nhận ra rằng, sẽ không đúng khi nổi giận chỉ vì một người thiếu hiểu biết đã làm điều sai trái. Tại sao anh ta lại phải giận dữ với người thiếu hiểu biết? Nếu anh ta nhớ được điều này, anh ta sẽ tích lũy kham nhẫn ba la mật, anh ta không giận và có thể tha thứ cho người đó.

Chúng ta đọc:

*“Khi người làm điều sai có những phẩm chất cao thượng, ta không nên giận dữ với anh ta. Khi anh ta không có những phẩm chất cao thượng, ta nên khởi bi mẫn với anh ta. Do tức giận, danh tiếng và các phẩm chất cao thượng trong ta suy giảm, và kẻ thù sẽ thích thú khi ta trở nên xấu xí, ngu không yên, v.v..”.*

Khi một người giận dữ, tiếng tốt về anh ta và các

phẩm chất cao thượng sẽ biến mất. Khi anh ta bộc lộ hành vi không đúng đắn do giận dữ, ta có thể thấy bất lợi của nóng nảy và lợi ích của kham nhẫn.

Ta đọc:

*“Sân là kẻ thù thực sự duy nhất, vì nó là tác nhân của mọi tổn hại và kẻ hủy diệt của mọi tốt lành”. Và: “Khi một người có kham nhẫn người ấy không có kẻ thù”.*

Chúng ta vẫn có bất thiện, chúng ta có phiền não và những thứ ấy làm duyên cho sự sinh khởi của những điều bất khả ái. Tuy nhiên, chúng ta nên biết liệu người mà ta đang giận có những phẩm chất tốt hay không. Nếu người ấy có thì ta không nên giận nữa.

Nếu người ấy hành xử không đúng, ta nên có bi mẫn với người ấy. Nếu tâm thiện sinh khởi cùng chánh niệm - tỉnh giác, đó là duyên cho kham nhẫn lớn mạnh.

Chúng ta đọc trong *Hạnh Tạng (Tiểu Bộ Kinh)*, II, 5, *Hạnh của guru ma vương* rằng Đức Bồ tát tái sinh thành một con trâu<sup>1</sup>. Một con khi tiểu tiện bốn lần lên vai, trán và lông mày của Bồ tát. Một Dạ xoa khuyên Ngài giết chết con khi đó, nhưng Đức Bồ tát không vì

---

1. Tôi (Nina Van Gorkom) đưa thêm phần nội dung câu chuyện như được kể trong *Hạnh Tạng*.

giận mắt khôn. Ngài muốn giữ giới thanh tịnh và không giết con khi đó.

Ngài ước nguyện có được chánh biến tri. Ngài nói:

*“Đây là điều khôn ngoan, tha thứ sự bất kính giữa những người ở bậc hạ, trung, thượng, như vậy tâm Như Lai thành đạt, phù hợp với hạnh nguyện của Như Lai”.*

Một người hiền trí sẽ có kham nhẫn và có thể chịu đựng được các lời nói khinh bỉ, dù những lời ấy được nói ra bởi một người ở địa vị cao hơn, thấp hơn hay bởi một kẻ xấu, bởi lẽ ta phải phát triển kham nhẫn với tất cả mọi người.

Ta đọc trong Chú giải của *Hạnh Tạng*, về *Giới hạnh của Devaputta*<sup>1</sup> về kiếp Đức Bồ tát tái sinh là Dhamma (Chánh Pháp), một Thiên tử (con trai của một chư thiên), và Devadatta là Adhamma (Tà Pháp).

Vào ngày Bồ tát (Uposatha), Dhamma hiện lên trước con người và truyền bá về những điều đúng đắn, tức là mười phước thiện (thập thiện), còn Adhamma

---

1. Xem thêm chuyện Tiền thân số 457, Tiền thân Dhamma. Tôi (Nina Van Gorkom) đã thêm nội dung câu chuyện như trong câu chuyện Tiền thân này cùng các bài kệ. Trong Chú giải Hạnh Tạng, từ “bạc” được sử dụng thay cho vàng. Trong đó nói: “Nhờ sắt mà vàng được đập ra”.

truyền bá về thập ác. Một ngày, thiên xa của hai vị gặp nhau trong không trung, và người nào cũng tuyên bố con đường của mình là đúng.

Chúng ta đọc trong *Tiền thân Dhamma* (số 457) về cùng một câu chuyện, rằng Adhamma nói với Dhamma, so sánh mình với sắt còn thiên tử Dhamma với vàng:

*“Nhờ sắt, mà vàng được đập ra,  
Lấy vàng đập sắt, thấy bao giờ?  
Nếu Tà đánh Chánh mà Tà thắng,  
Sắt đẹp như vàng chẳng kém thua”.*

Chúng ta đọc trong chuyện Tiền Thân rằng Dhamma đã trả lời với bài kệ sau:

*“Nếu Ngài chiến đấu thật hùng cường,  
Lời nói Ngài đấu chẳng thiện chơn,  
Ta sẽ thứ tha lời ác ấy,  
Và dù không muốn, phải nhường đường”.*

Dhamma không muốn nổi nóng, và theo Chú giải, Ngài sinh khởi kham nhẫn, từ tâm và bi mẫn. Ngài nhường đường cho Adhamma, nhưng mặt đất đã nứt ra và nuốt Adhamma vào lòng.

Như ta đọc, Adhamma có thể giết chết Dhamma,



giống như sắt có thể đập vàng, trong khi vàng không thể đập sắt. Những người đứng về phía Adhamma, những người tà nghĩa, cho rằng mình giống sắt và có thể khiến sắt đẹp như vàng, và vì vậy, họ khiến bất thiện trông như một điều tốt.

Khi một người làm điều sai trái, người ấy dễ bị xã hội lên án. Nếu ta tin rằng mình cũng cần tham gia vào việc phán xét và lên án người ấy thì tâm lại là bất thiện, và như vậy, ta đã đứng về phía Adhamma chứ không về phía Dhamma. Nếu chánh niệm - tỉnh giác sinh khởi, ta có thể có tâm từ và kham nhẫn; ta có thể tránh việc lên án người khác, và như vậy sân hận và các loại bất thiện khác không sinh khởi.

Như ta đọc, Dhamma đã trả lời rằng mình sẽ kham nhẫn và chịu đựng những lời thô ác của Adhamma. Chúng ta đọc trong Chú giải cho *Hạnh Tạng*:

*“Lại nữa, chỉ bậc hiền trí mới có thể kham nhẫn độ lượng với những sai trái của người khác, không phải kẻ độn trí. Với người thiếu trí, những sai trái của người khác chỉ làm dấy lên sự nóng nảy, còn đối với người trí, họ dùng tới lòng nhẫn nại của mình và làm nó càng lớn mạnh hơn”.*

Từ giờ chúng ta sẽ sống như thế nào? Nếu có hiểu biết đúng, ta có thể độ lượng với những sai trái của người khác, nhưng nếu ta thiếu hiểu biết, nóng nảy sẽ

tăng trưởng. Chúng ta đọc tiếp:

*“Chỉ bậc hiền trí mới thuần thực trong việc mang tới an lạc cho mọi chúng sinh, không phân biệt người thân, người dung và kẻ thù”.*

Mọi lời dạy của Giáo lý đều lợi lạc. Chúng ta có thể thấy rằng, *Đức Phật* giúp các đệ tử bằng việc thuyết giảng Giáo Pháp và liên tục sách tấn họ suy xét về lợi ích của thiện pháp. Chúng ta đọc trong kinh điển: “Chỉ bậc hiền trí mới thuần thực trong việc mang tới an lạc cho mọi chúng sinh, không phân biệt người thân, người dung và kẻ thù”. Điều này nhắc nhở chúng ta rằng, chúng ta cần thuần thực trong việc mang tới an lạc cho mọi chúng sinh, rằng chúng ta không nên thiên vị trong việc trợ giúp người khác, không chỉ giúp đỡ các thân hữu của mình.

Khi một người thực sự thuần thực, anh ta có đủ kham nhẫn để tác ý những gì lợi lạc. Khi sốt ruột, điều ấy không có lợi ích gì cho anh ta.

Chúng ta đọc trong Chú giải cho *Hạnh Tạng*, “*Hạnh của Akitti*”:

*“Giới (sīla) được gọi là khổ hạnh (tapa) bởi vì nó đốt cháy<sup>1</sup> ô nhiễm của bất thiện. Bởi sự lộng lẫy và năng*

1. Tappati là thể bị động của tapati. Tapati có nghĩa là thiêu đốt, chiếu sáng.

*lực của kham nhẫn ba la mật và tinh tấn ba la mật, các ba la mật này cũng được gọi là khổ hạnh, tapa: chúng đốt cháy ô nhiễm của tham ái và lười nhác. Đức Bồ tát vun bồi các ba la mật này tới mức độ tốt đỉnh khi Ngài ở trong kiếp này. Cần phải nói rằng Ngài vun bồi chúng nhờ năng lực của tinh tấn ba la mật (khanti pāramittānubhāvena), bởi lẽ sự tiết chế nhờ kham nhẫn dẫn tới những gì tối thượng.*

*Thế tôn nói: ‘kham nhẫn là khổ hạnh tối thượng’ (khanti paramaṃ tapo)”.*

Những từ đầu tiên trong “Tụng đọc Giới bốn” là “Kham nhẫn là khổ hạnh tối thượng”. Nếu thiếu kham nhẫn và bền bỉ, các ba la mật sẽ không thể đưa tới sự chứng ngộ Tứ Thánh Đế. Chúng ta cần nghĩ về sự kham nhẫn của những con người thời Đức Phật còn tại thế. Khi ta đọc Kinh và suy ngẫm chi tiết, chúng ta có thể thấy sự kham nhẫn và bền bỉ của những con người ở thời đó, họ áp dụng Giáo Pháp trong cư xử và thực hành.

Chúng ta đọc trong Kinh Giới Phân Biệt (Trung Bộ Kinh số 140):

*“Như vậy tôi nghe.*

*Một thời, Thế Tôn du hành ở xứ Magadha (Ma-kiệt-đà), đi đến Rajagaha (Vương xá), đến nhà thợ gốm Bhaggava; sau khi đến nói với thợ gốm Bhaggava:*

-- Này Bhaggava, nếu không gì phiền phức cho Ông, Ta muốn ở tại chỗ này một đêm.

Bạch Thế Tôn không có gì phiền phức cho con. Ở đây đã có một vị xuất gia đến ở từ trước rồi. Nếu vị ấy thỏa thuận, bạch Thế Tôn, hãy ở lại tùy theo sở thích”.

Chúng ta có thể thấy sự kham nhẫn của Đức Phật, Ngài đã rong ruổi hồng hạnh Pháp vì lợi ích của những người khác, giúp họ có thể chứng ngộ Tứ Thánh Đế. Ngài đã đi du hành Magadha (Ma kiệt đà), dừng lại ở thành Rājagaha (Vương Xá) và tới gặp người thợ gốm. Ngài không tới nơi tiện nghi và thoải mái. Ngài tới xin ngủ chỉ một đêm trong nhà người thợ gốm.

Ta đọc trong Chú giải của bài kinh này, cuốn *Papañcasūdanī* rằng người thợ gốm Bhaggava nghĩ:

“Các bậc xuất gia có tâm tính khác nhau: một số ưa gần đạo hữu, một số khác thích độc cư. Nếu vị tỷ kheo đầu tiên là người thích độc cư, vị ấy sẽ nói: ‘Bạch Ngài, xin Ngài đừng vào đây, bởi lẽ tôi đã ở trong trú xứ này rồi’, và như vậy người tới sau sẽ bỏ đi. Nếu điều này xảy ra, hai người sẽ cãi cọ nhau. Như vậy, thứ đã được bố thí phải được suy xét như thế, và những gì đã làm không thể bị thay đổi”.

Chú giải nêu:

“Vì thế, ông ta đáp: Bạch Thế Tôn không có gì phiền phức cho con. Ở đây đã có một vị xuất gia đến ở từ

trước rồi. Nếu vị ấy thỏa thuận, bạch Thế Tôn, hãy ở lại tùy theo sở thích”.

Chúng ta đọc tiếp bài Kinh:

“Lúc bấy giờ, Thiện gia nam tử Pukkusati, do lòng tin, y cứ Thế Tôn đã xuất gia, từ bỏ gia đình, sống không gia đình. Vị ấy đã đến ở trước tại trú xứ của thợ gốm. Rồi Thế Tôn đi đến Tôn giả Pukkusati; sau khi đến nói với Pukkusati:

-- Nay Tỳ kheo, nếu không gì phiền phức cho Ông, Ta muốn ở lại trú xứ này một đêm.

-- Rộng rãi, thưa Hiền giả, là trú xứ của thợ gốm. Tôn giả có thể ở, tùy theo sở thích”.

Chúng ta đọc trong Chú giải của bài Kinh:

“Đức vua Pukkusāti trị vì vương quốc của mình ở thành Takkasilā và đức vua Bimbisāra trị vì vương quốc của mình ở thành Rajagāha, cả hai cùng tuổi với nhau. Giữa họ có một mối thương mến sâu đậm, mặc dầu họ chưa từng gặp nhau. Tình đạo hữu của họ được thiết lập thông qua những lá buôn đi lại giữa hai nước để giao thương.

Đức vua Bimbisāra nhận được một món quà từ đức vua Pukkusāti là tám tấm vải quý, trong đó bốn tấm vua đem dâng cho Thế Tôn, và bốn tấm còn lại để sử dụng trong cung điện. Vua đã khởi lên ý nghĩ sau: ‘Khi ta gửi quà đáp, món quà ấy phải hơn món quà mà vua Pukkusāti đã tặng ta trước đó. Bọn ta đã tặng ta

một món quà vô giá, vậy ta phải gửi tặng gì cho ông ấy đây? Trong thành Rājagaha này không thấy có món quà nào quý hơn thế'. Đức vua Bimbisāra có những phẩm chất cao thượng, và từ khi Ngài trở thành một vị Thánh Dự lưu, không gì khác ngoài Tam Bảo có thể làm Ngài hoan hỷ. Ngài thốt lên mong ước lựa chọn "Bảo vật" để làm quà tặng cho đức vua Pukkusāti.

Thông thường có hai loại bảo vật<sup>1</sup>. Bảo vật vô tri như vàng, bạc v.v... Bảo vật hữu tri gắn liền với các căn (năng lực)<sup>2</sup>. Bảo vật vô tri được dùng để tô điểm cho bảo vật hữu tri. Trong hai loại bảo vật này, bảo vật hữu tri được coi là tối thượng.

Bảo vật hữu tri có hai loại: thú bảo vật và người bảo vật. Thú bảo vật bao gồm Voi-Báu và Ngựa-Báu được sử dụng để chuyên chở con người. Vì thế, Người bảo vật được coi là loại bảo vật tối thượng nhất.

Người bảo vật bao gồm hai loại: nữ bảo vật và nam bảo vật. Nữ bảo vật phục vụ cho bậc Chuyển Luân Vương<sup>3</sup>. Vì thế, nam bảo vật được coi là tối thượng trong hai bảo vật.

Nam bảo vật bao gồm hai loại: tại gia bảo vật và xuất gia bảo vật. Bậc Chuyển Luân Vương là tối thượng

1. Xem thêm Chú giải của Tiểu Tụng (Khuddakapatha), cuốn Paramatthajotika (Soi Sáng Chân Đế Nghĩa). Chương VI, Ratana Sutta.

2. Chúng sinh với các căn (indriya) như nhãn căn, v.v...

3. Một vị vua cai trị bốn châu lục, sở hữu các bảo vật luân xa, tượng, ngựa, châu báu, phụ nữ, quần khổ và quân sư.

trong các tại gia bảo vật, nhưng bởi vì ấy vẫn đành lẽ năm vóc sát đất với cả một sa-di xuất gia trong ngày, xuất gia bảo vật được coi là tối thượng nhất.

*Xuất gia bảo vật bao gồm hai loại “hữu học” và “vô học”<sup>1</sup>. Trong hai loại bảo vật xuất gia này, giá trị của cả một trăm ngàn bậc hữu học không bằng giá trị của một bậc vô học, và vì thế, bậc vô học được coi là bảo vật tối thượng nhất”.*

Bậc hữu học (sekha), là các bậc thánh nhân từ mức độ Dự lưu tới Bất lai. Các bậc vô học (asekha) không còn cần tu học thêm và theo sự thực hành tận diệt mọi phiền não. Bậc vô học là vị A La Hán.

Ta đọc trong Chú giải:

*“Bảo vật vô học gồm hai loại: Phật bảo vật và đệ tử bảo vật. Trong số các loại bảo vật vô học, giá trị của hàng trăm ngàn đệ tử không bằng được giá trị của Đức Phật. Vì thế, Phật bảo vật là tối thượng nhất. Phật bảo vật bao gồm hai loại: Phật Độc giác và Phật Toàn giác. Trong các Phật bảo vật, giá trị của một trăm ngàn Độc giác Phật không bằng được giá trị của một Toàn giác Phật. Vì thế, Toàn giác Phật bảo vật là tối thượng nhất.*

*Như vậy, như ai cũng biết, không có bảo vật nào so được với Phật bảo vật, trên thế giới này cũng như trên thế giới chư thiên.*

---

1. Bậc hữu học, sekka, đã giác ngộ nhưng chưa tới mức độ A La Hán, còn bậc vô học, asekkha đã giác ngộ A La Hán.

Vua *Bimbisāra*, người là một vị Thánh Dự lưu, nghĩ, ‘không gì quý báu hơn Tam Bảo’. Vì vậy, Ngài đã hỏi các vị lái buôn dân thành *Takkasilā*, ‘trong nước các khanh có biết tới Phật Bảo, Pháp bảo và Tăng Bảo không?’

Các vị lái buôn từ *Takkasilā* nói, ‘Trong nước chúng thần, chưa ai từng được nghe về Tam Bảo. Tam Bảo có thể được thấy ở đâu ạ?’

Chính vì lẽ này mà đức vua *Bimbisāra* đã ra lệnh đúc một lá vàng dài bốn cubit (182cm), chiều ngang một gang tay và bề dày vừa đủ, không quá dày, không quá mỏng. Ngài gọi đầu vào sáng sớm, thọ bát quan trai giới, ăn bữa sáng, và rồi cho khắc chữ lên tấm vàng lá. Các dòng chữ thuật lại các phẩm chất tuyệt hảo (ơn đức) của Đức Phật, về sự vun bồi ba la mật, về các phẩm chất tuyệt hảo của đức Pháp, ba mươi bảy phẩm trợ đạo, Tứ niệm xứ, Bát Chánh Đạo, các phẩm chất tuyệt hảo của đức Tăng và Quán niệm hơi thở”.

On đức Tăng tại thời điểm đó là các phẩm chất của các bậc thánh hài lòng với tứ vật dụng<sup>1</sup>, chế ngự các triền cái, chứng thiền, đắc thần thông, và trở thành “vĩ nhân” (*mahā-purisa*<sup>2</sup>). Vua *Bimbisāra* suy xét rằng mình đã tạo được món quà cao thượng hơn tất cả: khắc được các ơn đức Tam Bảo trên tấm vàng lá.

1. Tứ vật dụng của vị tỳ kheo: y áo, vật thực, cốc liêu và thuốc men.

2. Vĩ nhân hay anh hùng: với những phẩm chất nổi bật.



Chúng ta đọc trong Chú giải:

*“Sau đó Ngài viết như sau: ‘Giáo Pháp của Đức Phật khéo thuyết, giải thoát chúng sinh khỏi khổ đau. Nay bạn mến, nếu Ngài có thể thực sự nắm bắt được Giáo lý ấy, mong Ngài sẽ xuất gia!’*

*Đức vua cuốn xung quanh tám lá vàng một tấm chăn lông thú mềm mại và đặt nó vào trong một chiếc hộp chắc. Chiếc hộp này lại được đặt vào một hộp khác bằng vàng, rồi hộp vàng lại được đặt vào một hộp bạc, và mỗi hộp lại được đặt tuần tự vào một hộp quý khác: bằng bạc, bằng ngọc trai, san hô, ngọc lục, pha lê, ngà voi, bằng mọi loại châu báu, và rồi đặt vào một hộp tre đan. Ngài cho hộp này vào một cái rương chắc, rồi đặt rương chắc vào một rương vàng, và rồi tuần tự vào các rương khác giống như với các hộp. Rương làm bằng mọi loại châu báu được đặt vào một chiếc rương bằng tre đan, và chiếc này được đặt vào một chiếc rương gỗ cứng. Như vậy, mỗi chiếc rương được đặt trong nhau theo cùng một cách.*

*Chiếc hộp làm bằng mọi loại châu báu được đặt trong một chiếc hộp bằng tre đan được bọc bởi một tấm vải và niêm phong với con dấu hoàng gia. Đức vua ra lệnh cho các cận thần trang hoàng tượng báu, đặt ngài vua lên trên tượng, phủ lên đó chiếc lọng trắng nhiều tầng của hoàng gia, trang hoàng lọng lấy đường phở cùng cờ xí, đánh lễ với phấn thơm, hương và hoa suốt dọc đường mà lễ vật hoàng gia sẽ đi qua. Bản thân đức vua cũng phục sức công phu, bao quanh bởi*

quân đội mang theo nhạc cụ. Đức Vua tính rằng mình sẽ hộ tống lễ vật cho tới biên giới, và rằng mình sẽ trao chứng thư cho những người cận vệ để họ dâng nó lên đức vua Pukkusāti. Nội dung của bức thư đó như sau:

*‘Khi Ngài nhận được lễ vật này, xin đừng tiếp nhận nó trong hậu cung, mà hãy đi tới chánh điện hoàng gia và tiếp nhận ở đó.’*

*Khi đức vua đã trao bức chứng thư, Ngài nghĩ, ‘bây giờ bậc Đạo sư đi tới nước láng giềng’, và đánh lễ năm vóc sát đất, quỳ gối, áp tay và trán lên sàn và rồi trở về”.*

Lễ vật thượng đẳng là Tam Bảo. Chúng ta đã gặp nhau kiếp này sang kiếp khác trong vòng sinh tử luân hồi, có kiếp là bạn, có kiếp là thù, cha mẹ hoặc quyến thuộc của nhau. Tuy nhiên, sinh ra làm những thiện bạn hữu cùng hợp tác để chia sẻ Giáo Pháp là lợi lạc nhất. *Mỗi kiếp sống như vậy đáng quý hơn các kiếp sống khác trong vòng luân hồi, khi ta sinh ra ở một nơi khác không có cơ hội ấy.*

Chúng ta đọc tiếp trong Chú giải:

*“Về phía đức vua Pukkusāti, Ngài đã sắp xếp trang hoàng bắt đầu từ khu vực biên giới. Ngài ra lệnh trang hoàng kinh thành để đón tiếp lễ vật của vua Bimbisāra. Khi lễ vật hoàng gia tới thành Takkasilā, đó là ngày Bồ tát. Các cận thần nhận lễ vật hoàng gia thông báo nội*

*dung bức chứng thư tới đức vua. Sau khi đức vua nghe xong, Ngài tính tới những bổn phận phải làm đối với các cận thần tới dâng lễ vật hoàng gia.*

*Ngài truyền cho lễ vật được mang tới chánh điện và nói, ‘Hãy đừng để ai vào đây.’ Ngài yêu cầu mọi người canh cổng, tự mở cửa sổ (sử dụng cho các dịp khánh tiết), rồi cho đặt lễ vật hoàng gia lên một sàng cao, còn mình ngồi trên một chiến ghế thấp. Ngài mở ấn hoàng gia, và gỡ lớp vải bọc. Khi Ngài mở tuần tự các hộp và nhìn thấy chiếc hộp làm bằng tre đan, Ngài suy xét, ‘Ta tin rằng các Bảo vật khác không được tháp tùng như vậy, do đó, ta cần nghe Bảo vật này. Chắc chắn bảo vật này sinh ra tại Trung Ấn’*

*Khi Ngài mở những hộp này và bóc ấn hoàng gia, nhắc tám chắn bằng lông thú từ hai phía, Ngài nhìn thấy tám lá vàng và bèn trải ra. Ngài suy xét:*

*‘Những chữ này được khắc thật đẹp về mọi mặt: đều đặn, sắc nét và vuông vắn. Ta sẽ khởi đọc từ đầu.’ Một cảm giác hỷ lạc dâng lên trong đức vua khi Ngài đọc đi đọc lại về các ơn đức của Phật đã xuất hiện trên thế gian. Chín mươi chín ngàn sợi lông trên thân Ngài dựng đứng. Vì sự hân hoan và phi lạc tột đỉnh, đức vua không biết mình nên đứng hay nên ngồi.*

*Khi phi lạc mãnh liệt sinh khởi trong đức vua, Ngài nói: ‘Chúng ta đã nghe những lời dạy không dễ được gặp, kể cả trong một trăm ngàn đại kiếp, và điều này đã xảy ra được nhờ một người bạn.’ Khi đức vua không thể đọc tiếp, Ngài ngồi xuống cho đến khi phi lạc của*

Ngài lắng lại. Sau đó, Ngài bắt đầu đọc tiếp về ơn đức Pháp: ‘Giáo Pháp được Đức Phật khéo thuyết...’ Đức vua kinh nghiệm phỉ lạc mãnh liệt và Ngài lại ngồi xuống cho đến khi sức mạnh của phỉ lạc lắng xuống. Sau đó Ngài đọc về ơn đức Tăng, ‘Các vị Thánh đệ tử thực hành chánh đạo...’ và Ngài lại kinh nghiệm phỉ lạc mãnh liệt như trước.

Rồi Ngài đọc về các đề mục Quán niệm hơi thở, và cuối cùng Ngài đã đắc tứ thiền và ngũ thiền. Đức vua dành thời gian hưởng hạnh phúc của thiền chứng. Những người khác không được gặp Ngài, ngoài người hầu. Một tháng trôi đi như vậy. Thần dân tụ họp tại sân triều đình và đồng thanh phát biểu: ‘Từ ngày đức vua nhận lễ vật, Ngài không còn để mắt tới kinh thành hay tới các vũ nữ, Ngài cũng không còn xét xử nữa. Mong đức vua trả lại lễ vật cho bạn Ngài.’

Các thần dân nói tiếp: ‘Các vị vua thường đánh lừa với các lễ vật. Họ tìm cách chiếm đoạt vương quốc của các vị vua khác. Đức vua của chúng ta nên làm gì đây?’

Đức vua nghe được âm thanh của những lời phát biểu ấy, liền suy tính: ‘Chúng ta sẽ gìn giữ vương quốc hay gìn giữ Giáo lý?’ Sau đó, Ngài nghĩ, ‘Chúng ta sẽ gìn giữ Giáo lý của bậc Đạo sư này.’

Ngài cầm gương vấn đề trên giường và cắt tóc. Ngài ra lệnh cho người hầu mua hai bộ y vàng và một bình bát bằng đất nung ở chợ. Ngài quy phục bậc Đạo sư bằng các lời sau, ‘Hỡi các vị A La Hán trên thế gian, ta

quy phục bằng sự xuất gia.’ Ngài bận y vàng, rồi khoác một tấm y nữa. Ngài đeo bình bát lên vai rồi rời cung điện.

Dân chúng thấy ba vũ nữ đứng ở ba cửa, nhưng không nhận ra đức vua đang ra khỏi cung điện. Họ nghĩ rằng Ngài là một vị Độc Giác Phật tới giảng Pháp cho đức vua”.

Đức vua Pukkusāti từ bỏ cung điện và tài sản của mình để xuất gia. Hẳn Ngài phải có lòng kham nhẫn tốt cùng để thay đổi lối sống và địa vị quen thuộc của mình, để có thể chứng ngộ Tứ Thánh Đế. Nếu ta không tích lũy lòng kham nhẫn như vậy, ta không thể hành động như đức vua Pukkusāti.

Chúng ta đọc tiếp:

“Thiện gia nam tử (đức vua đã xuất gia thành tỳ kheo<sup>1</sup>) nghĩ, ‘Đạo sư của chúng ta đã từ bỏ đời sống tại gia và ra đi xuất gia một mình, Ngài đã lên đường một mình. Ta cảm thấy hổ thẹn và nề phục bậc Đạo sư. Ta nghe rằng sau khi Đạo sư xuất gia, Ngài không dùng xa giá và cũng không đi giày dép, dù chỉ một lớp, và Ngài cũng không dùng ô lọng bằng giấy để che nắng.’

Thiện gia nam tử nghĩ, ‘Ta sẽ du hành dài và vì thế không nên đi một mình. Ta sẽ đi theo một nhóm

---

1. “Thiện gia nam tử” thường được dùng để chỉ những vị tỳ kheo mà thực chất là con Phật.

*lái buôn.’ Khi thiện gia nam tử vốn mỏng manh thanh cao dẫm chân lên mặt đất nóng, cả hai gan bàn chân của Ngài bị mưng mủ và lở loét, và vì vậy, Ngài kinh nghiệm cảm thọ khổ.*

*Khi các lái buôn dựng lều trại và ngồi nghỉ, thiện gia nam tử đi tới ngồi dưới một gốc cây. Không có ai ở đó để chăm sóc cho chân Ngài hay xoa bóp lưng Ngài. Thiện gia nam tử đắc tứ thiền với Quán niệm Hơi Thở và nhờ vậy Ngài đã chế ngự được những gian khó của chuyến đi, cả những mệt nhọc và xúc động. Ngài vui hưởng lạc thú của thiền định.*

*Ngày hôm sau vào lúc rạng đông, Ngài vệ sinh sửa soạn bản thân và lại đi theo đoàn lái buôn. Tới giờ ăn điểm tâm, các lái buôn lấy bình bát của thiện gia nam tử và đặt vào đó vật thực cúng dường đồ cứng đồ mềm. Vật thực này bao gồm gạo sát thô không được ngon, món cà-ri tựa như đồng sôi, canh nêm gia vị mặn đót. Thiện gia nam tử suy niệm về nơi nghỉ của mình, và các vật thực đồ cứng đồ mềm ấy ngon như thể rượu tiên khi Ngài nuốt tất cả với thật nhiều nước.*

*Ngài đã đi tổng cộng một trăm chín mươi hai lý<sup>1</sup>, và mặc dầu Ngài đi ngang qua cổng của Kỳ viên Tịnh xá, Ngài không hỏi đức Bổn sư đang ở đâu.*

*Tại sao Ngài không hỏi?*

*Câu trả lời là vì Ngài kính trọng đức Bổn sư, và cũng*

---

1. Một lý tương đương 7.3km.

bởi vì bức chứng thư do vua gửi có vẻ như hàm ý rằng đức Bồn sư đã xuất hiện ở Rājagaha, vì trong đó nói, 'Như lai đã xuất hiện trên thế gian này.' Vì vậy, Ngài đã hiểu rằng Đức Phật đang ngụ tại thành Rājagaha. Mặc dầu Ngài đi ngang qua cổng Kỳ viên Tịnh xá, Ngài lại tiếp tục đi tiếp bốn mươi lăm lý nữa. Tới lúc mặt trời lặn, thiện gia nam tử đã tới Rājagaha và tại đó đã hỏi nơi đức Bồn sư đang cư ngụ.

Khi một dân làng nghe được rằng Ngài tới từ bắc quốc (Uttara Pradesh), anh ta đã cho Ngài biết tin như sau, 'Ông đã đi quá thành Sāvattthī, và đi tiếp bốn mươi lăm lý tới Rājagaha, nhưng đức Bồn sư đang ngụ tại Sāvattthī.'

Thiện gia nam tử, Pukkusāti, suy nghĩ, 'Bây giờ không phải đúng thời để quay lại thành Sāvattthī, và hôm nay ta sẽ ở lại đây đã. Ngày mai ta sẽ đi tới nơi ở của đức Bồn sư.' Ngài hỏi người dân làng đâu là nơi các sa môn tới lúc phi thời có thể tìm được nơi trú ngụ.

Dân làng trả lời rằng Ngài có thể ở trong xường của người thợ gốm.

Rồi thiện gia nam tử hỏi người thợ gốm liệu mình có thể ở lại đó. Ngài đi vào và ngồi xuống, để có thể sử dụng nơi ở trong xường của người thợ gốm ấy.

Vào buổi sáng trước khi Pukkusāti đi tới xường của người thợ gốm, Đức Phật quán chiếu thế gian và thấy thiện gia nam tử Pukkusāti. Ngài suy xét, 'Thiện gia nam tử này rời vương quốc của mình ngay sau khi đọc

bức chứng thư mà bạn mình đã gửi. Ông ta đã xuất gia và quy phục ta, và ông ta đã đi cả một trăm hai mươi mốt lý tới thành Rājagaha.

Nếu ta không tới đó, ông ta sẽ không chứng ngộ được sa môn quả (ông ta sẽ không chứng ngộ Tứ Thánh Đế); ông ta sẽ không chứng ngộ tam quả của một sa môn, tức là ông ta sẽ không giác ngộ được bậc Thánh thứ ba, bậc A Na Hàm. Ông ta sẽ chết mà không có nơi trú sau khi ngụ ở đó chỉ một đêm. Một khi ta tới đó, ông ta sẽ chứng ngộ được tam quả của bậc Sa môn. Vì ta đã vun bồi mọi ba la mật trong bốn a-tăng-kỳ kiếp và một trăm ngàn đại kiếp để cứu độ chúng sinh, ta sẽ giúp người thiện gia nam tử Pukkusāti.’

Vào sáng sớm, Đức Phật vệ sinh sửa soạn thân thể và cùng các tỳ kheo đi khát thực trong thành Sāvattthī. Sau khi đã nhận đồ ăn khát thực, Ngài quay trở về và đi vào Hương Thất. Ngài chỉ nghỉ ngơi một chút sau khi đã đi kinh hành và không nói gì với các trưởng lão. Đại đức Sāriputta, đại đức Moggallāna và các tỳ kheo khác đều hiện diện. Thế tôn cảm y bát và ra ngoài một mình. Trên đường đi Ngài không bay trên không trung, cũng không làm đoạn đường Ngài đi bộ ngắn lại’. Ngài lại suy xét: ‘Thiện gia nam tử này có tâm và nỗ lực ta, ông ta thậm chí không ngồi trên xa giá, trên ngựa, voi, chiến xa hay kiệu vàng v.v... và cuối cùng, ông ta thậm chí còn không dùng đến một lớp giày dép, cũng không mang ô lọng che nắng. Vì thế ta nên đi bộ.’ Như thế,

---

1. Bằng thần thông.



Đức Phật đã đi bộ quanh đường này. Ngài che dấu sự lộ liễu lấy của Phật quả: tám mươi hảo tướng phụ, hào quang dày sáu tấc và ba mươi hai hảo tướng chính của một vĩ nhân<sup>1</sup>. Ngài đã đi dưới hình dạng của một tỳ kheo thường, giống như trăng rằm đang bị lấp bởi một đám mây mù.

Chưa đầy một ngày (sau bữa ăn), Ngài đã đi hết quãng đường bốn mươi năm lý và vào lúc mặt trời lặn đã tới xưởng của người thợ gốm.

Khi Đức Phật đi bộ như vậy, Ngài không thị uy mọi người, nói ‘Ta là Đức Phật Chánh Đẳng Giác.’ Như thế Ngài chỉ đi tới xưởng của người thợ gốm và đứng tại cửa. Để cho thiện gia nam tử một cơ hội<sup>2</sup>, Ngài nói: ‘Này Tỳ kheo, nếu không gì phiền phức cho Ông, Ta muốn ở lại trú xứ này một đêm.’

Pukkusāti trả lời: ‘Rộng rãi, thưa Hiền giả, là trú xứ của thợ gốm. Tôn giả có thể ở, tùy theo sở thích’.

Đức Giáo chủ Thế gian, người có ngọc thể thanh cao bậc nhất đã rời Hương Thất - trú xứ như chốn thiên giới của Ngài, trải một lớp cỏ phủ trong xưởng của người thợ gốm, nơi tro bụi vương khắp, dơ bẩn bởi dụng cụ hồng, cỏ khô v.v... trông như một đồng rác. Ngài trải tấm dè y của mình và ngồi xuống như thể đã vào trong Hương thất đượm mùi thơm thiên giới, như thể đó là trú xứ thần tiên. Ngài ngồi xuống như vậy”.

---

1. Đây là những đặc điểm thân thể cụ thể của Đức Phật.

2. Cơ hội chung nơi cư ngụ với Đức Phật.

Nếu ta muốn phát triển ba la mật kham nhẫn, ta không nên quên tích lũy tính nhẫn nại trong mỗi tình huống, dù là với chỗ ngồi, giường nằm hay bất cứ gì khác trong môi trường của mình. Chúng ta đọc tiếp:

*“Đức Phật sinh ra trong một gia đình cao quý và Pukkusāti cũng thọ thai trong bụng của mẫu thân từ một gia đình cao quý, gia đình sát đế lý<sup>1</sup>. Đức Phật đã đạt được điều mà mình mong ước, và thiện gia nam tử cũng vậy. Mỗi người trong họ đều từ bỏ vương quốc của mình để trở thành một tỳ kheo. Đức Phật có làn da vàng óng, và thiện gia nam tử cũng vậy. Cả hai cùng đắc những thiện chứng (samāpatti) nhất định. Cả hai cùng là vua... cả hai cùng từ bỏ địa vị hoàng gia của mình để xuất gia... Họ vào xưởng người thợ gốm và ngồi như vậy. Vì lẽ đó, xưởng của người thợ gốm trở nên cực kỳ đẹp đẽ và kỳ thú.*

*Với Đức Phật, Ngài không khởi suy nghĩ rằng mình ngọc thể thanh cao, rằng mình đã đi suốt chặng đường bốn mươi năm lý trong một ngày, và rằng trước hết mình sẽ ở trong oai nghi sư tử<sup>2</sup> một chút để có thể lại sức từ những mệt mỏi của chuyến đi. Vì vậy, Đức Phật ngồi xuống và nhập Thánh quả định (phala samāpatti)<sup>3</sup>. Còn Pukkasāti, Ngài không nghĩ rằng mình đã đi suốt*

---

1. Sát đế lý là tầng lớp cao quý.

2. Oai nghi của Đức Phật khi ngủ, thân nằm nghiêng về bên phải.

3. Những vị Thánh Bất Lai và A La Hán có bát thiên (jhāna) có thể khiến tâm quả siêu thể kinh nghiệm Niết Bàn sinh khởi trở lại nhiều lần sau khoảnh khắc giác ngộ.

chặng đường một trăm hai mươi chín lý và rằng trước hết mình cần nghỉ ngơi chỉ trong một giây lát để xoa tan mệt mỏi do chuyến đi. Ngài ngồi xuống và nhập tứ thiền với quán niệm hơi thở.

*Câu hỏi:* Chẳng phải Đức Phật tới đây để định thuyết Pháp cho thiện gia nam tử hay sao? Tại sao Ngài không thuyết?

*Trả lời:* Ngài không thuyết bởi vì thiện gia nam tử còn mệt mỏi sau chuyến đi, và vì thế sẽ không đủ an tịnh để tiếp nhận Giáo Pháp. Trước tiên, Ngài cần phải vượt qua sự mệt mỏi của chuyến đi và trở nên an tịnh...”.

Ta đọc tiếp:

“Khi Đức Phật xuất khỏi Thánh quả định, Ngài thấy rằng Pukkusāti trông suy tư bởi tư thế tay và chân, rằng đầu ông ngay ngắn, ông ngồi vững vàng như móng của một đập nước xây thật chắc. Ông bất động như một bức tượng bằng vàng.

Thiện gia nam tử có một oai nghi tạo niềm tin. Nếu một oai nghi nào tạo được niềm tin thì chính là oai nghi này.

Trong bốn oai nghi thì ba oai nghi không được đẹp. Khi một người đi, tay anh ta vung đi vung lại, chân cử động và đầu lắc lư. Khi một người đứng, thân anh ta thô và cứng, khi nằm, thân thể anh ta không đẹp.

Tuy nhiên, khi một vị tỳ kheo đã quét dọn nơi nghỉ ban ngày, sau bữa ăn trải tọa cụ ngồi lên, rửa sạch tay

và chân và ngòai chéo chân trong tư thế hoa sen, khi ấy oai nghi của vị ấy thật đẹp. Thiện gia nam tử ngòai khoanh chân và nhập tứ thiền với Quán niệm Hơi thở theo cách ấy”.

Ta đọc trong *Kinh Giới Phân Biệt*, rằng khi ấy Đức Phật hỏi Pukkusāti:

“Này Tỳ kheo, Ông xuất gia, y cứ vào ai? Ai là Đạo sư của Ông? Ông chấp nhận pháp của ai?”.

Pukkusāti đáp: ‘Thưa Hiền giả, có Sa môn Gotama là Thích tử, xuất gia từ dòng họ Thích Ca. Tiếng đồn tốt đẹp sau đây được truyền đi về Thế Tôn Gotama ấy: ‘Ngài là bậc Thế Tôn, bậc A La Hán, Chánh Đẳng Giác, Minh Hạnh Túc, Thiện Thệ, Thế Gian Giải, Điều Ngự Trượng Phu, Thiên Nhơn Sư, Phật, Thế Tôn’. Tôi đã xuất gia, y cứ bậc Thế Tôn ấy. Ngài là bậc Đạo sư của tôi. Và tôi chấp thuận pháp của bậc Thế Tôn ấy.

-- Này Tỳ kheo, nay Thế Tôn, bậc A La Hán, Chánh Đẳng Giác ấy ở đâu?

-- Thưa Hiền giả, có một thành phố tên là Savatthi giữa các quốc độ phía Bắc. Tại đấy, Thế Tôn, bậc A La Hán, Chánh Đẳng Giác hiện nay đang ở.

-- Này Tỳ kheo, trước đây Ông đã thấy bậc Thế Tôn ấy chưa? Và nếu thấy, Ông có nhận ra được không?

-- Thưa Hiền giả, trước đây tôi chưa từng thấy bậc Thế Tôn ấy. Và nếu thấy, tôi không nhận ra được”.

Chúng ta đọc tiếp trong Kinh:

“Rồi Thế Tôn suy nghĩ: ‘Thiện gia nam tử này xuất gia y cứ nơi Ta. Vậy Ta hãy thuyết pháp cho Thiện gia nam tử ấy’. Rồi Thế Tôn nói với Tôn giả Pukkusati:

-- Hãy nghe và suy nghiệm kỹ, Ta sẽ giảng.

-- Thưa Hiền giả, vâng.

Tôn giả Pukkusati vâng đáp Thế Tôn...”

Sau đó Đức Phật thuyết bài *Kinh Giới Phân Biệt*<sup>1</sup> cho ông.

Chúng ta đọc tiếp trong Kinh:

“Rồi Tôn giả Pukkusati nghĩ như sau: ‘Thật sự bậc Đạo sư đã đến với ta! Thật sự bậc Thiện Thệ đã đến với ta! Thật sự bậc Chánh Đẳng Giác đã đến với ta!’. Rồi Tôn giả từ chỗ ngồi đứng dậy, đắp y vào một bên vai, cúi đầu đánh lễ chân Thế Tôn, và bạch Thế Tôn:

-- Con đã rơi vào một lỗi lầm, bạch Thế Tôn, vì rằng, ngu đần, si mê và không khéo léo như con, đã nghĩ rằng con có thể xưng hô với Thế Tôn với danh từ Hiền giả. Bạch Thế Tôn, mong Thế Tôn chấp nhận cho con lỗi lầm ấy là một lỗi lầm để con có thể ngăn ngừa trong tương lai.

1. Trong bài kinh này, Đức Phật thuyết cho Pukkusāti về sáu giới (yếu tố) là địa giới, thủy giới, hỏa giới, phong giới, không giới và thức giới. Ngài dạy rằng không nên cho những giới ấy là tôi, của tôi hay tự ngã của tôi. Ngài dạy về thọ và về các duyên của chúng, về các tầng thiên vô sắc giới, và về sự thật rằng đây là các pháp hữu vi do duyên sinh. Ngài nói về sự tận diệt của tái sinh và về pháp vô vi.

-- Nay Tỳ kheo, thật vậy, Ông đã rơi vào một lỗi lầm, vì rằng ngu đần, si mê và không khéo léo vì Ông đã nghĩ rằng Ông có thể xưng hô với Ta với danh từ Hiền giả. Nhưng nay Tỳ kheo, nếu Ông thấy một lỗi lầm là một lỗi lầm, và như Pháp phát lộ, thời Ta chấp nhận lỗi lầm ấy cho Ông. Vì rằng, nay Tỳ kheo, đây là sự tăng ích trong giới luật của bậc Thánh, khi nào một ai thấy lỗi lầm là một lỗi lầm, như Pháp phát lộ, để ngăn ngừa trong tương lai.

-- Bạch Thế Tôn, Thế Tôn hãy cho con được thọ cụ túc giới trước mặt Thế Tôn.

-- Nay Tỳ kheo, Ông có đủ y bát không?

Rồi Tôn giả Pukkusati sau khi hoan hỷ tín thọ lời Thế Tôn dạy, từ chỗ ngồi đứng dậy, đánh lễ Thế Tôn, thân phía hữu hướng về Ngài rồi ra đi tìm y bát. Trong khi Tôn giả Pukkusati đi tìm y bát, một con bò cuồng chạy, đoạt mất mạng sống của Tôn giả.

Rồi một số đông Tỳ kheo đi đến Thế Tôn, sau khi đến đánh lễ Thế Tôn rồi ngồi xuống một bên. Ngồi xuống một bên, các vị Tỳ kheo ấy bạch Thế Tôn:

-- Bạch Thế Tôn, Thiện gia nam tử Pukkusati được Thế Tôn thuyết giảng một cách vắn tắt đã mệnh chung. Sanh thú của vị ấy như thế nào, đời sống tương lai như thế nào?

-- Nay Tỳ kheo, thật là bậc Hiền giả, Thiện gia nam tử Pukkusati, đã chấp hành Chánh pháp và tùy pháp. Và không có phiền nhiễu Ta với những kiện tụng

về Chánh pháp. Nay các Tỳ kheo, Thiện gia nam tử Pukkusati, sau khi đoạn trừ năm hạ phần kiết sử, được hóa sanh và từ chỗ ấy nhập Niết bàn, không phải trở lui đời ấy nữa.<sup>1</sup>

Thế Tôn thuyết giảng như vậy. Các Tỳ kheo ấy hoan hỷ tín thọ lời Thế Tôn dạy”.

Chúng ta đọc thêm trong Chú giải cho bài kinh này:

*“Người ta hỏi: Tại sao y áo và bình bát không được làm cho xuất hiện bằng thần thông tới Pukkusāti?”*

*Trả lời: Bởi vì thiện gia nam tử đã không cúng dường tám vật dụng<sup>2</sup> trong quá khứ. Tuy nhiên, thiện gia nam tử Pukkusāti đã bố thí cúng dường và ước nguyện, và vì vậy ta không nên nói rằng lý do (không có được vật dụng) là vì thiếu bố thí trong quá khứ...”*

Y áo và bình bát chỉ có thể được làm cho xuất hiện bởi thần thông bởi các đệ tử ở trong kiếp cuối cùng, tức là bởi những người đắc A La Hán. Bởi lẽ thiện gia nam tử này vẫn còn tái sinh, vì Ngài mới đắc đạo quả Bất lai chứ chưa phải A La Hán.

Hơn nữa, tuổi thọ của thiện gia nam tử này sắp chấm dứt.

---

1. Ngài đã đạt được tầng Thánh thứ ba, tầng Thánh Bất Lai (anāgāmī).  
2. Tám vật dụng (parikkhāra) bao gồm: tam y, một bình bát, một dao cạo, một cái kim, một đai lưng và một dụng cụ lọc nước.

Về phần Pukkusāti, (có thể nói là như thể) Đại Phạm thiên (của cõi Phạm thiên), Thánh Bất Lai của cõi Tịnh Quang thiên (suddhavāsa<sup>1</sup>) đã tới xường của người thợ gốm và ngồi ở đó'. Sau đó, Ngài tái sinh thành một phạm thiên ở cõi trời Avihā, tức là tầng đầu tiên của cõi Tịnh Quang Thiên. Chỉ những ai đã đắc quả Bất lai và đã chứng ngũ thiên mới có thể tái sinh vào cõi Tịnh Quang Thiên'.

Trước khi thọ mạng của mình chấm dứt, Pukkusāti rất gần với việc trở thành một phạm thiên sắc giới trong cõi Tịnh Quang Thiên, và vì vậy Chú giải nói: 'đức Đại Phạm Thiên (của cõi Phạm Thiên) tới xường của người thợ gốm và ngồi xuống đó'. Cuộc đời của Pukkusāti sắp trở thành cuộc đời của một phạm thiên sắc giới của cõi 'Tịnh Quang Thiên'.

Cuốn *Paramatthadīpanī*, Chú giải cho *Tiểu Bộ Kinh*, phần chú giải cho *Trưởng lão tăng kệ* (Theragāthā) nêu:

*"Trí tuệ ba la mật hỗ trợ và làm viên mãn tất cả các ba la mật: bố thí ba la mật và các ba la mật khác, của mọi Bồ tát, dần dần đưa tới chín muồi và làm viên mãn hoàn toàn trí tuệ giác ngộ của Đức Phật, thứ khiến*

---

1. Có năm cõi Tịnh Quang Thiên (Sudhāvāsa) của các bậc thánh Bất Lai, là quả của tứ thiên (hay ngũ thiên trong hệ ngũ thiên), Pukkusāti tái sinh ở cõi thứ nhất trong năm cõi này, cõi Aviha.



Ngài đã đạt được Phật quả. Cũng như vậy một cách tương ứng với trường hợp của các vị Phật Độc giác và các đệ tử: nó dần đưa tới sự chín muồi và làm viên mãn hoàn toàn trí tuệ giải thoát của các vị Phật Độc giác và các đệ tử...

Kham nhẫn tối thượng trong việc vun bồi các thiện pháp, bố thí v.v... để đi tới trí tuệ giác ngộ của các vị Phật Độc giác và của các đệ tử được coi là tinh tấn (virīya).

Nhẫn nại khi tiết chế sân hận được coi là kham nhẫn.

Bố thí, trì giới v.v... và tránh những lời sai lệch với sự thật được coi là chân thật.

Quả quyết không thể lay chuyển, vững vàng, và hoàn thành những gì lợi lạc về mọi mặt được coi là quyết định (adīṭṭhāna - hay phát nguyện).

Mong muốn sự lợi lạc cho các chúng sinh khác, thứ làm nền tảng cho việc bố thí, trì giới v.v..., được coi là tâm từ (mettā).

Bình thân với những việc làm sai trái của các chúng sinh khác được coi là tâm xả (upekkhā).

Vì thế, khi bố thí, trì giới và phát triển tâm trí, hoặc khi giới, định, tuệ đang hiện hữu thì các ba la mật như tinh tấn v.v... có thể được coi là đầy đủ".

Chú giải cho *Hạnh Tạng* nhắc chúng ta suy xét về

sự kham nhẫn của mình:

*“Lại nữa, chỉ một bậc trí mới có thể kham nhẫn độ lượng với những sai trái của những người khác, người thiếu trí không thể. Nơi một người thiếu trí tuệ, những sai trái của người khác chỉ làm khơi dậy sự nóng nảy; nhưng với bậc trí, chúng khơi dậy lòng kham nhẫn của vị ấy và làm cho kham nhẫn ấy lớn mạnh thêm nữa”.*

Có sự khác biệt giữa một người có trí và một người không có trí. Với một người có trí, bất kể một người khác làm điều sai trái với mình tới đâu, điều ấy khiến kham nhẫn của vị ấy trở nên vững vàng và hoàn mãn hơn. Với người thiếu trí tuệ, việc làm sai trái của người khác khiến nóng nảy tăng lên, ngược lại với kham nhẫn.

Kham nhẫn rất cần thiết trong môi trường của chúng ta, trong các tình huống khác nhau của đời sống hàng ngày. Cuộc sống hàng ngày có thể là một phép thử cho lòng kham nhẫn và tính kiên trì của chúng ta.

Chúng ta đọc trong *Tăng Chi Bộ Kinh*, Chương Năm Pháp, Phẩm Trưởng Lão (IX), §5 *Không Kham Nhẫn*, rằng Đức Phật nói:

*“Thành tựu năm pháp này, này các Tỳ kheo, một Tỳ kheo Trưởng lão đối với các vị đồng Phạm hạnh không được ái mộ, không được ưa thích, không được tôn trọng, không được làm gương để tu tập. Thế nào là năm?”*

*Vị ấy không kham nhẫn đối với các sắc, không kham nhẫn đối với các tiếng, không kham nhẫn đối với các hương, không kham nhẫn đối với các vị, không kham nhẫn đối với các xúc*

*Thành tựu năm pháp này, này các Tỳ kheo, một Tỳ kheo Trưởng lão đối với các vị đồng Phạm hạnh được ái mộ, được ưa thích, được tôn trọng, được làm gương để tu tập. Thế nào là năm?*

*Vị ấy kham nhẫn đối với các sắc, kham nhẫn đối với các tiếng, kham nhẫn đối với các hương, kham nhẫn đối với các vị, kham nhẫn đối với các xúc”.*

Đức Phật không chỉ dạy Giáo Pháp cho các nhà sư mà cho tất cả các đệ tử vun bồi trí tuệ. Ngài dạy Giáo Pháp để ta có thể thấy rằng chân lý là chân lý: người được ái mộ, được ưa thích, được tôn trọng, được làm gương để tu tập là người có thể kham nhẫn đối với các sắc, các tiếng, các hương, các vị và các xúc.

Một số người không suy xét và nghĩ về kham nhẫn và bền bỉ, họ không có tích lũy kham nhẫn. Ta có thể thấy hiểm họa của thiếu kham nhẫn khi một người hạnh phúc có cuộc sống dễ dàng không thể chịu đựng được việc người khác hạnh phúc. Ta đọc trong Chú giải cho *Tăng Chi Bộ Kinh*, Chương Năm Pháp, Phẩm

Adhakavinda (XII), §5, *Xan lần*<sup>1</sup>:

*“Với xan tham về chỗ ở (āvāsa), người ấy không chịu đựng nổi khi thấy kẻ khác tại nơi ở đó,*

*Với xan tham về sự giúp đỡ các gia đình, người ấy không thể chịu đựng khi thấy một người khác thăm hỏi gia đình đó,*

*Với xan tham về các vật dụng được cúng dường, người ấy không chịu được ai khác nhận được thứ gì đó,*

*Với xan tham tán thán, người ấy không thể chịu đựng được việc mọi người tán thán các phẩm chất tốt đẹp của người khác,*

*Với xan tham về pháp, người ấy không muốn cắt nghĩa Giáo Pháp cho người khác”.*

Điều này chỉ ra tầm quan trọng của kham nhẫn. Nếu chánh niệm sinh khởi không quên thiện pháp, ta có thể kham nhẫn. Chúng ta cần biết kinh điển nói gì về sự tuyệt hảo của kham nhẫn và bất lợi của nóng nảy.

Chúng ta đọc trong *Tăng Chi Bộ Kinh*, Chương Năm Pháp, Phẩm Măng Nhiếc (XXII), § 5 - *Không*

---

1. Machariya là xan tham. Có năm loại xan tham được giải thích trong Kinh điển: xan tham về chỗ ở (āvāsa), gia đình (kula) - là gia đình thí chủ hộ độ tứ vật dụng cho một tỳ kheo, lợi dưỡng (lābha), vật dụng cúng dường, danh tiếng (vaṇṇa) và Pháp (Dhamma).

*Kham Nhẫn*, rằng Đức Phật nói:

*“Có năm nguy hại này cho người không kham nhẫn. Thế nào là năm?”*

*Quần chúng không ái mộ, không ưa thích; nhiều người hận thù; nhiều người tránh né; khi mạng chung, tâm bị mê loạn; sau khi thân hoại mạng chung, sanh vào cõi dữ, ác thú, đọa xứ, địa ngục.*

*Này các Tỳ kheo, có năm nguy hại này cho người không kham nhẫn”.*

Đúng là một người nóng nảy không được nhiều người ái mộ và ưa thích, anh ta đầy ác ý và có thể gây nên cãi cọ, đánh lộn, tổn thương, hãm hại và chết chóc. Khi anh ta nổi nóng và bực bội bởi một kinh nghiệm khó chịu, anh ta cần biết rằng chính những xu hướng tích lũy đã khiến anh ta nóng tính và thiếu kham nhẫn, và rằng, mình sẽ nhận phải kết quả xấu bởi bất thiện pháp của mình. Một người khác không thể làm hại anh ta, chỉ có phiền não của chính mình mới làm anh ta tổn hại, và hơn nữa, anh ta sẽ chết trong trạng thái tâm trí rối loạn. Nếu một người thường nóng nảy và bị sân hận xâm chiếm, anh ta có thể sẽ như vậy khi cận kề cái chết. Mọi người đều phải từ bỏ thế giới này, và nếu tâm trước khi chết không trong sạch, bất thiện tâm ấy sẽ là duyên cho tái sinh ở cõi khổ, chẳng hạn như địa ngục. Đây là mối hiểm họa đáng sợ hơn các hiểm họa của thế giới này.

Như vậy, ta phải rèn tính kham nhẫn, chấp nhận và kiên trì với điều kiện sống, với môi trường, kham nhẫn với mọi hoàn cảnh (adhivāsanā khanti). Kham nhẫn có nhiều mức độ. Ta cần kham nhẫn để nghe Pháp, nghiên cứu và suy xét về nó để có thể có hiểu biết đúng về những gì được học. Chúng ta không nên chỉ nghe mà cũng cần suy xét với hướng tâm chân chánh về những gì được nghe. Giáo Pháp rất vi tế và thâm sâu và nếu ta không suy xét thấu đáo những gì được nghe và tìm hiểu, ta có thể dễ dàng hoang mang và hiểu sai, khi ấy sẽ có duyên cho việc làm sai và thực hành sai.

Khi kham nhẫn với việc nghe Pháp tăng trưởng, ta sẽ thấy lợi ích của mọi loại thiện pháp và tiếp tục vun bồi chúng. Điều này có nghĩa là ta sẽ hiểu rõ hơn nhân đúng đưa tới quả đúng tương ứng.

Ta đọc trong *Tương Ưng Bộ Kinh* (Thiên Đại Phẩm, Tương Ưng Dự Lưu, Chương II, Phẩm Một Ngàn, §2 - *Các Bà-la-môn*, rằng khi Đức Phật còn ngự tại Sāvattihī, Ngài đã nhắc nhở các vị tỳ kheo về sự thực hành kham nhẫn đúng đắn và kham nhẫn sai lầm:

*“Này các Tỳ kheo, các Bà-la-môn trình bày một đạo lộ hướng thượng (udayagāminim). Họ khuyến khích các đệ tử như sau: ‘Hãy đến, này các Ông! Sáng sớm dậy, hãy đi hướng mặt về phía Đông. Chớ có tránh*

*những lỗ hồng, lỗ trũng, khúc cây, chỗ có gai, hố nước nhớp, chớ có tránh đường nương. Nếu có rơi vào các chỗ ấy và đi đến chết, như vậy, này các Ông, sau khi thân hoại mạng chung, các Ông sẽ sanh lên thiện thú, thiên giới, cõi đời này”.*

Những người bà la môn ấy dạy kham nhẫn và chịu đựng, nhưng nếu kham nhẫn không đi kèm với trí tuệ, nó sẽ không có lợi ích. Giáo lý này của các bà la môn không chứa đựng trí tuệ, phi lý và không lợi lạc. Ta đọc tiếp rằng Đức Phật nói:

*“Nhưng này các Tỳ kheo, con đường ấy của các Bà-la-môn là con đường của kẻ ngu, con đường của kẻ si, không đưa đến yếm ly, ly tham, đoạn diệt, an tịnh, thắng trí, giác ngộ, Niết bàn”.*

Này các Tỳ kheo, nay Ta trình bày một đạo lộ hướng thượng trong luật của bậc Thánh, và con đường ấy nhất hướng đưa đến yếm ly, ly tham, đoạn diệt, an tịnh, thắng trí, giác ngộ, Niết bàn. Và này các Tỳ kheo, đạo lộ hướng thượng ấy là gì, đạo lộ đưa đến nhất hướng yếm ly, ly tham, đoạn diệt, an tịnh, thắng trí, giác ngộ, Niết bàn.

Những người bà la môn ấy cùng sử dụng cụm từ “đạo lộ hướng thượng”, nhưng ý nghĩa thì khác, và nó chỉ tới một pháp hành khác. Chúng ta đọc rằng Đức Phật nói:

“Ở đây, này các Tỳ kheo, vị Thánh đệ tử thành tựu lòng tin bất động đối với Đức Phật: ‘Đầy bậc Ứng Cúng, Chánh Biến Tri, Minh Hạnh Túc, Thiện Thệ, Thế Gian Giải, Vô Thượng Sĩ, Điều Ngự Trượng Phu, Thiên Nhân Sư, Phật, Thế Tôn’.

Vị ấy thành tựu lòng tin bất động đối với Pháp: ‘Pháp do Thế Tôn khéo thuyết, thiết thực hiện tại, có hiệu quả tức thời, đến để mà thấy, có khả năng hướng thượng, được người trí tự mình giác hiểu.

Vị ấy thành tựu lòng tin bất động đối với chúng Tăng: ‘Diệu hạnh là chúng đệ tử của Thế Tôn. Trực hạnh là chúng đệ tử của Thế Tôn. Ứng lý hạnh là chúng đệ tử của Thế Tôn. Chơn chánh hạnh là chúng đệ tử của Thế Tôn. Tức là bốn đôi tám chúng. Chúng đệ tử của Thế Tôn là đáng cung kính, đáng cúng dường, đáng tôn trọng, đáng được chấp tay, là phước điền vô thượng ở đời’.

Vị ấy thành tựu các giới được các bậc thánh ái kính, không bị phá hoại, không bị đâm cắt, không bị nhiễm ô, không bị uế nhiễm, đem lại giải thoát, được người trí tán thán, không bị chấp thủ, đưa đến Thiên định.

Đây là đạo lộ đưa đến hướng thượng, này các Tỳ kheo, nhất hướng yếm ly, ly tham, đoạn diệt, an tịnh, thắng trí, giác ngộ, đưa đến Niết bàn”.

Đây làm một đoạn kinh ngắn, nhưng nó bàn về các pháp hiện khởi tự nhiên như chúng thực là, ở khoảnh khắc này. Đây là con đường đưa tới yếm ly, an tịnh, thắng trí, giác ngộ, Niết bàn.



Chúng ta đọc trong Chú giải cho *Hạnh Tạng* về các phiền não có thể sinh khởi trong quá trình vun bồi các ba la mật. Khi ta vun bồi kham nhẫn ba la mật, phiền não có thể sinh khởi từ các “suy nghĩ phân biệt mình và người khác”.

Với một số người, kham nhẫn của họ có giới hạn, họ chỉ kham nhẫn với một số người và ở một số thời điểm. Họ so sánh người khác với mình và đây là duyên cho nóng nảy. Ta cần biết rằng ô nhiễm của những suy nghĩ sai lầm về mình và người khác cản trở sự vun bồi kham nhẫn. Ta đọc trong cùng phần đó của Chú giải rằng mọi người có thể bị dẫn lạc lối bởi phiền não tham ái, và rằng điều này cản trở sự vun bồi của mọi ba la mật.

Trong *Giải thoát Giáo* (Ovāda-Pāṭimokkha), Đức Phật sách tấn các tỳ kheo nên có kham nhẫn. Có hai loại Pāṭimokkha: *Giải thoát giáo* và Điều học Giới (Āṇā-Pāṭimokkha)<sup>1</sup>. Giải thoát giáo, những sách tấn về *Giới luật*, là một nguyên tắc dạy dỗ hay huấn luyện quan trọng. Āṇā-Pāṭimokkha là các quy định của *Giới luật*, là nền tảng quan trọng để các tỳ kheo áp dụng trong hành xử của mình. Trong *Giải Thoát Giáo*, Đức Phật dạy về ý nghĩa của kham nhẫn ba la mật trong ba bài kệ và hai vần.

---

1. Pāṭimokkha có nghĩa là bốn phận. Ovāda có nghĩa là huấn thị hoặc sách tấn. Āṇā có nghĩa là mệnh lệnh, điều học.

Chúng ta đọc trong *Tụng Phẩm Ba* (Kinh Đại Bản - Mahāpadāna Sutta):

“Kệ 1

*Nhẫn nhục, khổ hạnh, kham nhẫn, là đệ nhất.*

*(khantī paramaṃ tapo titikkhā<sup>1</sup>)*

*Chư Phật dạy Niết bàn là đệ nhất.*

*(nibbānaṃ paramaṃ vadanti Buddhā)*

*Người xuất gia hại người xuất gia khác.*

*(samaṇo hoti paraṃ viheṭṭhayanto)*

*Hại người khác như vậy không xứng gọi là Sa môn.*

*(na hi pabbajito parūpaghāti)*

Kệ 2:

*Mọi điều ác không làm, hướng tâm các thiện nghiệp.*

*(sabba-pāpassā akaraṇaṃ, kusalassa upasampadā)*

*Giữ tâm trí thanh tịnh, chính lời chư Phật dạy.*

*sacitta-pariyodapanaṃ, etaṃ Buddhānasāsaṇaṃ*

Kệ 3:

*Không chỉ trích, không đánh đập, giữ mình trong giới bổn.*

---

1. Titikkhā có nghĩa là kiên trì, bền bỉ.

*(anupavādo anupaghāto, pāṭimokkhe saṃvaro)*

Ăn uống có tiết độ, ngủ nghỉ riêng một mình.

*(mattaññutā ca bhattasmim, pantañca sayan' āsanam)*

Hướng tâm đến cao khiết, chính lời chư Phật dạy.

*(adhicitte ca āyogo etaṃ, Buddhānasāsanam)"*

Chú giải cho bài Kinh này, cuốn *Sumaṅgalavilāsinī*, giải thích về bài kệ thứ nhất, vắn đầu tiên ‘khaṅtī paramaṃ tapo titikkhā’ - ‘Nhẫn nhục, khổ hạnh, kham nhẫn, là đệ nhất’, rằng kham nhẫn là adhiṅsana-khanti.

Kham nhẫn là một duyên cho sự vun bồi của mọi thiện pháp, còn nóng nảy là duyên cho sự sinh khởi của mọi bất thiện qua tâm, qua thân và qua khẩu. Adhiṅsana-khanti là sự kham nhẫn với mọi tình huống của cuộc sống đời thường, với môi trường xung quanh, và đó là khổ hạnh tối thượng.

Chú giải giải thích:

*“Các từ ‘nibbānaṃ paramaṃ vadanti Buddhā’ - ‘Chư Phật dạy Niết bàn là đệ nhất’, có nghĩa là tất cả các vị Phật đều nói rằng Niết bàn là pháp tối thượng trên mọi khía cạnh”.*

Không có pháp nào khác cao quý hơn Niết bàn, bởi vì các pháp khác sinh khởi do duyên, chúng chỉ hiện hữu trong một khoảnh khắc rất ngắn ngủi và rồi diệt

đi hoàn toàn. Danh pháp và sắc pháp sinh khởi bởi các duyên tương ứng trong một khoảnh khắc và rồi diệt đi. Đức Phật nói rằng Niết bàn là pháp tối thượng, là pháp qua đó các phiền não được tận diệt hoàn toàn không bao giờ sinh khởi trở lại. Chúng ta đọc:

*“Còn về cụm từ ‘na hi pabbajito parūpaghāti’ - ‘hại người khác như vậy không xứng gọi là Sa môn’, điều ấy có nghĩa là một người làm hại, làm tổn thương và đau đớn tới người khác là bởi anh ta thiếu adhvāsana khanti, không thể được gọi là Sa môn.*

*Còn từ ‘parūpaghāti’, ‘hại người khác’ điều ấy có nghĩa rằng anh ta phạm giới, bởi vì giới được gọi là paramam, có nghĩa là tối thượng. Trong đó giải thích rằng một Sa môn làm phật ý người khác, làm hại người khác là hủy hoại giới của mình. Điều này có nghĩa là anh ta không thể được gọi là Sa môn”.*

Khi một vị tỳ kheo, người phải nghiêm trì giới luật, phạm giới, khi người ấy hủy hoại giới của mình, vị ấy không thể được coi là một tỳ kheo.

Với người cư sĩ, nếu anh ta áp dụng Giáo lý, phiền não của anh ta có thể được tận diệt. Anh ta nên suy xét một cách cụ thể, tỉ mỉ về hành động và lời nói của mình, anh ta cần biết liệu chúng có tác động hay làm tổn hại tới ai đó hay không. Kể cả khi người ấy không nói lời thô ác, anh ta cần biết liệu mình có làm người khác tổn

thương. Anh ta cần có hiểu biết tinh tế về tâm của mình.

Chúng ta đọc tiếp trong Chú giải:

*“Một người hại người khác bởi không có kham nhẫn, adhivāsana<sup>1</sup>. Nếu người ấy giết chúng sinh khác, dù chỉ là con mòng hay con muỗi, người ấy không thể được coi là một Sa môn. Vì lẽ nào? Bởi vì người ấy không từ bỏ được bất tịnh. Một người được coi là Sa môn bởi vì người ấy từ bỏ được bất tịnh nơi bản thân. Đó là đặc tính của một sa môn”.*

Chúng ta đọc trong Chú giải:

*“Kệ thứ hai: các từ ‘sabba-pāpassa’ có nghĩa là: mọi loại bất thiện”.*

Nếu ta biết một thứ gì đó là bất thiện, bất kể nhẹ tới đâu, ta cần tránh xa nó nếu có thể.

Chúng ta đọc:

*“Từ ‘akaraṇam’ có nghĩa là ‘không làm sinh khởi’.  
Từ ‘kusalassa’ có nghĩa là ‘thiện pháp của bốn cõi”.*

Từ ‘upasampadā’ có nghĩa là ‘chứng đắc’ (paṭilābho), chứng đắc cụ thể.

1. Chú giải giải thích rằng kham nhẫn (khanti) là adhivāsana-khanti: kham nhẫn với môi trường sống của mình.

2. Thiện pháp bốn cõi: thiện pháp dục giới (kāmāvacara), thiện pháp sắc giới, thiện pháp vô sắc giới, và thiện pháp siêu thế.

Từ ‘sacitta-pariyodapanāy’ có nghĩa là thanh lọc tâm, và điều này xảy ra qua đạo quả A La Hán.

Như vậy, khi các Sa môn đã tận diệt mọi bất thiện qua việc trì giới và làm viên mãn thiện pháp bởi Samatha và Vipassanā, tâm được thanh lọc bởi đạo quả A La Hán. Đây là Giáo lý, là sự sách tấn, lời huấn thị của các chư Phật”.

Tất cả những điều này bắt đầu với kham nhẫn, là khổ hạnh đệ nhất.

Chúng ta đọc tiếp:

*“Kệ thứ ba:*

*Từ ‘anupavādo’ (không sỉ nhục) có nghĩa là ‘không sỉ nhục ai bằng lời nói’.*

*Từ ‘anupaghāto’ (không làm hại) có nghĩa là ‘không làm hại qua thân’.*

*Từ pāṭimokkhe (theo pāṭimokkha) có nghĩa là ‘giải thoát hoàn toàn’, tức là giới tối thượng nhất; giải thoát khỏi hiểm họa, hiểm họa tái sinh nơi khổ cảnh. Hay bảo vệ trạng thái an vui và giải thoát khỏi trạng thái đau khổ. Vì thế giới này được gọi là pāṭimokkha”.<sup>1</sup>*

Nếu một người giữ gìn giới luật tỳ kheo, vị ấy sẽ

---

1. Pāti có nghĩa là gìn giữ, bảo vệ, và makkheti có nghĩa là giải phóng, giải thoát.

được giải thoát khỏi khổ cảnh và có thể đi tới cõi an lành.

Chúng ta đọc:

*“Từ ‘mattaññutā’ (tiết chế) có nghĩa là tiết chế trong thọ nhận và ăn uống”.*

Các từ ‘pantañca sayan āsanam’ (giường và chỗ ngồi độc cư) có nghĩa là giường và chỗ ngồi tách biệt đám đông. Nhắc đến hai vật dụng<sup>1</sup> này là để giải thích rằng vị ấy hài lòng với tứ vật dụng.

Tứ vật dụng là cốc liêu, y áo, vật thực và thuốc men.

Ta đọc:

*“Từ ‘etaṃ Buddhānasāsanam’, đây là Giáo lý của các chư Phật, có nghĩa là không làm hại người khác, chế ngự theo Giới bổn, tiết chế trong thọ nhận và ăn uống, sống ở nơi cô tịch, bởi vị ấy là người thuần thực về bát thiên<sup>2</sup>.”*

*Đây là giáo lý, lời sách tấn, lời huấn thị của các chư Phật”.*

Mọi người có thể cho rằng rất khó có kham nhẫn để nghe và đọc Tam Tạng, nhưng kham nhẫn và bền bỉ là cần thiết trong mọi phương diện và tình huống. Khi

---

1. Ở đây nói đến cốc liêu và vật thực.

2. Sự chứng đắc các tầng thiên sắc giới và vô sắc giới.

ta nghĩ về những kiếp trước của các đệ tử Phật, ta thấy rằng trước khi vun bồi kham nhẫn tới mức độ cao, họ có tham (lobha), sân (dosa) và si (moha). Họ có rất nhiều bất thiện, cũng như mọi người ngày nay. Tuy nhiên, họ đã vun bồi trí tuệ và hiểu được lợi ích của kham nhẫn và của các phẩm chất thiện. Vì vậy, họ có thể kiên trì vun bồi mọi loại thiện pháp để cuối cùng các ba la mật có thể đạt tới độ hoàn mãn qua sự chứng ngộ Tứ Thánh Đế. Trước khi chúng ta có thể đạt tới sự viên mãn của các ba la mật, ta cần tiếp tục vun bồi chúng với kham nhẫn và bền bỉ, kiếp này sau kiếp khác, và đó là ‘cira kāla bhāvana’, sự vun bồi dài lâu. Cần một thời gian dài để vun bồi trí tuệ tới mức độ có thể tận diệt phiền não. Nhìn vào lượng phiền não mà chúng ta vẫn còn, hiển nhiên rằng sự vun bồi trí tuệ cần một khoảng thời gian dài. Phiền não không thể được diệt tận nếu ta không nghe Pháp và không suy xét về nó. Mọi Giáo lý mà chúng ta nghe đều bàn về sự vun bồi trí tuệ và tận diệt phiền não.

Nếu ta có kham nhẫn với sự vun bồi các ba la mật, chúng sẽ đạt tới độ hoàn mãn, chúng ta không vun bồi chúng uổng công: cuối cùng chúng sẽ đạt tới độ chín muồi và điều đó có nghĩa là Tứ Thánh Đế *có thể được chứng ngộ*. Các ba la mật của Đức Phật Chánh Đẳng Giác đã đạt tới độ chín muồi và hoàn mãn để Ngài có



*thể chứng Phật quả dưới cội Bồ đề tại Bodhgaya (Bồ đề Đạo Tràng).*

Các phật tử đầy đủ tín tâm nơi *Đức Phật* mong ước được đánh lễ tại các Thánh tích nơi các sự kiện quan trọng nhất trong vòng sinh tử luân hồi đã diễn ra. Tuy nhiên, khi ta đánh lễ tại các Thánh tích, ta cũng cần suy xét chân chánh Giáo lý của *Đức Phật*. Suy niệm về sự kham nhẫn của các đệ tử Phật trong các kiếp khác nhau có thể khiến ta muốn vun bồi kham nhẫn và kiên trì cả với những sự kiện thông thường của đời sống hàng ngày.

Chúng ta đọc trong *Tiền thân Kassapamandiya* (số 312):

*“Chuyện này do bậc Đạo Sư kể khi Ngài trú tại Kỳ Viên về một Tỳ kheo lớn tuổi.*

*Tương truyền một nhà quý phái trẻ tuổi ở Xá-vệ thấy hậu quả xấu xa của các tham vọng tội lỗi, được bậc Đạo Sư cho nhập Giáo đoàn, và do tinh tấn tu tập pháp môn thiền quán, chẳng bao lâu đạt Thánh quả. Về sau, khi mẹ mất, ông đưa cha và em trai vào Giáo hội và cả ba người cùng trú tại Kỳ Viên.*

*Khi mùa mưa bắt đầu; nghe nói tại một trú xứ trong làng kia họ có thể được cúng dường pháp y dễ dàng, cả ba người đều đến đó nhập hạ và sau khi mùa kiết hạ chấm dứt, họ về thẳng Kỳ Viên, vị Tỳ kheo trẻ bảo chú*

tiểu yên lặng đưa vị Tỳ kheo già đi, còn chính ông đi nhanh trước để đến Kỳ Viên sửa soạn phòng xá. Vị Tỳ kheo già đi thực chậm, chú tiểu cứ thúc đầu vào, dùng sức kéo thầy đi và la lên:

- Nhanh lên thầy!

Tỳ kheo già nói:

- Người cứ ép ta mà kéo ta đi tới trong khi ta không muốn đi như thế.

Rồi ông quay lại, bắt đầu đi từ khởi điểm. Họ cứ cãi nhau như thế. Mặt trời đã lặn và bóng tối đã kéo tới. Vị Tỳ kheo trở sau khi quét tước lều, đổ nước đầy các bình vẫn chưa thấy họ đến, liền cầm đuốc đi tìm. Khi gặp họ, ông hỏi vì sao họ chậm trễ như vậy. Vị Tỳ kheo già cho biết lý do. Ông bảo họ nghỉ rồi chậm rãi đưa họ đi tiếp. Thế là hôm ấy, ông không có thì giờ để đến tham bái Đức Phật. Vì thế, hôm sau, khi ông đến tham bái Đức Phật, đảnh lễ Ngài và ngồi vào chỗ xong, bậc Đạo Sư hỏi:

- Ông về đến lúc nào?

- Bạch Ngài, hôm qua.

- Ông về đến từ hôm qua mà hôm nay mới đến tham bái Ta ư?

- Bạch Ngài, vâng.

Trả lời như thế xong, ông kể lại lý do. Bậc Đạo Sư quở trách vị Tỳ kheo lớn tuổi kia:

- Không phải chỉ bây giờ ông ấy mới làm như thế. Ngày xưa ông ấy cũng đã làm thế rồi. Giờ đây chính ông bị ông ấy làm phiền. Ngày xưa ông ấy đã làm phiền các trí giả”

Chúng ta có thể thắc mắc tại sao vì tỳ kheo già là cha lại là người đáng khiển trách, chứ không phải là vị sadi là con. Ai là người cần kham nhẫn?

Chúng ta đọc một câu chuyện về tiền kiếp:

“Ngày xưa, khi Đức Phật còn là Bồ-tát. Ngài trở thành một ẩn sĩ tại vùng Tuyết Sơn. Vị sư già khi đó là cha của Đức Bồ tát. Thói quen hành xử của họ cũng gần giống như trong kiếp này. Vào mùa mưa, họ rời về ở ven đê, và khi vùng Tuyết Sơn bắt đầu ra hoa, két trái trở lại thì họ quay về chỗ ẩn dật của mình trong dãy Tuyết Sơn<sup>1</sup>.

Khi đó, Bồ tát để hai người cất chứa các vật dụng cần thiết của người tu sĩ, Ngài đưa cha đi tắm, rửa và xúc dầu thơm vào hai bàn chân cha, chà tẩy lưng cha. Rồi Ngài đem ra một chảo than hồng và khi cha Ngài khỏe khoắn trở lại, Ngài ngồi bên cạnh cha và bảo:

- Thừa cha, bọn trẻ cũng giống như cái bình lọ bằng đất, chẳng mấy chốc là vỡ ngay và khi đã vỡ thì không thể nào chấp gắn lại được. Người già nên kiên nhẫn chịu đựng chúng khi chúng có điều sai quấy.

---

1. Ở đây là bản tóm tắt. Tham khảo đầy đủ nội dung trong chuyện Tiền Thân này.

Và để khuyến dụ cha Ngài tên là Kassapa, Ngài đọc hai bài kệ sau đây:

*‘Nếu trẻ dại nói làm sai trái,  
Phản người khôn nhẫn nại bền lòng  
Người hiền tranh cãi chóng xong,  
Kẻ rò tan vỡ như hòn đất khô.  
Kẻ cầu học biết cho mình lỗi,  
Chẳng hề phai, tỏ mối thân tình,  
Như mang gánh của em anh,  
Và làm nhẹ bớt xung quanh láng giềng”*

Nếu ta muốn chứng ngộ sự sinh diệt của danh và sắc, nếu ta muốn tận diệt phiền não và xuyên thấu Tứ Thánh Đế, ta cần suy xét cẩn thận Giáo Pháp trong các câu kệ này. Chúng bàn về sự tận diệt phiền não và khích lệ lòng kiên trì nhẫn nại.

Ta đọc:

*“Người hiền tranh cãi chóng xong”.*

Kể cả những bậc trí cũng có thể buồn và giận, nhưng họ có thể chỉnh sửa điều này nhanh chóng và hòa hợp gần gũi trở lại. Đó là bởi trí tuệ của họ. Khi chúng ta chết đi, tất cả các sự kiện của kiếp sống này qua đi,

nhưng chừng nào ta vẫn còn sống thì ta vẫn nhớ những gì xảy ra trong cuộc đời mình. Có thể ta nhớ những sai trái mà người khác đã làm, nhưng nếu có trí, ta có thể tha thứ. Mặc dù bậc trí có thể cãi cọ, họ có khả năng tha thứ cho nhau. Họ có thể thân thiết trở lại và từ đó có thể tương trợ lẫn nhau. Đó là bởi hiểu biết của họ về Pháp. Còn người không có trí có thể bị tan vỡ như những món đồ đất chưa nung. Họ không có khả năng làm dịu cơn giận.

Chúng ta đọc rằng Đức Bồ tát nói:

*“Nếu một người nhìn ra những sai trái khiến mình xúc phạm tới một người khác, và anh ta nói ra lời rằng mình đã sai, cả hai có thể sống trong sự hòa hợp sâu sắc hơn, tình bạn của họ không thể bị hủy hoại”.*

Ta không nên chỉ nhìn ra những sai trái khiến mình xúc phạm người khác, mà cũng phải nói ra được điều ấy. Nếu ta không biểu lộ sự tiếc nuối của mình, ta vẫn ủ ê về điều đã xảy ra và có thể bực tức. Nếu một người xúc phạm người khác nói ra bằng lời rằng mình đã sai, cả hai có thể sống trong hòa hợp nhiều hơn; họ sẽ hiểu rõ nhau hơn, và tình bạn thân thiết của họ không thể bị phá hủy.

Chúng ta đọc:

*“Nếu một người, khi bị người khác xúc phạm, có thể*

*khiến cả hai hòa hợp trở lại, người ấy được coi là một người gánh trên mình trách nhiệm lớn lao và cao cả”.*

Điều này có nghĩa là nếu một người đã tha thứ cho một người khác và người kia, mặc cho điều ấy, vẫn xúc phạm anh ta, anh ta vẫn có thể khiến cho cả hai người hòa giải và sống trong sự hòa hợp. Như vậy, anh ta là người cao thượng, hoàn thành một nhiệm vụ lớn lao. Một người có trí biết hành xử như thế nào để mang lại lợi lạc cho những người khác. Nếu anh ta thiếu trí tuệ, anh ta sẽ không theo lời khuyên của Đức Phật về cách hành xử mang lại lợi lạc.

Chúng ta đọc tiếp trong Chú giải:

*“Một người có thể bị xúc phạm bởi một người khác do người ấy quá tức giận, làm điều sai trái nhưng thậm chí không xin lỗi. Tuy nhiên, người bị đối xử tồi có thể khiến cho người kia và mình hòa giải và trở thành bạn bè bằng việc nói những lời sau, ‘Bạn nên tới, nghe kinh, nghe giảng Pháp, và chịu khó phát triển tâm trí. Vì lý do gì bạn trở nên lạ vậy?’ Đó là tri kiến của vị ấy, từ tâm là bản tính của vị ấy. Vị ấy cao thượng, có thể được coi là một người hoàn thành nhiệm vụ lớn lao bởi vị ấy thực hiện nhiệm vụ gây dựng tình bạn.*

*Đức Phật khích lệ vị Sa môn cha như vậy. Từ đó, vị sa môn cha rèn luyện mình và tu tập hạnh đầu đà”.*

Tuy nhiên, đó là ở kiếp cuối của vị ấy, còn trong

kiếp hiện tại, vị ấy hành xử như những gì vẫn quen làm. Khi con trai thúc đầu vào lưng vị ấy, vị ấy trở nên giận dữ và nóng nảy. Vị ấy quay lại và bắt đầu đi lại từ khởi điểm và cuộc bộ lại từ đó, để khi họ tới Kỳ viên Tịnh xá thì trời đã sập tối.

Điều ấy chỉ ra rằng không ai có thể kiểm soát các pháp, bất kể chúng là bất thiện hay là thiện. Đôi khi có những duyên cho sự sinh khởi của thiện pháp và đôi khi có duyên cho sự sinh khởi của bất thiện pháp, thứ vẫn chưa được tận diệt. Trong một kiếp sống, ai đó có thể đã tu tập để tận diệt phiền não, nhưng nếu phiền não vẫn chưa được tận diệt, vị ấy còn những phiền não ngủ ngầm trong tâm và có thể làm duyên cho sự sinh khởi của tâm bất thiện bất cứ lúc nào. Sức mạnh của các phiền não đã tích lũy tạo duyên cho hành xử của mỗi người.

Nếu một người đã nghe Pháp nhiều lần, anh ta sẽ thấy rằng Giáo Pháp của Đức Phật rất thâm sâu, rằng rất khó để hiểu và xuyên thấu đặc tính của các thực tại mà các bậc thánh đã chứng ngộ. Ta cần áp dụng tính kham nhẫn trong sự vun bồi hiểu biết về các thực tại, và rồi ta có thể thấy rằng hiểu biết phát triển rất từ từ, rằng nó luôn lớn mạnh. Một ngày nào đó trong tương lai ta sẽ nhận được kết quả của kham nhẫn là khổ hạnh

tôi thượng, tức là sự chứng ngộ Tứ Thánh Đế.

Một người có trí tuệ sẽ thấy rằng, hết sức kham nhẫn là vô cùng thiết yếu trong mỗi hoàn cảnh của cuộc sống. Ta phải có kham nhẫn để kiềm chế giận dữ, khó chịu, tiếc nuối, hay cảm thấy bị coi thường bởi hành động và lời nói của một người khác, kiên nhẫn trong mọi tình huống, cả với vấn đề sự sống và cái chết. Khi một người hiểu Pháp, anh ta sẽ thấy ý nghĩa của kham nhẫn, kham nhẫn để cần mẫn trong việc nghiên cứu Giáo Pháp, nghe Pháp, suy xét và thẩm sát về Pháp. Ta cần nghiên cứu và thực hành Pháp với sự chân thật, sự chân thật đưa tới chân thật ba la mật sẽ được bàn tới trong chương sau.



## **Chương 7**

### **Chân Thật Ba la mật**

*Chú giải Hạnh Tạng* định nghĩa chân thật ba la mật như sau:

*“Chân thật có đặc tính không dối trá trong lời nói; chức năng/phận sự của chân thật là kiểm chứng trung thực với thực tế; biểu hiện/thành tựu của chân thật là cao quý; cận nhân của nó là trung thực”.*

Chân thật ba la mật, sacca pāramī là sự chân thành và trung thực với các pháp chân đế. Nó có nghĩa là sự chân thực qua thân, khẩu và ý. Để chứng ngộ Tứ Thánh Đế, ta cần trung thực, chân thành với bản thân mình, và điều này có nghĩa là trung thực với các pháp hiện khởi như chúng là. Thiện pháp là thiện pháp, và bất thiện pháp là bất thiện pháp; chúng không thể khác đi, bất kể sinh khởi nơi mình hay người khác.

Nếu ta thấy bất lợi của việc không trung thực và giả dối, ta sẽ vun bồi chân thật ba la mật thêm nữa.

Trong Tam tạng, lời nói giả dối được so sánh với cháo đồ<sup>1</sup>, bởi khi ta nấu cháo đồ, một số hạt chín trong khi một số còn bị sượng. Khi ăn, đôi khi ta nhai phải những hạt còn cứng, những hạt bị sượng. Cũng như vậy với lời nói: khi một người nói nhiều thứ khác nhau, một số lời nói giả dối có thể xen vào. Hoặc cũng có thể mọi thứ người ấy nói đều đúng từ đầu đến cuối. Chỉ tự chúng ta mới có thể biết khi nào mình trung thực và khi nào không. Chính trí tuệ là pháp biết được bất thiện là bất thiện. Chúng ta có thể bắt đầu thấy rằng bất thiện là xấu xí, là sai trái. Trí tuệ ở mức độ cao có thể tận diệt bất thiện. Tuy nhiên, nếu ta không thấy được bất lợi và hiểm họa của các pháp bất thiện, bất thiện pháp sẽ càng tăng trưởng. Chúng ngộ Tứ Thánh Đế dẫn đến đoạn diệt các phiền não, nhưng để có thể chứng ngộ Tứ Thánh Đế, ta cần trung thực trong hành động, lời nói và suy nghĩ.

Các pháp bất thiện sinh khởi bởi các duyên tương ứng. Nếu chánh niệm sinh khởi, ở những khoảnh khắc đó, nó có thể hay biết các đặc tính của bất thiện pháp và bằng cách ấy, bất thiện có thể được từ bỏ. Ta không nên trì hoãn hay biết các đặc tính của pháp đang xuất hiện một cách tự nhiên để nó có thể được biết như nó thực

---

1. Xem thêm Thanh Tịnh Đạo I, 75 về cháo đồ sượng.

là. Khi bất thiện pháp sinh khởi và có chánh niệm về nó, nó có thể được từ bỏ ngay lập tức.

Chúng ta có rất nhiều phiền não, nếu không có sự trợ duyên của các ba la mật, ta sẽ không thể xuyên thấu Tứ Thánh Đế để trở thành bậc Thánh Dự lưu, Sotāpanna, người sẽ không còn tái sinh quá bảy lần trước khi đắc A La Hán.

Bản thân Ngài Sāriputta (Xá Lợi Phất), người có trí tuệ ở mức độ của một Đại Đệ tử, đã phải vun bồi các ba la mật trong một a tăng kỳ kiếp và một trăm ngàn đại kiếp để có thể trở thành một bậc Thánh Dự lưu. Vì đã tích lũy các ba la mật trong một khoảng thời gian thật dài, Ngài đã có thể đắc A La Hán sau mười lăm ngày kể từ khi đắc Dự lưu. Chân thật Ba la mật là sự trung thực hay chân thành trong vun bồi thiện pháp, với mục đích đoạn diệt phiền não. Nếu không trung thực với vun bồi thiện pháp, phiền não không thể được tận diệt.

Trung thực trong vun bồi thiện pháp với mục tiêu tận diệt phiền não bắt đầu với sự trung thực đối với Tam Bảo. Ta phải thật thà và trung thực với bản thân khi suy xét về cách thức bày tỏ lòng tôn kính, trọng vọng và tín tâm nơi Tam Bảo. Chúng ta có chân thành tôn kính và tín tâm nơi Đức Phật khi ta thấy một bức tượng Phật hay không?

Chúng ta có thể kiểm chứng sự chân thành của mình với Tam Bảo, nếu ta hay biết những suy nghĩ của mình khi nhìn thấy một bức tượng Phật. Chúng ta có thành tâm quy y Tam Bảo hay không? Chúng ta có nghĩ đến các ơn đức của Đức Phật với lòng tôn kính, trọng vọng và trân quý. Hay là khi thấy một tượng Phật, ta cầu xin được phù hộ, tài sản, tiếng tăm hoặc địa vị?

Chúng ta cần tự biết bản thân mình một cách chân thật. Chúng ta nên trung thực, và không nên cầu xin lợi lộc hay ân huệ. Chúng ta cần tác ý áp dụng Giáo Pháp trong khi đánh lễ bậc Đạo sư của chúng ta, đấng Thế tôn. Chúng ta có thể trung thực trong việc áp dụng Giáo Pháp như Đức Phật đã dạy. Bằng cách ấy ta thực sự quy y Tam Bảo.

Sau khi Đức Phật, đấng Thế Tôn, đã nhập diệt, Giáo Pháp trở thành bậc Đạo sư thay cho Ngài. Chân thật với Pháp có nghĩa là tìm hiểu nó một cách chân thành, với mục đích có được hiểu biết đúng về nó. Chúng ta không nên nghiên cứu Pháp với mục đích đạt được gì đó, để có danh vọng hay tiếng tăm, mà chỉ để có hiểu biết đúng về nó. Chúng ta cần phát triển hiểu biết đúng về các pháp chân để hiện khởi để phiền não có thể được tận diệt và vô minh được đoạn trừ.

Chùa chiền là nơi cư ngụ, là chỗ để ta có thể nghe

và nghiên cứu Pháp. Chùa chiền không thuộc về các nhà sư, mà thuộc về Tam Bảo. Nhờ có tín tâm nơi ơn đức của Tam Bảo mà người ta đã xây dựng chùa chiền để làm nơi cư ngụ, nơi mọi người có thể tìm hiểu Giáo Pháp. Chúng ta cần luôn suy xét về những cách thức thể hiện lòng tôn kính Tam Bảo một cách hữu ích nhất.

Chúng ta đọc trong *Soi Sáng Chân Đé Nghĩa*, chú giải của *Tiểu Tụng* thuộc *Tiểu Bộ Kinh*, trong phần chú giải cho *Hạnh Phúc Kinh* về kỳ kết tập Tam Tạng thứ nhất. Ta đọc rằng đại đức Mahā-Kassapa, đại đức Upāli, đại đức Ānanda và các vị A La Hán khác, năm trăm tỷ kheo cả thầy đã tập hợp để kết tập Pháp và Luật lần thứ nhất gần cửa động Sattapaṇṇi, trên sườn ngọn núi Vebhāra, tại Rājagaha (Vương xá). Ta đọc rằng khi một số chư thiên thấy Ngài Ānanda ngồi trên ghế tuyên đọc Chánh Pháp, bao quanh bởi các chư vị đã làm chủ Pháp ấy, họ khởi suy nghĩ sau:

*“Vị đại đức này, ẩn sĩ xứ Videhan, là người thừa tự máu mủ của đức Thế tôn vì là mầm mống của dòng họ Thích ca, và đã năm lần được tán tụng là bậc đa-văn-đệ-nhất, và có Bốn Ý Tuyệt Vời và Vi Diệu khiến Ngài khâm ái và quý giá với tứ chúng<sup>1</sup>; chắc chắn là, sau khi*

1. Tứ chúng là Tỷ Kheo Tăng, Tỷ Kheo Ni, Cư sĩ nam, Cư sĩ nữ. Họ hoan hỷ khi thấy đại đức Ānanda, hoan hỷ khi nghe Ngài giảng và ngại ngùng khi Ngài im lặng.

đã kế thừa Chân Pháp từ đức Thế Tôn, Ngài đã trở thành bậc Giác Ngộ.' Biết được tâm ý của các vị thiên ấy bằng tâm mình, Ngài không để mặc cho những phẩm hạnh không tồn tại được gán cho bản thân. Vì thế, để chỉ ra tư cách đệ tử của mình, Ngài nói: 'Evaṃ me sutam. Ekaṃ samayaṃ bhagavā Sāvattھیyaṃ viharati Jetavane Anāthapiṇḍikassa ārāme...', có nghĩa là 'Như vậy tôi nghe. Một thời Thế tôn ngự tại Sāvattھی, Jetavana (Kỳ viên Tịnh xá), vườn của ông Anāthapiṇḍika (Cấp Cô Độc)... '.

Những lời này được nói ra bởi đại đức Ānanda hơn hai ngàn năm trăm năm trước. Hôm nay, chỉ nghe câu, "Như vậy tôi nghe", chúng ta đã xúc động khi nghĩ về đại đức Ānanda, người vào dịp kết tập Tam Tạng lần thứ nhất đã làm rõ rằng Ngài chỉ là một đệ tử. Chính vì vậy Ngài nói, "Như vậy tôi nghe". Ngài không nói những lời của chính mình, bởi Ngài không phải là Thế tôn. Ngài chỉ là đệ tử và đã được nghe những lời này từ đức Thế tôn. Khi các Phật tử nghe câu "Như vậy tôi nghe", mặc dầu hơn hai ngàn năm trăm năm đã trôi qua, họ vẫn thấy nhiệt huyết và hân hoan sinh khởi, bởi họ lại có dịp được nghe những lời ấy. Nhờ thế họ có thể suy xét về những lời dạy của Đức Phật khi Ngài ngự ở Kỳ viên tịnh xá hoặc ở các nơi khác.

Chúng ta đọc tiếp:

*“Trong lúc năm trăm vị A La Hán và nhiều ngàn chư thiên tán thán đại đức Ānanda bằng câu ‘Lành thay, lành thay’, trong khi mặt đất rung động mạnh cùng với một cơn mưa các loài hoa khác nhau rơi xuống từ trên trời và nhiều điều kỳ thú khác xảy ra, một trạng thái khẩn cấp tu niệm sinh khởi nơi các chư thiên với ý nghĩ ‘Những gì chúng ta đã được nghe khi còn sự hiện diện của đức Thế tôn giờ được nhắc lại khi Ngài không còn hiện hữu!’”.*

Đức Phật đã nhập diệt và các vị A La Hán hiện diện tại kỳ kết tập kinh điển lần thứ nhất đã được nghe những lời dạy ấy từ trước. Tuy nhiên, mặc dầu những lời được nghe lại đó đã từng được nói ra trong quá khứ, và cũng không còn được nghe trong sự hiện diện của chính đức Thế tôn, tuy nhiên khi ấy vẫn là cơ hội để lại được nghe Pháp. Sự việc này có thể được tất cả người nghe Pháp ngày nay suy niệm với niềm tôn kính Tam Bảo. Mặc dầu những sự kiện ấy đã xảy ra từ rất lâu, mỗi khi nghe Pháp, ta có thể thấy lợi lạc của Pháp và có thể hiểu rằng chính tích lũy của thiện pháp trong quá khứ là duyên cho tâm quả thiện được nghe Pháp trở lại trong kiếp này.

Ngài Ānanda an ủi những người thất vọng vì không được tận mắt thấy đức Thế tôn, bảo đảm với họ rằng đây không phải là lời dạy của một bậc thầy quá cố, mà rằng chính Pháp và Luật (Dhamma Vinaya) là thầy của họ.

Bằng câu “Nhu vậy tôi nghe”, đại đức Ānanda muốn an ủi các Phật tử tương lai, những người có thể buồn bã rằng họ không được tận mắt thấy Đức Phật. Tuy nhiên, chúng ta cần nhớ rằng những gì ta nghe không phải là Giáo lý của một vị thầy quá cố, mà chính Pháp và Luật là thầy của chúng ta.

Chúng ta sẽ biết liệu Đức Phật có phải là vị thầy thực sự của mình nếu ta nghe, suy xét và theo sự thực hành đúng.

Khi đại đức Ānanda nói câu “Evaṃ me sutam”, có nghĩa là “Nhu vậy”, Ngài **đã chứng tỏ sự tuyệt hảo của Giáo lý**, bởi cần có một người giảng và một người nghe. Nếu không có **đạo sư** sẽ không thể có **thính giả**.

Chỉ bằng từ ‘evaṃ’ - như vậy, Ngài **đã chứng tỏ sự tuyệt hảo của người đệ tử**. **Đệ tử này chính là đại đức Ānanda** chứ không phải ai khác. Đại đức Ānanda, người đã năm lần được tán tụng là Đa-văn-đệ-nhất, nói, “Nhu vậy tôi nghe”.

Khi Ngài nói ‘ekaṃ samayaṃ’ - một thời, Ngài đã chứng tỏ sự tuyệt hảo của thời điểm, thời điểm Ngài được nghe thuyết Pháp.

Chúng ta cần nhớ rằng, thời điểm tuyệt hảo để nghe Pháp là lúc này. Không dễ tìm được cơ hội nghe



Pháp. Khi mọi người có những việc quan trọng cần hoàn thành, họ không thể nghe Pháp mà nghe những thứ khác. Với các từ ‘một thời’, **đại đức** Ānanda đã chỉ ra sự tuyệt hảo của thời điểm nghe Giáo Pháp.

Khi Ngài nói từ ‘Bhagavā’ - Thế tôn, Ngài đã chỉ ra sự tuyệt hảo của bậc Đạo sư, người không phải là kẻ tầm thường. Thế tôn, bậc A La Hán Chánh Đẳng Giác là người dạy Giáo Pháp.

Với các từ ‘tại Sāvattthī’, ở Kỳ viên tịnh xá, vườn của ông Cấp Cô Độc’, vị đại đức Trưởng lão đã chỉ ra sự hộ độ của các đệ tử cư sĩ của Đức Phật khi nhắc đến Sāvattthī, và Ngài đã chỉ ra sự hỗ trợ của các vị tỳ kheo khi nhắc tới Kỳ viên Tịnh xá”.

Chúng ta đọc trong *Paramatthadīpanī*, chú giải Kinh *Phật thuyết như vậy* (Itivuttaka), *Tiểu Bộ Kinh*, chú giải cho Tập Một Pháp, chương 1, §1, “*Kinh Tham*” (Lobha Sutta), về diễn giải các từ “A La Hán” và “Thế tôn”. Chúng ta đọc về bốn pháp quyết định, các pháp là nền móng vững chắc của mọi ba la mật. Chúng ta đọc rằng các pháp quyết định là: chân thật (sacca), xả ly (cāga), an tịnh (upasama) và trí tuệ (paññā)<sup>1</sup>.

1. Chúng ta đọc trong Chú giải Hạnh Tạng rằng đây là những pháp tạo nền móng vững chắc. Adittthāna cũng được dịch là phát nguyện. Chúng ta đọc trong Trường Bộ Kinh số 33 (Kinh Phúng Tụng), Bốn

Chân thật (sacca) là chân thật với sự vun bồi trí tuệ với mục đích liễu ngộ Tứ Thánh Đế. Chúng ta đọc trong Chú giải cho “*Kinh Tham*”:

*“Từ A La Hán (araham) có nghĩa là cần có sự chân thật, sacca, với sự phát triển thiện pháp...”*

*“Từ Thế tôn (Bhagavā) nói đến sự hoàn mãn của các quyết định pháp chân thật và xả ly”.*

Như vậy, nếu chân thật và xả ly không được thiết lập vững vàng, Tứ Thánh Đế không thể được liễu ngộ. Chúng ta đọc:

*“Từ ‘Thế tôn’ chỉ đến sự hoàn mãn của các pháp chân thật và xả ly, bằng việc thuyết giảng về sự chân thật của lời phát nguyện (paññaditthāna) của đức Thế tôn, sự chân thật trong lời nói của Ngài và sự chân thật của trí tuệ của Ngài; và bằng việc thuyết giảng về sự xả ly các đối tượng ngũ dục vốn được coi là quan trọng bởi thế gian, chẳng hạn như lợi dưỡng, danh dự và tiếng thơm,*

---

pháp, xxvii): Bốn thắng xứ (Bốn nguyện): Tuệ thắng xứ, đế thắng xứ, xả thắng xứ, chỉ tức thắng xứ. Chú giải cho kinh này, cuốn Sumaṅgala Vilāsinī, nói rằng tuệ thắng xứ (paññaditthāna) bắt đầu với tuệ minh sát (liễu ngộ về chủ nhân của nghiệp bằng tuệ giác) và có quả tối thượng là A La Hán quả. Đế thắng xứ, bắt đầu với sự chân thật trong lời nói, kết thúc với chân đế tối thượng là Niết Bàn. Xả thắng xứ bắt đầu với sự viễn ly đối tượng ngũ dục và kết thúc với sự tận diệt mọi phiền não bởi A La Hán Đạo. Chỉ tức thắng xứ bắt đầu với sự đè nén phiền não bởi thiền chứng (jhāna) và kết thúc với sự tận diệt mọi phiền não bởi A La Hán Đạo.

và về sự xả ly hoàn toàn các hành (*abhisankhāra*<sup>1</sup>), có nghĩa là không còn phiền não dư sót”.

Xả ly (*cāga*) không chỉ nói đến sự từ bỏ của cái, mà cũng nói đến sự từ bỏ các đối tượng ngũ dục, chẳng hạn như đối tượng vị giác và xúc chạm. Ngoài những thứ ấy, nó cũng ám chỉ sự xả ly những gì được thế gian coi là quan trọng: lợi dưỡng, danh dự và tiếng thơm. Hơn thế nữa, nó chỉ tới sự xả ly khỏi mọi phiền não. Xả ly thực sự là xả ly mọi thứ, kể cả phiền não. Từ ngay điểm đầu, ta cũng cần có chân thật làm nền móng vững chắc để phiền não có thể được tận diệt. Chúng ta nghe Pháp, hiểu Pháp và biết rằng mình vẫn còn có rất nhiều phiền não. Vì vậy, ta cần tiếp tục vun bồi và tích lũy mọi ba la mật để có thể liễu ngộ Tứ Thánh Đế và đạt được sự xả ly thực sự.

Chúng ta đọc tiếp:

*“Từ arahattā nói đến sự hoàn mãn của các quyết định pháp (các pháp làm nền móng vững chắc) an tịnh và trí tuệ, bằng việc chỉ ra sự thành tựu trong việc làm an tịnh tất cả các pháp hữu vi, và bằng việc chỉ ra sự*

---

1. Hành là một mắt xích của chuỗi thập nhị nhân duyên. *Abhisankhāra* bao gồm nghiệp thiện, nghiệp bất thiện và nghiệp bất động (các tầng thiên vô sắc giới). Chừng nào còn tạo nghiệp thì sẽ còn có quả (*vipāka*) của nghiệp, và vòng sinh tử luân hồi sẽ còn tiếp tục. Bạc A La Hán đã tận diệt mọi phiền não và với vị ấy sẽ không còn nghiệp được tạo nữa.

*thành tựu trí tuệ giác ngộ”.*

Chúng ta đọc về tầm quan trọng của chân thật như sau:

*“Vi vậy, chân thật quyết định pháp là ba la mật được vun bồi bởi Đức Phật khi Ngài vẫn còn là một Bồ tát và đã phát nguyện (abhinihāra) thành tựu thiện pháp tối thượng siêu thế”.*

Phát nguyện là một nhân trọng yếu của một quả trọng yếu, và đó là sự thành tựu Chánh Đăng Giác.

Chúng ta đọc:

*“Vi lẽ này, Ngài đã tích lũy từng ba la mật tương ứng với phát nguyện của mình, được thúc đẩy bởi tâm đại bi. Ngài đã làm viên mãn xả ly quyết định pháp với tư cách ba la mật, bởi Ngài xả ly cái là một kẻ thù”*

Nghiên cứu Giáo Pháp và áp dụng Pháp, và biết được tầm quan trọng của sự thật là con đường đưa đến sự chứng ngộ Tứ Thánh Đế.

Trong Kinh *Cảm hứng ngữ* (Udāna), chương I, số 9, *Tóc bện* (Jaṭila), có thuyết rằng nếu ta không tích lũy chánh niệm - tỉnh giác, ta sẽ trở nên si mờ. Chúng ta đọc:

*“Như vậy tôi nghe:*

---

1. Phiền não giống như kẻ thù. Ngài đã xả ly mọi phiền não.

Một thời Thế Tôn trú ở Gayà, tại Gayasisa. Lúc bấy giờ, nhiều kẻ bện tóc, trong những đêm gió lạnh mùa đông, giữa những ngày mồng tám<sup>1</sup>, trong thời tuyết rơi, đang lặn xuống và nổi lên trong nước, làm việc lặn xuống nổi lên, tưới nước và tế lửa, nghĩ rằng: ‘Vời hành động này, được thanh tịnh’.

Thế Tôn thấy nhiều kẻ bện tóc ấy, trong những đêm gió lạnh mùa đông, giữa những ngày mồng tám, trong thời tuyết rơi, đang lặn xuống và nổi lên trong nước, làm việc lặn xuống nổi lên, tưới nước và tế lửa, nghĩ rằng: ‘Vời hành động này, được thanh tịnh’.

Thế Tôn sau khi hiểu biết ý nghĩa này, ngay trong lúc ấy, nói lên lời cảm hứng này:

‘Thanh tịnh không do nước,  
Ở đây nhiều người tắm,  
Trong ai có chân thật,  
Lại thêm có Chánh pháp,  
Người ấy là Thanh tịnh,  
Người ấy là Phạm chí’<sup>2</sup>.

Chúng ta đọc trong *Paramatthadīpanī*, chú giải cho *Cảm Ứng Ngữ*, đoạn cắt nghĩa sau về bài Kinh này<sup>2</sup>:

1. Ngày thứ tám trước và sau trăng tròn của các tháng giêng và tháng hai.

2. Đây là Chú giải của Achāriya Dhammapala. Dhammapala là tác

“...Hoặc giả không ai là người thanh tịnh, không chúng sinh nào được coi là thanh tịnh khỏi vết nhơ của ác nghiệp nhờ nước như nói trên. Vì sao? Hoặc nhiều người sẽ tắm ở đó. Vì nếu như thực có cái được gọi là thanh tịnh khỏi ác nghiệp bằng việc ngập xuống nước v.v...như nói trên, nhiều người sẽ tắm nước ở đây, như thế sẽ có sự thanh tịnh khỏi ác nghiệp cho tất cả bọn họ - cho người tạo nghiệp ác như giết cha mẹ v.v..., cũng như cho tất cả các chúng sinh khác, kể cả con cá hay con rùa, con bò, con trâu v.v...; nhưng không phải vậy. Tại sao? Bởi vì tắm không phải là đối trị của gốc rễ của bất thiện. Bởi chắc chắn (một thứ chỉ có thể được coi là) đối trị với cái phá hủy, như ánh sáng với bóng tối, và trí với si, tắm không phải là đối trị của ác nghiệp. Vì vậy, cần phải rút ra kết luận rằng ‘Không có thanh tịnh nhờ nước.’ Sau đó Ngài nói ‘Trong ai có chân thật’ và v.v cũng chỉ nhằm chỉ ra phương tiện qua đó có sự thanh tịnh. Ở đây, trong ai (yamhi): trong người nào. Có chân thật (saccam): cả việc nói sự thật và tránh (nói sai sự thật). Hoặc là có chân lý (saccam): cả chân lý dưới dạng trí và chân lý theo nghĩa tối thượng<sup>1</sup>. Pháp (dhammo): Pháp dưới dạng các Thánh đạo và Pháp dưới dạng quả của các Thánh đạo ấy; nơi người trong đó tất cả những điều này được tìm thấy - đó là người thanh tịnh và là bà la môn (so suci so ca brāmaṇo): bậc Thánh nhân ấy, đặc biệt là các bậc lậu tận, là người trong sạch và là Bà la môn qua sự thanh tịnh vĩnh viễn.

---

giả của nhiều Chú giải và Phụ chú giải, bao gồm cả các Phụ chú giải cho các Chú giải của Buddhaghosa.

1. Tiếng Pāli là nāṇa saccam và paramattha saccam.

*Nhưng tại sao, trong mối liên hệ này, chân lý được kể riêng rẽ với Pháp? Là do bởi tính phụng sự lớn lao của chân lý. Chẳng hạn, phẩm hạnh của chân lý được thể hiện trong vô số đoạn Kinh”.*

Sau đó Chú giải tham chiếu tới các đoạn Kinh:

*“Chân lý thực sự là từ Bất tử. Chắc chắn, chân lý là vị ngọt nhất trong các vị. Thiện pháp được thiết lập chính trong chân lý, trong mục đích và trong Pháp. Các ẩn sĩ bà la môn an trú trong chân lý và v.v. Lời thuyết của chân lý được làm hiển lộ bằng cách là ‘với người phạm giới, người nói dối, người không làm một điều phải nào’ và ‘người nói điều không thực xảy ra đi địa ngục’ và v.v...”*

Chân thật ba la mật cần được vun bồi với trí tuệ để Tứ Thánh Đế có thể được tận diệt. Ta cần dũng cảm để có thể can trọng và lập tức quay lưng với bất thiện. Nếu ta quá chậm trễ trong việc quay lưng với bất thiện, về sau sẽ còn khó hơn, thậm chí là quá muộn để làm vậy, điều hẳn đã xảy ra kiếp này sau kiếp khác.

Ta đọc trong Chú giải cho Kinh *Phật thuyết như vậy* (Itivuttaka), Phần I, Chương I, §1, *Kinh Tham*, bài Kinh đã được trích dẫn ở trên:

*“Trung tín với Đức Phật là trung tín với niềm tin kiên cố. Bởi lẽ một người với niềm tin ấy, dù là một tỳ kheo, một chư thiên, ma vương hay Phạm thiên, sẽ không thể trộm cắp. Một người kiên định trong lòng trung tín*

*của mình sẽ không từ bỏ niềm tin nơi Đức Phật hay đức Pháp, kể cả khi mạng sống của vị ấy lâm nguy. Vì vậy, Đức Phật nói rằng một người có trí tuệ và tri ân là một người bạn quý, kiên định trong trung tín”.*

Lòng trung thành với những người không phải Đức Phật có thể ở những mức độ khác nhau và có thể hạn chế: nó có thể tồn tại lâu dài hoặc có thể chỉ trong một khoảng khắc. Tuy nhiên, lòng trung thành của các Phật tử đối với Đức Phật là mãi mãi, cho tới cuối cuộc đời. Từ khi còn thơ ấu cho đến khi trưởng thành, có thể từ sáng tới tối ta nghe tụng Kinh suy niệm về các ơn đức Tam Bảo. Điều này khiến ta nhận ra sự tuyệt hảo của tính chân thật của Đức Phật trong sự vun bồi các ba la mật nhằm xuyên thấu Tứ Thánh Đế và trở thành điểm tựa không thước nào đo được cho mọi chúng sinh, chư thiên và loài người.

Chúng ta đọc trong Chú giải cho Kinh *Phật thuyết như vậy*:

*“Đức Phật được gọi là Thế tôn bởi mọi người kiên định trong lòng trung tín của họ với Ngài, bởi Ngài luôn mong muốn điều lợi lạc cho tất cả chúng sinh trên thế gian, và với lòng từ lớn lao đã quyết định thuyết Pháp. Ngài thuyết Pháp để tất cả chúng sinh có thể có được sự kiên định trong giới, trong định - là sự an tịnh ly bất thiện pháp, và trong tuệ. Các đệ tử Phật, cả tỳ kheo và cư sĩ cần chân thật trong lòng trung tín của họ với*



*Đức Phật, và họ có thể thể hiện điều ấy qua việc cúng dường, chẳng hạn như hoa, hương, phấn thơm và những thứ khác giúp họ tôn vinh Ngài”.*

Chúng ta có thể hiểu rằng Đức Phật, người trung thực, chân thành và mong muốn an lạc cho mọi chúng sinh trên thế giới, là người đã tận diệt mọi phiền não. Mọi người có thể thấy lòng từ lớn lao và trí tuệ của Ngài, và vì lý do này, lòng trung thành của họ với Đức Phật, bậc Thế tôn, vượt lên trên sự trung thành của họ với bất kỳ ai.

Chúng ta đọc trong Chú giải cho *Hạnh Tạng, Tiểu Bộ Kinh* như sau:

*“Chỉ người có trí mới thuần thực trong việc tạo an lạc cho mọi chúng sinh...”*

*Không lừa dối, hành động trợ giúp người khác và không nói những lời sai sự thật, đó được gọi là hành trì với chân thật”.*

Đây là hành trì của bậc Chánh Đẳng Giác, của đức Thế tôn. Đây là sự thuần thực trong việc đem an lạc tới cho mọi chúng sinh, bằng cách chỉ cho họ con đường tận diệt tham ái. Ngài chỉ ra hiểm họa của bất thiện và giải thích con đường phát triển thiện pháp. Ngài không lừa dối mà cố gắng hỗ trợ người khác và không nói lời sai sự thật. Đây được gọi là hành trì với chân thật.

Nếu một người không trung thực trong sự thực hành đưa đến chứng ngộ Tứ Thánh Đế, người ấy sẽ bị dính mắc vào của cải, danh dự và tiếng tăm; anh ta sẽ khuyến khích những người khác đi theo sự hành trì không dẫn tới tận diệt phiền não. Một số người nói rằng ta chỉ cần thực hành và không cần nghiên cứu, rằng không cần thiết phải có hiểu biết về Giáo lý, trong khi một số người khác nói rằng trước hết ta phải nghiên cứu và có hiểu biết trước khi thực hành. Ta phải tin ai đây? Ta cần tự suy xét đâu là nguyên nhân đúng đưa tới kết quả tương ứng. Nếu tin tưởng ai đó, ta cần biết nguyên do. Bởi đó là một người nổi tiếng, hay là bởi người ấy lý giải nguyên nhân đúng đưa tới kết quả tương ứng và có thể giúp mọi người có hiểu biết đúng về Pháp?

Chân thật là pháp hỗ trợ sự sinh khởi và vun bồi mọi thiện pháp, bởi chân thật là sự chân thành với tận diệt phiền não. Khi thiện pháp không sinh khởi, ta có thể nhận ra rằng mình không chân thành trong việc vun bồi nó, và điều này đến lượt nó có thể là một duyên cho sự sinh khởi của thiện pháp. Khi bất thiện sinh khởi, ta lại cần chân thật và điều ấy có thể tạo duyên cho chánh niệm - tỉnh giác hay biết về đặc tính của bất thiện. Bằng cách này bất thiện có thể được từ bỏ và thiện pháp có thể được vun bồi.

Đức Bồ tát đã vun bồi mọi loại thiện pháp tới một mức độ cao, bao gồm cả những thiện pháp rất vi tế và cao thượng. Những người chưa liễu ngộ Tứ Thánh Đế cần đi theo dấu chân của Đức Bồ tát. Có nghĩa là ta cần vun bồi mọi mức độ của trí tuệ với mục tiêu tận diệt phiền não. Ta cần suy niệm về cuộc sống hàng ngày của Đức Bồ tát trước khi Ngài chứng đắc Phật quả. Ngài chân thật trong vun bồi thiện pháp với mục tiêu từ bỏ và tận diệt phiền não.

Chúng ta đọc trong *Chú giải Hạnh Tạng, Tiểu Bộ Kinh*, về con đường hành trì của Đức Bồ tát khi Ngài đang vun bồi các ba la mật. Nếu một người muốn chứng ngộ Tứ Thánh Đế, dù người đó là xuất gia hay cư sĩ, anh ta cần suy xét đâu là hành trì cần theo đuổi để có thể liễu ngộ Tứ Thánh Đế, và anh ta cần chân thành và trung thực trong hành trì của mình. Chúng ta đọc:

*“Ngài phải tận lực vì sự an lạc của các chúng sinh, có khả năng kham nhẫn mọi thứ dù khả ái hay bất khả ái, và phải nói không dối trá”.*

Đây chỉ là một câu ngắn, nhưng ta có thể nắm bắt được cốt tủy của nó bằng cách suy xét về nó một cách sâu sắc và áp dụng nó. Để có thể áp dụng những lời ấy, chúng ta cần kham nhẫn với những gì khả ái hoặc bất khả ái. Chúng ta đọc:

*“Ngài nên nói không dối trá. Ngài cần trải tâm từ và bi mẫn tới mọi chúng sinh: Bất cứ thứ gì gây khổ đau cho chúng sinh Ngài phải sẵn sàng gánh lấy, Ngài phải tùy hỷ với phướcthiện của mọi chúng sinh”.*

Chúng ta cần suy xét những gì đã nói về việc tinh tấn vì sự an lạc của mọi chúng sinh. Chúng ta không nên có những mục tiêu vị kỷ, không hành động vì mình khi chúng ta trợ giúp người khác. Chúng ta cần tinh tấn, nếu không chúng ta sẽ không thể giúp đỡ những người khác một cách vị tha. Chúng ta nên giúp đỡ những người khác hết khả năng của mình, ví dụ như chia sẻ công việc của họ, làm nhẹ gánh nặng cho họ. Ở những khoảnh khắc ấy ta có thể nhận ra ngay rằng ta cần đến tinh tấn nếu muốn giúp người khác. Chúng ta có thể hiểu rằng, để có thể tận diệt phiền não, ta cần theo tấm gương hành trì của Đức Bồ tát. Ta cần tinh tấn vì lợi ích của các chúng sinh bằng mọi cách có thể, tùy thuộc vào mỗi tình huống trong cuộc sống hàng ngày, kể cả bằng lời nói, hay bằng việc chỉ dẫn cho những người khác. Có thể sẽ rắc rối, nhọc công cho bản thân khi ta giúp đỡ người khác, nhưng sự hỗ trợ của ta có thể là một duyên để những người khác cùng vun bồi nhiều thiện pháp trong cuộc sống của họ. Ta có thể trợ giúp cho những người khác nếu ta tinh tấn vì lợi lạc cho họ.

Như ta đọc trong Chú giải: *“Ngài phải có khả năng*

*kham nhẫn với tất cả, dù là khả ái hay bất khả ái*". Khi mê đắm một thứ gì đó, ta có thể nhận ra rằng đây không phải là sự dính mắc thông thường, mà là một mức độ tham mạnh mẽ hơn. Chúng ta có thể bị chìm đắm trong đối tượng dính mắc, nhưng khi chánh niệm - tỉnh giác sinh khởi, ta có thể nhận ra rằng mình cần chịu đựng bất cứ điều gì, dù khả ái hay bất khả ái. Nếu ta dần học để trở nên kham nhẫn, ta sẽ biết đặc tính của kham nhẫn thực sự là gì. Chúng ta có thể tích lũy kham nhẫn trong mọi tình huống, bất kể khi kinh nghiệm đối tượng qua thân căn hay khi nghe lời nói của người khác. Chúng ta có thể học để kham nhẫn và không phàn nàn về lạnh, về nóng hay về các tình huống khó khăn của cuộc sống. Khi ấy chúng ta sẽ hiểu kham nhẫn là gì.

Như ta đã đọc trong Chú giải, "*Ngài nên nói không dối trá*". Một người chân thật nói đúng với sự thật, còn một người bất lương nói những lời dối trá. Khi ta không nói đúng với sự thật, ta cần kiểm tra kỹ bản thân để tìm xem liệu ta chân thật hay bất lương.

Như ta đọc trong Chú giải, "*Ngài cần trải tâm từ và bi mãn tới mọi chúng sinh*". Lòng từ của ta cần phải hướng tới tất cả, không phân biệt. Thông thường, mọi người có tâm từ với người thiện, không với người bất thiện. Điều ấy chỉ ra rằng lòng từ bi ấy không được trải

tới mọi chúng sinh, rằng từ bi ấy còn giới hạn. Nếu một người đã phát triển tâm từ, người ấy cần trải tới mọi chúng sinh, tới cả người lành cũng như người ác. Khi ấy chánh niệm - tỉnh giác hay biết và hiểu điều gì là nên và điều gì không.

Khi ta giận dữ và khó chịu, khi ta coi thường một người ác hay làm việc xấu, ta có tâm bất thiện; tâm ta cũng tương tự tâm của người ác, vì ta xem thường người ấy. Dù chỉ một câu Pháp ngắn cũng có thể giúp ta phát triển chánh niệm - tỉnh giác và có hiểu biết tăng dần về các thực tại sinh khởi nơi mình để có thể vun bồi thêm thiện pháp.

Chúng ta đọc trong Chú giải: “*Ngài phải tùy hỷ với phước thiện của mọi chúng sinh*”.

Khi nhận ra thiện pháp của một người khác và tùy hỷ với phước thiện ấy, chúng ta chân thật, trung thực trong việc trân quý thiện pháp của họ. Có thể bản thân chúng ta không tự làm được việc tốt, nhưng chúng ta có thể trân quý thiện pháp của người khác. Nếu chúng ta không trân quý, tâm là bất thiện.

Chân thật ba la mật rất căn bản. Chúng ta đọc trong *Chú giải Hạnh Tạng* trong *Tiểu Bộ Kinh* rằng Chân thật ba la mật cần được xem xét như sau:

*“Nếu không có chân thật, thì không thể có giới hạnh v.v., và không thể có hành trì tương ứng với lời phát nguyện của mình. Mọi trạng thái bất thiện tụ hội nơi dối trá. Người không trọn vẹn với sự thật thì không đáng tin và lời nói của người ấy sẽ không được chấp nhận trong tương lai. Mặt khác, người trọn vẹn với sự thật đảm bảo nền móng cho mọi phẩm chất cao thượng. Với chân thật làm nền tảng, anh ta có khả năng thanh tịnh và viên mãn mọi phẩm trợ đạo. Không bị lừa dối về bản chất thật của các pháp, anh ta đảm nhận chức năng của tất cả các phẩm trợ đạo và hoàn mãn sự hành trì của Bồ tát đạo”.*

Như ta đọc, *“nếu không có chân thật thì không thể có giới hạnh, v.v”*. Điều này có nghĩa rằng nếu không có chân thật, ta không thể nói sự thật, sẽ hành động với dối trá và tất cả mọi việc ta làm đều lươn lẹo. Nếu không có chân thật, ta không thể giữ giới và không có hành trì nhất quán với lời phát nguyện của mình. Phát nguyện (paṭiñña) có nghĩa là kiên định trong chân thật<sup>1</sup>. Nếu một người không nói sự thật, anh ta không thể hành xử nhất quán với phát nguyện của mình.

Như chúng ta đọc trong Chú giải:

*“Mọi trạng thái bất thiện tụ hội trong dối trá. Người không trọn vẹn với sự thật thì không đáng tin cậy và lời nói của anh ta sẽ không được chấp nhận trong tương*

---

1. Đức Bồ tát phát nguyện Chánh Đăng Giác.

lai”.

Như vậy, ta thấy tầm quan trọng của chân thật ba la mật. Đây là chân thật, chân thành đối với hành trì đúng đưa đến sự tận diệt phiền não, bao gồm sự vun bồi của mọi thiện pháp để Tứ Thánh Đế có thể được chứng ngộ. Chúng ta cần chân thật ba la mật cho sự hành trì chân chánh: mục tiêu duy nhất của chúng ta phải là sự xuyên thấu bản chất thật của các thực tại.

Chúng ta có thể không biết thấu đáo và tỉ mỉ thế nào là hành trì chân chánh. Chúng ta cần suy tư về sự hành trì của Đức Bồ tát trước khi Ngài đạt quả vị Phật và khi ấy ta sẽ biết rằng Ngài đã nêu tám gương về sự hành trì chân chánh của thiện pháp, loại thiện pháp rất tinh tế và cao thượng. Chúng ta có thể theo gương Ngài trong cuộc sống hàng ngày của mình.

Trí tuệ Ba la mật cần được vun bồi với các ba la mật khác. Chúng ta không thể bỏ qua bất kỳ ba la mật nào, bởi mỗi ba la mật là một trợ duyên cho những ba la mật khác. Chẳng hạn, chân thật cần cho việc thực hiện bố thí. Không có chân thật thì bố thí không thể đạt tới viên mãn. Không có chân thật, trì giới không thể đạt tới thành tựu. Như vậy, chân thật là căn bản cho sự hoàn mãn các ba la mật khác. Chúng ta đọc về ý nghĩa của chân thật trong *Soi Sáng Chân Đế Nghĩa* (Paramattha



Jotikā), chú giải cho *Kinh Tập* (Sutta Nipāta), Chương I - Phẩm rắn, số 10, Ālavaka:

“Từ sacca có vài nghĩa: nó có thể có nghĩa là ngôn chân thật (chân thật trong lời nói - vācā sacca). Đó là tính kiên định trong sự thật, trong việc tránh xa bất thiện nghiệp. Nó có thể có nghĩa là kiến chân thật (ditṭhi sacca), chân thật với chánh kiến.

Sacca cũng chỉ tới Bà la môn đế (Brahmana sacca)<sup>1</sup>, chân đế tối hậu (paramattha sacca) và Thánh Đế (ariya sacca).

Thuật ngữ ‘saccena’ (nhờ chân thật) có nghĩa là một người có được danh tiếng bởi nói sự thật, bởi sự chân thành. Các chư Phật Chánh Đẳng Giác, các chư Phật Độc giác và các vị Thánh đệ tử có danh tiếng bởi sự thật tối hậu, paramattha sacca<sup>2</sup>”.

Chỉ trí tuệ mới có thể hiểu được bản chất thật của từng pháp. Tuy nhiên, sự vun bồi trí tuệ được tạo duyên bởi việc nghe Pháp và suy xét cặn kẽ về Pháp. Ta cần vun bồi trí tuệ một cách từ từ, từng bước một.

1. Chân thật với cuộc đời phạm hạnh, cuộc đời của người vun bồi Bát Chánh Đạo đưa tới sự tận diệt phiền não.

2. Họ đã chứng ngộ bản chất thật của các pháp chân đế, bao gồm: tâm, tâm sở, sắc và Niết bàn.

Ta vẫn còn phiền não, nhưng ta nghe Pháp và đã quy y Pháp trong kiếp này. Điều này chỉ ra rằng, chúng ta đang theo con đường vun bồi trí tuệ, để các đặc tính của thực tại xuất hiện hiện giờ có thể được xuyên thấu. Chúng ta cần đi theo bước chân của Đức Bồ tát và tích lũy các ba la mật.

Mọi người nói rằng họ muốn thực hành Pháp. Thực hành Pháp có nghĩa là từ bỏ bất thiện: tham, sân và si. Tham cần phải được từ bỏ khi nó sinh khởi, đó là thực hành Pháp.

Nếu một người muốn áp dụng Giáo Pháp, người ấy không nên trì hoãn việc này. Khi sân sinh khởi, ta cần từ bỏ nó để có vô sân, đó là thực hành pháp. Khi ghen tỵ, bòn xén và các loại bất thiện pháp khác sinh khởi, ta cần từ bỏ chúng, đó là thực hành Pháp. Tuy nhiên, phiền não không thể được tận diệt theo ước muốn và mong cầu của chúng ta. Kể cả Đức Bồ tát người đã tích lũy các ba la mật trong vô lượng kiếp vẫn còn chịu tác động bởi sức mạnh của bất thiện, bởi Ngài vẫn chưa tận diệt được các phiền não.

Chúng ta cần suy xét về Đức Bồ tát người đã tích lũy các ba la mật để có thể liễu ngộ Tứ Thánh Đế. Ngài muốn hiểu sự thật của bốn pháp chân đế là tâm, tâm sở, sắc và Niết bàn. Chúng ta cần vun bồi trí tuệ để có thể

liễu ngộ được sự thật về Pháp, chúng ta cần thấy lợi ích của sự thật, sacca. Các pháp chân đế là các pháp thật có những đặc tính không thể thay đổi. Chúng ta cần tìm ra đặc tính thật của tâm, tâm sở và sắc, đó là vô ngã, không phải là chúng sinh hay con người. Chúng ta cần tìm ra bản chất thực sự của Niết bàn là gì, pháp khác biệt với tâm, tâm sở và sắc. Nếu ai đó tìm kiếm chân lý, người ấy muốn xuyên thấu nó và vì thế có thể thấy được lợi ích của sự thật. Anh ta cần vun bồi tất cả các mức độ của chân thật, bắt đầu với chân thật trong lời nói.

Chúng ta đọc trong chú giải cho *Tiền Thân Hārīta* (số 431) rằng vua Brahmadata khi ấy trị vì tại Varānasi. Vua Brahmadata trong quá khứ chính là đại đức Ānanda ngày nay. Chú giải kể:

*“Khi ấy, Đức Bồ tát sinh ra trong một gia đình bà la môn có tài sản trị giá tám triệu đồng, và bởi làn da vàng óng, Ngài được cha mẹ gọi là Hārīta Kumāra (Nam tử da vàng óng). Khi Ngài lớn khôn và được giáo dục tại Takkaṣilā, Ngài nghĩ: ‘Tài sản mà cha mẹ ta đã tích góp vẫn còn đó, nhưng cha mẹ ta là người tạo ra tài sản ấy đã mệnh chung, họ không còn hiện hữu nữa.’ Khi suy xét điều này, Ngài hiểu ra rằng rồi tới lúc mình cũng sẽ phải chết, và vì vậy Ngài bố thí tài sản lớn của mình và trở thành một ẩn sĩ trong rặng Himālaya, nơi Ngài đã vun bồi thiên định tới mức độ đặc biệt thiên và ngũ thông.*

Khi Ngài muốn có muối và đồ ăn chua, Ngài rời chốn rừng núi, đi tới thành Varānasī và tới vườn Ngự uyển. Khi đức vua nhìn thấy ẩn sĩ, Ngài bèn khởi tín tâm và xin dâng cho ẩn sĩ nơi cư ngụ dựng trong vườn Ngự uyển. Ngài giao một người hầu phục vụ ẩn sĩ. Ẩn sĩ nhận vật thực cúng dường từ cung điện và sống ở đó trong mười hai năm. Sau đó, đức vua ra trận để trị an vùng biên địa, và giao việc chăm nom ẩn sĩ cho hoàng hậu, người từ đó sẽ tự tay chăm sóc Ngài.

Một hôm, bà sửa soạn thực phẩm cho Ngài, và do Ngài tới trễ, bà đã tắm trong nước thơm, phủ lên người một tấm y mỏng, mở cửa thượng lầu, nằm trên vương sàng và để gió lùa vào thân thể. Khi ẩn sĩ bay qua cửa sổ từ không trung, hoàng hậu nghe tiếng sột soạt từ tấm y vô cây của Ngài. Khi bà vội choàng dậy, tấm y mỏng trên người bà rơi xuống. Ngay khi nhìn thấy cảnh ấy, phiền não ngủ ngầm từ vô lượng kiếp đã bùng dậy như một con rắn nằm trong hộp, và vì thế thiên lực của Ngài tan biến. Ẩn sĩ không đủ khả năng chánh niệm, bước vào, nắm lấy tay hoàng hậu và rời cả hai cùng buông vào tà dục.

Tà hạnh của Ngài bị đồn đại khắp kinh thành và các vị đại thần đã tâu lại chuyện trong một điệp sớ gửi cho đức vua. Đức vua không thể tin điều được tâu và Ngài nghĩ: ‘Họ nói vậy vì mong hạ bệ ẩn sĩ.’ Sau khi đã hoàn thành việc trị an biên địa, Ngài quay về thành Varanasī và hỏi hoàng hậu: ‘Có phải lời đồn rằng ẩn sĩ Hārīta và nàng đã tà dục là đúng?’ Hoàng hậu trả lời rằng điều ấy là đúng.

Đức vua vẫn không tin, dù hoàng hậu nói rằng điều ấy là đúng. Đức vua đi tới vườn ngự uyển, vái chào ân sĩ, và kính cẩn ngồi xuống một bên, Ngài ngâm câu kệ thứ nhất dưới dạng một câu hỏi:

*‘Hà-ri Hiền hữu, trẫm nghe rằng*

*Tôn giả nay đang sống lỗi lầm,*

*Trẫm chẳng tin lời đồn đại ấy,*

*Ngài không phạm tội ý, thân chẳng?’*

Ân sĩ suy nghĩ: *‘Nếu ta nói rằng ta đã không phạm tà dục, đức vua sẽ tin ta, nhưng trên thế gian này không có nền móng nào vững chắc hơn lời nói chân thật. Một người từ bỏ sự thật sẽ không thể đạt được Phật quả, dù có ngồi trong Bồ đề đạo tràng linh thiêng. Vì vậy ta nên chỉ nói sự thật mà thôi. Trong một số trường hợp, Đức Bồ tát có thể sẽ sát sinh, trộm cắp, tà dâm hay uống rượu, nhưng Ngài sẽ không nói dối, lời nói xâm phạm sự thật.’*

*Vì vậy, chỉ nói sự thật, Ngài ngâm câu kệ thứ hai:*

*‘Ta phạm ác hành, hối Đại vương,*

*Đúng như Ngài đã được nghe rằng*

*Mắc vào tà thuật trong trần thế,*

*Ta đã đi sai lạc bước đường’*

*Nghe vậy, vua ngâm vần kệ thứ ba:*

‘Trí tuệ uyên thâm của thế nhân  
 Hoài công vô ích, chẳng xua tan  
 Dục tham bùng dậy trong lòng dạ  
 Của bậc trí nhân đã lạc đường’.

Người ốm thường phụ thuộc vào thuốc. Cũng vậy, trí tuệ sắc bén thì giống như thuốc, nó mong điều lợi lạc và có thể chữa lành chúng ta khỏi ái dục đã sinh khởi. Chúng ta đọc:

“Sau đó Hārīta nêu rõ cho vua thấy uy lực của dục tham qua vần kệ thứ tư:

‘Bốn ác dục này ở thế gian  
 Uy quyền lấn áp cứ lan tràn:  
 Tham, sân, vô độ và si ám,  
 Tri kiến không sao đứng vững vàng’  
 Vua nghe liền ngâm vần kệ thứ năm:  
 ‘Thánh hạnh tràn đầy với trí minh  
 Hà-ri Hiền giả đáng tôn vinh!’  
 Hiền giả Hārīta ngâm tiếp vần kệ thứ sáu:  
 ‘Ác tâm, tham dục, do liên kết,  
 Huỷ hoại trí nhân hướng Thánh hành’”.

Những lời này có thể nhắc nhở chúng ta về hiểm họa của phiền não. Một người có thể tưởng đã thoát khỏi hiểm nguy bởi mình đã phát triển một mức độ trí tuệ nhất định, nhưng người ấy không nên lơ là. Bất thiện có thể gây hại cả với người có trí, người quan tâm sâu sắc tới Giáo Pháp và hưởng lợi lạc từ Giáo Pháp.

Chúng ta đọc:

*“Sau đó vua ngâm vắn kệ thứ bảy khuyên nhủ vị ấy quẳng bỏ mọi tham dục:*

*‘Vẻ đẹp’ trong tâm tịnh sáng ngời*

*Bị hư vì ác dục sinh sôi,*

*Quẳng ngay, hạnh phúc đang chờ đón,*

*Quần chúng tuyên dương trí tuệ Ngài’.*

*Khi Đức Bồ tát nghe vậy, Ngài đã phục hồi chánh niệm và suy xét về hiểm họa của ngũ dục. Sau đó Ngài ngâm câu kệ thứ tám:*

*‘Vi tham dục trói buộc thân này,*

*Sinh sản cho ta quả đắng cay,*

*Ta quyết cắt sâu cho tận gốc*

*Mọi mầm tham dục khởi lên đây”.*

---

1. Vaṇṇa, tức dáng vẻ hay phẩm chất.

Gốc rễ của tham dục là phi như lý tác ý, ayoniso manasikāra. Sau đó chúng ta đọc rằng ân sĩ vun bồi Samatha và phục hồi năng lực thiền chứng. Ngài thấy hiểm họa của việc cư ngụ ở một nơi không phù hợp là vườn ngự uyển. Vì thế, Ngài quay trở về rừng núi để xa lìa ô nhiễm nữ nhân. Khi chấm dứt thọ mạng, Ngài đã tái sinh ở cõi Phạm Thiên.

Đức Phật kể câu chuyện này tại Kỳ viên tịnh xá bởi có một vị sư bất mãn. Khi vị sư này thấy một nữ nhân phục sức lộng lẫy, phiền não đã trở dậy nơi vị ấy và vị ấy muốn xả y. Khi vị ấy bị thầy tế độ và giáo thọ của mình buộc tới trình Đức Phật, và Ngài hỏi liệu có đúng rằng vị ấy đã bị sa ngã, vị ấy trả lời là đúng. Sau đó, Đức Phật nói:

*“Này tỳ kheo, phiền não không đưa tới hạnh phúc, chúng phá hủy những phẩm chất tốt đẹp, chúng khiến tái sinh nơi địa ngục. Vậy làm sao phiền não của ông lại không hủy hoại ông? Lẽ nào một cơn cuồng phong vùi dập đỉnh núi Sineru lại không cuốn nổi một chiếc lá héo? Bản thân ta, trong kiếp còn là ân sĩ Hārīta đã đắc ngũ thông và bát thiên, nỗ lực hướng tới trí tuệ giải thoát. Nhưng mặc vậy, ta không thể chánh niệm và đã đánh mất thiên lực”.*

Đức Phật dạy câu chuyện này để chúng ta có thể thấy được hiểm họa của bất thiện và năng lực của các



tích lũy phiền não.

Ta cần phải suy xét về những gì ta đọc: “*Lẽ nào một cơn cuồng phong vùi dập đỉnh núi Sineru lại không cuốn nổi một chiếc lá héo?*”.

Tất cả chúng ta đều có những phiền não chưa được tận diệt, và vì vậy, chúng ta không vững vàng như ngọn núi Sineru, chúng ta chỉ như những chiếc lá héo, nhẹ và có thể bị gió cuốn đi, ngọn gió của tham, sân và si.

Chúng ta đọc:

*“Khi Đức Phật kể xong chuyện tiền thân Hārīta, Ngài đã giảng về Tứ Thánh Đế và khi Ngài chấm dứt, vị tỳ kheo liền chứng quả A La Hán”.*

Chân thật là sự chân thật trong vun bồi thiện pháp tới mức độ ba la mật. Nếu không có chân thật, chân thành trong hành động của mình, chúng sẽ không thể đạt tới độ hoàn mãn. Chân thật là cần thiết cho mọi loại thiện pháp, dù đó là bố thí, trì giới hay phát triển tâm trí. Ta không nên lơ là với sự vun bồi các thiện pháp dù nhỏ nhất.

Nếu ta vun bồi các ba la mật để từ bỏ phiền não, ta cũng cần nhận ra những phiền não vi tế, chẳng hạn những lời nói dối trá dù với những chuyện nhỏ. Nếu lời nói dối trá trở thành thói quen của một người, người ấy

sẽ dễ nói dối và cho rằng làm vậy chẳng có gì sai. Nếu một người tránh xa lời nói dối trá, nếu người ấy chân thật và giữ lời hứa, chân thật sẽ trở thành tự nhiên với người ấy. Khi đó, anh ta sẽ nhận ra hiểm họa của bất thiện ở khoảnh khắc mình nói dối. Kể cả lời dối trá liên quan đến những chuyện vặt vãnh cũng là bất thiện, nhưng nếu ai đó thường tích lũy dối trá, anh ta sẽ không thấy hiểm họa của nó. Như vậy, ta thấy rằng không dễ nhận ra đặc tính của bất thiện.

Chúng ta có thể có cái hiểu về mọi thực tại từ việc nghe Pháp nhưng điều đó không có nghĩa rằng ta đã biết đặc tính của chúng khi chúng xuất hiện. Chúng ta cần phải tiếp tục vun bồi hiểu biết, nhất quán với những gì mà chúng ta đã học nhờ nghe và chúng ta cần nhận biết các thực tại. Có thể chúng ta nói xạo, dù chỉ một chút, hoặc có thể ta không giữ lời hứa, nhưng khi chánh niệm - tỉnh giác sinh khởi, nó có thể nhận ra rằng đó là bất thiện. Có nhiều tâm bất thiện sinh khởi hàng ngày, nhưng chúng ta không biết điều ấy là bởi quên lãng, thất niệm; không có chánh niệm về các đặc tính của các pháp chân đế, không có hiểu biết về chúng đúng như chúng là. Trí tuệ cần rất chi tiết và tinh tế để các đặc tính của thực tại có thể được biết như chúng là. Sự phát triển Tứ niệm xứ sẽ đưa đến phân biệt rõ ràng hơn về các thực tại khác nhau và nhờ đó, trí tuệ có thể biết

được đặc tính của bất thiện. Khi bất thiện sinh khởi, trí tuệ có thể biết loại bất thiện nào đang hiện hữu, và nó có thể biết được rằng đặc tính của bất thiện khác với thiện. Bằng cách ấy, thiện pháp có thể dần được vun bồi thêm.

Chân thật ba la mật sinh kèm với trí tuệ ba la mật. Ta cần cố gắng để biết chân thật là gì: sự chân thành trong phát triển thiện pháp, không trệch khỏi thiện pháp. Nếu chúng ta xa rời thiện pháp, chúng ta cần biết rằng thiện pháp vẫn chưa đạt tới độ hoàn mãn. Phiền não của chúng ta vẫn còn mạnh mẽ và nếu không có trí tuệ, chúng ta dễ dàng rời xa thiện pháp. Khi chánh niệm - tỉnh giác sinh khởi, nó có thể nhận ra khi nào ta sai và đó là một duyên cho sự tiết chế bất thiện trong tương lai.

Chân thật tối thượng, Thánh Đế (ariya sacca) là chân lý được chứng ngộ bởi các bậc thánh. Sự xuyên thấu Tứ Thánh Đế là duyên để trở thành một Thánh nhân. Ở khoảnh khắc này, chúng ta cố gắng nghe và hiểu chân Pháp. Không gì trong cuộc sống của chúng ta lợi lạc bằng hiểu về sự thật của các pháp chân đế<sup>1</sup>. Chúng ta cần nỗ lực hiểu các thực tại đang xuất hiện

---

1. Bằng sự vun bồi hiểu biết về sự thật của các pháp, paramattha sacca, ta sẽ xuyên thấu Tứ Thánh Đế và đây là lợi ích tối thượng của chân thật.

và vun bồi mọi loại thiện pháp khác. Đặc tính của các thực tại có thể được xuyên thấu tương ứng với hiểu biết có được qua nghe và tìm hiểu Pháp. Ở khoảnh khắc này, các pháp đang sinh và diệt, chúng không phải là một chúng sinh, một con người hay tự ngã. Tuy nhiên, ta không thể thấy được sự sinh và diệt của các thực tại bởi còn nhiều phiền não, và bởi vô minh che lấp sự thật. Chúng ta cần chân thật ba la mật để có thể chân thành trong sự vun bồi mọi mức độ thiện pháp qua thân, khẩu, ý, dù là bố thí, trì giới hay phát triển tâm trí. Nếu không chúng ta sẽ bị chiếm lĩnh bởi sức mạnh của bất thiện. Thấy lợi ích của chân thật là một duyên để tích lũy phẩm chất ấy. Chúng ta có thể quán sát sự chân thật nơi bản thân, nhưng chúng ta cũng nên suy niệm về sự chân thật của Đức Phật khi Ngài vẫn còn là một Bồ tát và vun bồi chân thật ba la mật.

Chúng ta đọc trong *Hạnh Tạng* III, 11, “*Giới hạnh của Kaṇhadīpāyana*”<sup>1</sup> về Kaṇhadīpāyana người bất mãn với cuộc đời ần sĩ của mình trong hơn năm mươi năm, và chỉ trong bảy ngày cuối đời mới sống đời phạm hạnh với tâm tín thành:

“Vào một thời điểm khác nữa, khi là vị ần sĩ

---

1. Xem thêm “Tiền thân Kaṇhadīpāyana”, số 444.

*Kaṇhadīpāyana<sup>1</sup>, ta đã sống không được hoan hỷ hơn năm mươi năm.*

*Không ai biết tâm ý không hoan hỷ này của ta. Ta đã không nói ra với ai cả và sự không hoan hỷ diễn tiến ở trong tâm ý của ta.*

*Bà-la-môn Maṇḍabya, bạn của ta, là một vị đại ẩn sĩ đã bị thọ lãnh (hành phạt) cấm cộc nhọn do trả quả của nghiệp quá khứ.*

*Ta đã chăm sóc và đã phục hồi sức khỏe cho vị ấy. Sau khi cáo từ, ta đã trở về lại chốn ẩn cư của mình.*

*Người bạn Bà-la-môn của ta đã đưa vợ và đưa con trai nhỏ đến. Ba người cùng đi và đã đi đến với tư thế của những người khách.*

*Trong lúc ta đang ngồi tại chốn ẩn cư của mình chuyện trò với những người ấy, đứa bé trai đã ném trái banh và làm cho làm con rắn có nọc độc giận dữ.*

*Sau đó, trong lúc dõi theo lộ trình di chuyển của trái banh, đứa bé trai ấy đã chạm bàn tay vào đầu của con rắn độc.*

*Do sự đụng chạm của đứa bé, con rắn đã trở nên giận dữ. Ý lại vào sức mạnh của nọc độc, bị bực bội với sự bực bội cùng tột, con rắn ngay lập tức đã cắn đứa bé.*

---

1. Kaṇha có nghĩa là đen. Thân Ngài bị nhuộm đen khi Ngài ngồi dưới thân người bạn bị đóng cọc xuyên người và rỉ máu.

*Khi bị cắn bởi con rắn độc, đứa bé đã ngã xuống ở trên nền đất. Vì điều ấy, ta đã trở nên đau buồn; nỗi buồn đau ấy đã tác động đến ta.*

*Sau khi an ủi họ (là những người) đang bị đau khổ, đang bị mũi tên sấu muợn, ta đã thể hiện hành động chân thật tột đỉnh cao quý tối thượng lần đầu tiên rằng:*

*‘Là người mong mỗi phước thiện, ta đã thực hành Phạm hạnh với tâm tín thành chỉ được bảy ngày. Cho tới lúc ấy, ta sống Phạm hạnh không nhiệt tâm trong hơn năm mươi năm.’<sup>1</sup>*

*Do lời nói chân thật này, hãy có được sự tốt lành, chất độc hãy được tiêu trừ, và Yaññadatta hãy sống.’*

*Với sự chân thật của ta đã được thể hiện, đứa bé Bà-la-môn bị run rẩy bởi sức mạnh của nọc độc đã được tỉnh lại, đã đứng lên, không tật bệnh. Không có ai bằng (ta) về sự chân thật - đây là chân thật ba la mật của ta”.*

Chúng ta đọc trong Chú giải của đoạn này:

*“Đức Bồ tát trong kiếp ấy có tên là Dipāyana, tới thăm người bạn là Maṇḍavya. Vị này bị cắn cọc nhọn, và vì Dipāyana toàn hảo về giới, Ngài không bỏ mặc ản sĩ này. Ngài đứng đó tựa vào một ngọn giáo qua cả*

---

1. Bản dịch bài kinh này là của Tỳ kheo Indacanda. Tuy nhiên người dịch Việt ngữ đã chỉnh câu này để tương ứng với bản tiếng Anh. Bản của Tỳ kheo Indacanda như sau: “Từ đó về sau, phạm hạnh của ta là năm mươi năm và thêm nữa”.

ba canh của đêm. Ngài được đặt tên là *Kaṇhadīpāyana* (*Kaṇha* có nghĩa là đen), bởi thân của Ngài bị đen bởi những giọt máu chảy xuống từ cơ thể của ẩn sĩ *Maṇḍavya* và bị khô.

*Hỏi: Đâu là nguyên do khiến bậc Sĩ nhân trong hàng ngàn kiếp thiên về xuất gia và tìm thấy an vui trong đời sống phạm hạnh lại bất mãn với đời sống ấy trong kiếp này.*

*Đáp: Đó là bởi tính bất định vốn là đặc tính của kẻ phàm phu.*

*Hỏi: Tại sao Ngài không quay lại với đời sống gia đình?*

*Đáp: Trước hết vị ấy thấy hiểm họa của ngũ dục và do thiên hướng xuất gia của mình Ngài đã thành một ẩn sĩ. Tuy nhiên, bởi thiếu suy xét chân chánh, Ngài trở nên bất mãn với đời sống phạm hạnh. Mặc dầu không thể từ bỏ được sự bất mãn đó, Ngài không muốn bị mọi người chê trách, nói rằng “*Kaṇhadīpāyana* nói làm nhảm, không đáng tin cậy. Ông ta từ bỏ tài sản và xuất gia từ bỏ đời sống tại gia; ông ta từ bỏ của cải và rồi lại muốn quay lại với chúng.” Bởi Ngài e rằng tâm và quý của Ngài sẽ bị hủy hoại, bậc Sĩ nhân, đầy khổ đau và ưu não, thậm chí đã khóc và nước mắt giàn giụa trên gương mặt. Ngài đã tiếp tục sống đời phạm hạnh như vậy và không từ bỏ nó”.*

Như chúng ta đọc trong *Hạnh Tạng*, Đức Bồ tát nêu cao sự chân thật. Ngài nói lên sự thật, rằng Ngài chỉ

sống đời phạm hạnh với nhiệt tâm trong bảy ngày trong niềm tin trọn vẹn vào thiện pháp. Ngài thể hiện niềm tin của Ngài vào thiện pháp và chân thật bằng một câu nói trọng thể, một “lời thề sự thật”. Đây là duyên để cậu bé ba la môn đã thoát khỏi nọc độc. Một “lời thề sự thật” là một lời khẳng định niềm tin nơi sự thật, cái có thể tạo hiệu ứng trực tiếp tới tình trạng của một người.<sup>1</sup>

Một số người có thể hoài nghi về “lời thề sự thật” được nói tới trong đoạn trích trên. Hoặc có thể họ đã được nghe rằng một lời thề sự thật có thể đưa tới kết quả như mong muốn. Tuy nhiên, khi một người chịu đau đớn hay khổ não, anh ta không thể thốt ra lời thề sự thật để vượt qua đau khổ của mình nếu không biết chân thật là gì và không hiểu về giá trị lớn lao của nó. Trước khi tuyên lời thề sự thật, ta nhất thiết phải thấy được sự tối thượng và lợi ích của chân thật. Hơn nữa, điều ấy cần thiết cho sự vun bồi chân thật ba la mật.

Nếu một người vun bồi thiện pháp và mục tiêu của anh ta là chứng ngộ Tứ Thánh Đế, anh ta nên biết rằng con đường dẫn tới mục tiêu này là sự vun bồi tất cả các ba la mật. Nếu một người tích lũy chân thật ba la mật cùng với các ba la mật khác để chúng có thể có thêm

---

1. Tôi (Nina Van Gorkom) đã thêm vào bản gốc khổ giải thích về Lời Thề Sự Thật.



sức mạnh, và nếu anh ta thấy được lợi ích của chân thật, anh ta có thể tuyên một lời thề sự thật. Tuy nhiên không phải ai cũng có thể làm vậy, điều này cũng tùy thuộc vào sức mạnh của thiện pháp nơi người ấy và mức độ hiểu biết về chân thật của người ấy.

Mỗi người cần tự biết mức độ và cường độ của thiện pháp mà mình muốn vun bồi. Nếu một người không nghe Pháp và không tích lũy tất cả các loại thiện pháp, có thể anh ta sẽ không muốn phát triển thiện pháp. Anh ta có thể mê đắm với vui thú và tạo rất ít phước thiện. Còn nếu một người trong tiền kiếp đã từng nghe Pháp của các vị Phật quá khứ, nếu anh ta quán xét về Pháp và có thêm hiểu biết, anh ta sẽ thiên về vun bồi thiện pháp. Một số người trong cả cuộc đời không có thiên hướng vun bồi thiện pháp hết mức có thể. Có lẽ họ không tích lũy đủ duyên, dù chỉ là để nghĩ tới thiện pháp, và vì vậy họ không thể tạo thiện pháp. Một số người không muốn giúp đỡ người khác, hoặc có hiểu biết sai về thiện pháp; anh ta có thể thắc mắc tại sao phải nhọc công hay khiến mình phải mệt mỏi để giúp đỡ người khác.

Điều này cho chúng ta thấy tính chất đa dạng của tâm mà ta tích lũy ngày này qua ngày khác. Một số người mặc dù đã được nghe Pháp, có thể vẫn không tha thứ nổi cho những người khác bởi họ không thể áp

dụng Pháp. Chúng ta cần tích lũy thiện pháp từ bây giờ để nó có thể được vun bồi thêm nữa. Chúng ta có thể bắt đầu có ý định tha thứ cho những người khác, không xa lánh họ.

Tất cả chúng ta, những người trôi nổi trong vòng sinh tử luân hồi, đều có nhiều phiền não và vì thế, chúng ta cần vun bồi tất cả các hình thái thiện pháp khác nhau để phiền não có thể được tận diệt. Nếu ta chỉ đơn thuần nghĩ về việc phát triển thiện pháp, thiện pháp sẽ không đủ mạnh mẽ để là một duyên cho chân thành và trung thực, cho sự hành trì nhất quán với quyết tâm của chúng ta. Sự tích lũy các phẩm chất thiện lành là một duyên cho sự chân thật của thân và khẩu. Chúng ta cần tiếp tục tích lũy thiện pháp để không lơ là trong việc áp dụng, thực hành thiện pháp.

Rất khó biết được sự thật, kể cả trong các việc thế gian. Chẳng hạn, khi ta nghe tin qua các phương tiện truyền thông về một sự kiện xảy ra gần hay xa. Cái ta nghe đôi khi không đúng nhưng ta lại tưởng là sự thật. Sự hoang mang, phiền não của chúng ta khiến khó biết được điều gì là đúng.

Để biết các thực tại đúng như chúng là còn khó hơn sự thật của các chuyện thế gian. Chúng ta phải thấy được giá trị của chân thật, bao gồm cả sự chân thật với

chính mình. Ta cần vun bồi chân thật trong hành động, lời nói và suy nghĩ, kể cả với những chuyện tưởng như không quan trọng. Đó có nghĩa là sự chân thật trong lời nói, cũng vậy với các lời hứa hay cuộc hẹn. Ta có thể cho rằng những việc này không quan trọng. Ta cần nên biết loại tâm nào sinh khởi khi ta cảm thấy rằng với những việc không quan trọng thì ta không cần phải chân thật để hành xử đúng với lời nói và suy nghĩ của mình. Tâm của mỗi người rất phức hợp, và nếu không có trí tuệ đi kèm, sẽ không thể hiểu được rằng kể cả một mức độ bất thiện nhẹ sinh khởi cũng bị duyên bởi những tích lũy của ta. Phiền não đã được tích lũy không chỉ trong kiếp này, mà từ trong quá khứ. Cuộc sống hôm nay của chúng ta được hình thành bởi các kiếp quá khứ và sự tích lũy các phiền não sẽ tiếp tục từ kiếp này sang kiếp khác. Một người tích cực vun bồi trí tuệ không nên chỉ mong biết chân lý, mà cũng cần nỗ lực tận diệt phiền não để có thể chân thật trong hành động và lời nói. Người ấy cần phải bền bỉ và vững vàng trong sự vun bồi thiện pháp, trong đó bao gồm ba la mật sau: quyết định ba la mật.



## **Chương 8**

### **Quyết Định Ba La Mật**

Chú giải của *Hạnh Tạng* định nghĩa quyết định ba la mật như sau:

*“Quyết định có đặc tính quyết tâm về các pháp trợ đạo<sup>1</sup>; chức năng/phận sự của quyết định là vượt qua pháp đối nghịch của các pháp trợ đạo; biểu hiện/thành tựu của quyết định là không lay chuyển trong nhiệm vụ ấy; cận nhân của quyết định là các pháp trợ đạo”.*

Quyết định ba la mật, *aditṭhāna pāramī*, là quyết tâm kiên cố nhằm chứng ngộ Tứ Thánh Đế, dù có phải đi một chặng đường dài và cần một khoảng thời gian vô tận để đạt tới đích. Tuy nhiên, nếu ta vun bồi Đạo với lòng quyết tâm kiên cố, cuối cùng ta sẽ tới đích. Quyết định trong kiếp này có nghĩa là quyết định vun bồi mỗi loại thiện pháp với mục tiêu giác ngộ Tứ Thánh Đế. Chúng ta không nên trệch khỏi mục tiêu này qua việc

---

1. Chúng là mười ba la mật. Quyết định về các pháp trợ đạo có nghĩa là có quyết tâm kiên cố nhằm vun bồi mười ba la mật.

nhắm tới các đối tượng dễ chịu như lợi dưỡng, danh dự, tiếng thơm hay an lạc, hay đối tượng thị giác, âm thanh, mùi, vị và đối tượng xúc chạm. Khi ấy, ta chỉ tích lũy thêm dính mắc thay cho buông bỏ và xả ly.

Quyết định ba la mật sẽ dẫn tới xả ly khỏi tham ái vào đối tượng ngũ dục. Nếu chúng ta mê đắm các đối tượng ngũ dục, nếu chúng ta bị mê mờ bởi chúng và dính mắc vào chúng, ta sẽ lại mong có chúng tiếp, và không bao giờ thỏa mãn. Khi ấy ta sẽ không thiên về việc vun bồi ba la mật để tận diệt phiền não.

Nhiều loại tâm sinh và diệt: tâm thiện sinh khởi và ngay sau đó là bất thiện. Đôi khi chúng ta có quyết tâm cho thiện pháp, nhưng khi tâm bất thiện sinh khởi và khiến ta buông theo bất thiện, chúng ta dễ dàng từ bỏ thiện và theo đuổi bất thiện. Điều này chỉ ra rằng, ta cần quyết tâm vững vàng cho sự tận diệt phiền não.

Nếu ta muốn liễu ngộ Tứ Thánh Đế, ta cần thấy được lợi ích của việc không dao động trong vun bồi thiện pháp và từ bỏ phiền não. Nếu ta thiếu quyết định ba la mật, thiện pháp không thể phát triển.

Bây giờ tôi muốn nói về một kiếp sống của Đức Bồ tát trong đó Ngài đã vun bồi mức độ tối thượng nhất

của quyết định ba la mật, aditṭhāna paramatthapāramī.<sup>1</sup>

Chúng ta đọc trong *Chú giải Hạnh Tạng* (III.6, *Giới hạnh của Hiền trí Temiya*)<sup>2</sup> rằng Đức Phật kể về một trong những tiền kiếp của mình:

*“Khi ta là hoàng nam của vua Kāsi, ta được đặt tên là Mūga-Pakkha (có nghĩa là điếc và què), nhưng mọi người gọi ta là Temiya<sup>3</sup>. Cha và mẹ và những người khác gọi ta là Mūga-Pakkha vì họ cho rằng ta bị câm và què quặt. Là Đức Bồ tát sinh ra trong kiếp ấy, ta tạo niềm hân hoan và hạnh phúc lớn lao cho vua và các quần thần, và vì vậy ta được nhận tên gọi Temiya”.*

Như vậy, Ngài có hai tên, Temiya và Mūga-Pakkha, bởi những nguyên do khác nhau. Chúng ta đọc:

*“Trong kiếp ấy đức vua Kāsirājā trị vì xứ Vārānasi. Ngài có mười sáu ngàn cung tần mỹ nữ, nhưng không ai trong số họ hạ sinh công chúa hay hoàng tử. Các thần dân lo lắng, nói, ‘Đức vua của chúng ta không có hoàng nam để nối dõi’, và họ khẩn xin đức vua cầu tự. Tất cả những cung phi ấy thờ cúng mặt trăng, nhưng họ không có được con. Bấy giờ hoàng hậu Candādevī, con gái của vua Madda, sống một cuộc đời đức hạnh,*

1. Mười ba la mật cũng có thể được sắp xếp thành ba mươi: mười ba la mật bậc hạ, mười ba la mật bậc trung, mười ba la mật bậc thượng (paramatthapāramī).

2. Tiền thân Đức Phật số 538 - Mūgapakkha Jātaka.

3. Temiya có nghĩa là ướt. Vào ngày Ngài ra đời, một cơn mưa lớn đổ xuống làm ướt Ngài.

và vua xin nàng cũng cầu tự hoàng nam. Vào một ngày trăng tròn, nàng đã bắt quan trai giới, và khi suy niệm về cuộc đời đức hạnh của mình, nàng đã nói lên lời nguyện 'Nếu thực tôi chưa từng phạm giới, vì Lời Thề Sự Thật này, hãy để tôi sinh một hoàng nam.'

Khi ấy, Đức Bồ tát được thọ thai trong bụng của hoàng hậu Candādevī. Khi Bồ tát chào đời, cũng có năm trăm tiểu vương tử được sinh ra trong nhà các đại thần. Đức vua ban lệnh cho các vương tử này làm tùy tùng cho hoàng tử. Ngài ban năm trăm vú nuôi và năm trăm bộ trang phục vương giả cho năm trăm tiểu vương tử. Ngoài ra, Ngài cất cử sáu mươi tư vú nuôi chăm sóc Đức Bồ tát.

Khi tiểu hoàng tử được một tháng tuổi, người vú nuôi đưa Ngài tới gặp đức vua và đức vua bế hoàng tử vào lòng. Lúc bấy giờ bốn tên trộm được đưa tới trước mặt đức vua để bị tuyên án. Một trong số họ bị phạt chịu một ngàn roi quật bởi gây có gai nhọn, người thứ hai bị tù xích, người thứ ba bị chọc bằng thương và người thứ tư bị nhồi cọc. Khi Đức Bồ tát nghe bản án do cha mình tuyên, Ngài trở nên chán nản, bởi Ngài sợ phạm phải những hành vi trọng ác sẽ cho quả tái sinh nơi địa ngục.

Ngày hôm sau, vú nuôi đặt Ngài vào một chiếc giường được che bởi chiếc lọng trắng, và sau khi ngủ thiếp một giấc ngắn, Ngài tỉnh dậy và nhìn thấy lọng trắng. Ngài suy nghĩ, 'Từ đâu ta tới cung điện này?'. Hồi niệm các tiền kiếp, Ngài nhớ lại rằng mình từng



tới từ một cõi trời, và rồi, khi hồi niệm kiếp trước đó, Ngài nhớ lại rằng mình phải chịu đau khổ trong cõi địa ngục Ussada. Khi hồi niệm về kiếp sống trước kiếp đó, Ngài nhớ rằng mình đã là vua của chính thành phố này. Những tư duy sau đến với Ngài: 'Ta không cần vương quốc. Làm sao ta có thể thoát khỏi ngôi nhà của bọn trộm này?'

Khi ấy, vị thiên nữ ngự trong chiếc lọng trắng vốn là mẹ của Ngài trong một tiền kiếp đang tìm cách giúp Ngài, bà đã khuyên Ngài nên giả câm, què và điếc, như vậy Ngài có thể thoát việc trở thành vua.

Kể từ khi ấy, Đức Bồ tát giả bộ câm, què và điếc. Cha mẹ Ngài và các vú nuôi, khi xem xét cấu tạo cằm của người câm, cấu trúc tai của người điếc, chân và tay của người què thì thấy rằng những đặc tính ấy không có nơi Ngài. Họ nghĩ rằng hẳn có một lý do cho hành động của Ngài. Vì vậy, họ bắt đầu thử hoàng tử bằng cách không cho Ngài bú sữa cả một ngày. Mặc dầu đói, Ngài không kêu lên một tiếng nào để tỏ ý thèm sữa. Mẹ Ngài nghĩ, 'Thằng bé đói là rồi, các vú nuôi phải cho bú thôi', và nàng bảo các vú nuôi cho Ngài bú sữa. Họ thay nhau cho Ngài bú sữa trong cả một năm, nhưng không tìm ra được điểm yếu của Ngài.

Các vú nuôi nghĩ rằng thông thường trẻ em thích bánh ngọt, quà ngon, trái cây, đồ chơi và các loại đồ ăn đặc biệt khác nhau. Họ cho Ngài tất cả những thứ ấy để kiểm tra xem liệu Ngài có thực sự tàn tật không, nhưng qua năm năm thử nghiệm, họ không thể tìm ra

một điểm yếu nào. Sau đó, các vú nuôi nghĩ rằng trẻ nhỏ thường sợ lửa, sợ voi dữ, rắn, người khua gươm, và vì thế họ thử hoàng tử với những thứ ấy, nhưng Ngài không thấy có gì nguy hiểm trong đó.

Đức Bồ tát không lay chuyển trong quyết định của mình vì Ngài nghĩ tới hiểm họa của địa ngục. Ngài nghĩ, 'hiểm họa của địa ngục còn đáng sợ hơn, một trăm, một ngàn, hoặc cả trăm ngàn lần đáng sợ hơn'. Các vú nuôi thử thách Ngài bằng những cách này không tìm thấy bất cứ điểm yếu nào của Bồ tát. Họ nghĩ rằng trẻ em thường hay thích xem kịch câm và vì vậy, họ mời một đoàn kịch câm, mời những người chơi kèn ốc và trống để tạo ra những tiếng động điếc tai, nhưng họ không khiến Đức Bồ tát đổi tâm ý.

Họ thấp đèn trong bóng tối hay dùng lửa chói để làm sáng bóng tối. Họ bôi đầy mật lên người Ngài và để Ngài nằm ở một chỗ đầy ruồi. Họ không tắm cho Ngài và để mặc Ngài giữa phân và nước tiểu. Mọi người chế nhạo Ngài, họ nhạo báng và mắng mỏ Ngài, họ xa lánh Ngài vì Ngài nằm trong chính phân và nước tiểu của mình. Họ thấp chảo lửa nóng rất rồi đặt vào giường bên dưới Ngài, họ sử dụng nhiều mảnh khóc để thử Ngài, nhưng mặc tất cả những điều ấy, họ không thể làm hoàng tử đổi ý.

Các vú nuôi thử thách Ngài cho tới khi Ngài mười sáu tuổi. Họ suy xét, 'Khi trẻ mười sáu tuổi, bất kể chúng què, điếc và câm, chúng mê đắm những gì khả ái, hoặc chúng muốn thấy những thứ đáng thấy. Vậy

chúng ta sẽ cho các nữ nhân diễn kịch để quyến rũ hoàng tử.' Họ tắm Ngài trong nước thơm và phục sức cho Ngài như một thiên tử, họ rước Ngài tới một căn phòng hoàng gia đầy những món đồ khả lạ. Họ chất đầy phòng với hoa, phấn thơm và tràng hoa giống như nơi ở của các chư thiên. Họ để các nữ nhân duyên dáng như những tiên nữ Apassara chờ hoàng tử để quyến rũ Ngài và khiến Ngài say đắm họ. Tuy nhiên, Đức Bồ tát, trong trí tuệ toàn hảo của mình, đã ngừng thở vào và thở ra, hy vọng rằng những nữ nhân ấy sẽ không động vào thân mình.

Khi những người nữ nhân ấy không động được vào thân hoàng tử, họ nghĩ, 'Cậu bé này có tấm thân không cứng, như vậy, cậu ấy không phải là người, mà chắc là một dạ xoa.' Rồi họ bỏ đi.

Cha mẹ Ngài không làm cho Ngài đổi ý được, mặc dầu đã thử thách Ngài trong mười sáu năm trời với những bài thử lớn bài thử nhỏ. Họ cầu xin Ngài đổi tâm ý nhiều lần, nói, 'Hoàng tử Temiya, con yêu, cha mẹ biết rằng con không bị cám, bởi miệng con, tai và chân con không giống như của một người bị cám, điếc và què. Con là người con trai mà cha mẹ mong đợi. Đừng hủy hoại chúng ta bây giờ, hãy giúp chúng ta thoát khỏi lời chê trách của tất cả các vị vua xứ Diêm Phù'. Mặc dầu họ khẩn nài như vậy, cậu bé giả bộ không nghe được họ.

Sau đó, nhà vua triệu tập các thầy bói, họ nói rằng chân v.v của hoàng tử không giống của người bị què.

Họ nói, ‘cậu bé này không què, câm và điếc. Nhưng cậu ấy là người mang điềm gở. Nếu một người như vậy ở lại trong cung điện, có ba mối hiểm họa đón chờ: tới mạng sống của Ngài, tới vương quyền của Ngài và tới hoàng hậu. Nhưng khi hoàng tử mới sinh, chúng tôi không muốn làm đức vua đau buồn nên vì thế mới nói rằng hoàng tử có những hảo tướng.’

Đức vua sợ hãi bởi những hiểm họa này nên đã ra lệnh cho đặt cậu bé vào một chiếc xe đen đũi, đưa ra khỏi thành bằng cổng sau và chôn cậu trong một nghĩa địa. Khi Đức Bồ tát nghe vậy, Ngài vô cùng hoan hỷ và nghĩ, ‘Điều ta mong đợi từ lâu nay đã thành tựu’

Khi hoàng hậu Candādevī biết được rằng nhà vua đã ra lệnh chôn hoàng tử, bà tới thăm vua và xin Ngài một ân huệ là ban vương quốc cho hoàng tử.

Đức vua nói, ‘Con trai nàng mang điềm gở, ta không thể cho nó vương quốc.’

Sau đó, hoàng hậu nói, ‘Nếu đức vua không ban vương quốc cho nó cả đời, hãy ban cho nó trong bảy năm.’

Đức vua nói, ‘Ta không thể làm vậy.’

Hoàng hậu Candādevī khẩn cầu Ngài suốt đêm, ‘Ôi Temiya, ta đã không ngủ trong mười sáu năm, ta đã khóc vì con, con ta, đến nỗi mắt trũng xuống và trái tim xuyên thấu bởi sầu não. Ta biết rằng con không què, điếc và câm, đừng làm ta tan nát.’

Hoàng hậu khẩn cầu hoàng tử ngày này sau ngày

khác trong năm ngày. Tới ngày thứ sáu, đức vua triệu người đánh xe Sunanda tới và nói: 'Sáng sớm mai, người phải đem thừng bé đi trong một chiếc xe đen dài, và chôn nó ở nghĩa địa, sau đó lấp kỹ bằng đất và quay về đây.'

Khi hoàng hậu nghe vậy, nàng nói với con trai: 'Con trai ta, vua Kāsi đã ra lệnh chôn con ở nghĩa địa ngày mai. Ngày mai con sẽ chết.' Khi Đức Bồ tát nghe thế, Ngài rất hoan hỷ rằng mười sáu năm nhọc công của Ngài đã gần chấm dứt. Nhưng trái tim của mẹ Ngài thì như bị búa bổ.

Cuối đêm ấy, vào lúc rạng sáng, người đánh xe cột xe và để ở cổng thành. Ông ta tới chỗ hoàng hậu Candādevī và nói, 'Tâu Hoàng hậu, bà đừng giận con. Con chỉ tuân theo mệnh lệnh của đức vua mà thôi.' Rồi ông ta đưa hoàng tử đi xuống khỏi cung điện. Hoàng hậu khóc lớn tiếng và sụp xuống. Khi ấy Đức Bồ tát nhìn mẹ và nghĩ, 'nếu ta không cất lời, mẹ sẽ chết vì buồn đau, vậy ta muốn lên tiếng.' Nhưng Ngài kiềm chế với ý nghĩ, 'nếu ta lên tiếng, bao công sức của mười sáu năm sẽ uổng phí. Còn nếu ta không nói gì, sẽ lợi lạc cho bản thân ta và cả cha mẹ.' Rồi người đánh xe nhắc Ngài vào trong xe, chiếc xe đi một quãng đường dài ba lý, tới đoạn cuối của khu rừng mà ông ta thấy giống như nghĩa địa. Ông ta nghĩ đó là nơi thích hợp và quay xe, dừng lại bên đường. Ông ta gỡ các phụ trang của Đức Bồ tát và đặt chúng xuống. Sau đó, ông bắt đầu cầm cuốc và đào một cái hố không xa đó.

Khi người đánh xe Sunanda đang đò hỏ, Đức Bồ tát nghĩ, ‘Đây là thời điểm để ta nỗ lực.’ Ngài đứng dậy, xoa tay và chân, và thấy rằng mình vẫn có sức lực. Ngài nghĩ rằng mình sẽ xuống khỏi xe được, và đã làm vậy. Ngài đi đi lại lại vài lần và nghĩ rằng mình có đủ sức để đi cả hàng trăm lý. Ngài nắm thử phần sau của chiếc xe và nhắc lên như thể đó là một món đồ chơi của trẻ em. Ngài suy nghĩ, ‘Nếu người đánh xe muốn hại ta, ta vẫn đủ sức để tự vệ.’...”

Sau đó ta đọc rằng Đức Bồ tát đã thuyết Pháp cho người đánh xe, nói:

*“Người phụ thuộc vào ta, hoàng nam của đức vua. Nếu người chôn ta trong rừng, người sẽ phạm một ác nghiệp. Một người ngồi hay nằm dưới bóng một cây xanh sẽ không chặt cành. Bởi một người hại bạn mình là người ác. Đức vua như cây xanh, ta như cành cây, còn người, người đánh xe, như kẻ lữ hành ngồi dưới bóng cây. Nếu người chôn ta trong rừng, người sẽ phạm một ác nghiệp”.*

Chúng ta đọc tiếp rằng khi người đánh xe nghe vậy, ông ta cầu xin Đức Bồ tát quay về, bởi ông ta biết Ngài không bị cảm. Đức Bồ tát giải thích lý do vì sao Ngài không muốn quay về, và Ngài đã nói về ý định trở thành một ân sĩ của mình. Ngài giảng về những kiếp trước, và về nỗi sợ hiểm họa của địa ngục. Khi người đánh xe đã nghe Đức Bồ tát thuyết Pháp, ông ta muốn

áp dụng ngay và cũng trở thành một ẩn sĩ. Về việc đó Đức Bồ tát nói:

*“Này người đánh xe, hãy đánh xe về và trở lại sau khi người đã trả hết nợ, bởi vì một người ẩn sĩ không được nợ nần, đây là lời huấn thị của mọi ẩn sĩ”.*

Sau đó Ngài trả người đánh xe về lại cho đức vua. Người đánh xe đánh xe về cùng các phục trang, tới diện kiến vua và tâu lại cho Ngài về những gì đã xảy ra. Đức vua rời thành cùng tứ quân, các vú nuôi, thần dân nông thôn và thành thị để tới gặp Đức Bồ tát.

Đức Bồ tát trở thành một ẩn sĩ và ngồi trên một tấm tọa cụ làm bằng cành cây. Ngài đã đắc bát thiên và ngũ thông. Ngài ngồi trong một túp lều với niềm hân hoan lớn lao về sa môn hạnh.

Đức vua Kāsi tới gặp Đức Bồ tát và khích lệ Ngài trị vì vương quốc. Hoàng tử Temiya khước từ. Ngài giảng Pháp cho đức vua theo nhiều cách khác nhau, và đó là duyên để đức vua sinh khởi trạng thái khẩn cấp tu niệm và thấy được sự vô thường cùng hiểm họa của ngũ dục. Ngài thấy được lợi lạc của sự xa lìa ngũ dục và trở thành một ẩn sĩ, cùng với hoàng hậu Candādevī và nhiều cung phi. Hết kiếp đó họ cùng tái sinh ở cõi Phạm Thiên.

Cuối câu chuyện này, Đức Phật nói rằng vị thiên nữ ngự trong chiếc lọng trắng khi ấy chính là Uppalavaṇṇā, rằng người đánh xe là Trưởng lão Sāriputta, cha mẹ là hoàng gia, quần thần là các Phật tử, còn Hiền trí Temiya chính là Đức Phật, người bảo hộ cho thế giới.

Quyết định ba la mật của Đức Bồ tát ở mức độ tối thượng trong kiếp ấy chính là “*adiṭṭhāna paramattha pāramī*”.

Quyết định ba la mật là quyết định vững vàng vì thiện pháp với mục tiêu vun bồi trí tuệ và tận diệt phiền não. Tuy nhiên, ta có thể chưa tích lũy ba la mật này một cách đầy đủ. Ta có thể thấy rằng thiện pháp là lợi lạc, rằng nó cần được vun bồi và tích lũy, và rằng quyết tâm vì thiện pháp của ta cần mạnh mẽ hơn. Nhưng thật khó để kiên định trong quyết tâm của mình, bởi chúng ta đã tích lũy bất thiện thật nhiều. Bất thiện là một duyên tạo nên sự thiếu nhất quán và kiên định trong quyết tâm vun bồi thiện pháp.

Một người đã tìm hiểu Giáo Pháp suy niệm về vòng sinh tử luân hồi và về mức độ phiền não của mình; anh ta mong chấm dứt vòng sinh tử luân hồi. Tuy nhiên khao khát chấm dứt luân hồi không phải là một với lòng kiên định trong quyết tâm vun bồi trí tuệ. Người này chưa quan tâm đến việc phát triển Tứ niệm xứ, mặc dầu



anh ta cần nghe Pháp và thấy được lợi ích của Tứ niệm xứ. Anh ta không kiên định trong quyết tâm nghe Pháp và vun bồi trí tuệ; anh ta không có duyên cho quyết định ba la mật.

Ta không nên lơ là trong quyết tâm vun bồi thiện pháp của mình. Ngày này qua ngày khác, chúng ta mê đắm các đối tượng xuất hiện qua mắt, tai, mũi, lưỡi, và thân, và chúng ta bị cuốn vào những suy nghĩ về các đối tượng được kinh nghiệm. Nếu chúng ta thường nghe Pháp, ta tích lũy thiên hướng quán xét về Pháp thay cho nghĩ về những thứ vô bổ. Kể cả khi không phải lúc nào cũng có thời gian để nghe Pháp, chúng ta vẫn có thể suy niệm về Pháp và điều này chỉ cho ta thấy sức mạnh của những thiên hướng đã tích lũy. Nó nhắc nhở ta không nên lơ là với quyết định ba la mật

Giáo Pháp mà Đức Phật đã thuyết giảng mang lại lợi ích thật lớn lao cho tất cả chúng ta. Chúng ta cần suy niệm về Giáo Pháp một cách tỉ mỉ. Nếu ta mong vun bồi trí tuệ và tất cả các hình thái thiện pháp khác, chúng ta không nên lơ là việc biết và hiểu những bất thiện riêng của mình. Nếu không, chúng ta không thể tích lũy các ba la mật quyết định và chân thật.

Nếu ta thấy được hiểm họa và bất lợi của bất thiện, nó có thể làm duyên cho quyết tâm kiên định để vun

bồi thiện pháp với mục tiêu tận diệt phiền não, và đó là quyết định ba la mật. Nếu một người không biết đúng bản chất của mình và tưởng rằng mình cao thượng hơn người khác, anh ta đang dính mắc vào những phẩm chất mà anh ta tưởng nhầm là có. Chúng ta đầy rẫy mọi loại bất thiện, dù đang ăn uống, hưởng thụ hay làm những công việc của cuộc sống hàng ngày. Nếu ta không tự biết đúng như mình thực là và tưởng mình là người chân chánh không cần vun bồi thêm thiện pháp, ta không nhận ra rằng mình đang bị bất thiện dẫn dắt.

Khi vun bồi quyết định ba la mật, ta sẽ kiên định trong quyết tâm vun bồi trí tuệ bằng việc nghiên cứu và thực hành Pháp với mục tiêu tận diệt mọi phiền não. Chúng ta cũng cần chân thật ba la mật, và điều này có nghĩa là ta cần chân thành và thẳng thắn trong quyết tâm của mình. Nếu không vun bồi chân thật ba la mật, chúng ta sẽ chao đảo và bị bất thiện đánh bại. Có thể thấy rằng ta cần có một hiểu biết chi tiết và tinh tế về các tâm khác nhau của mình để vun bồi thiện pháp. Chúng ta không nên lơ là việc ấy.

Chúng ta đọc trong *Chú giải Hạnh Tạng* về bốn pháp nền móng, *adhittana dhamma*, tức là những pháp là cơ sở cho mọi ba la mật. Những pháp này là: chân thật, xả ly, an tịnh và trí tuệ.

Pháp nền móng chân thật là sự kiên định trong chân thật. Chúng ta có thể tự kiểm chứng xem mình ổn định trong trung thực và chân thành tới mức độ nào. Ta có thể nhận ra rằng mình không kiên định trong chân thật. Ta cần có hiểu biết tinh tế hơn về bản thân và thấy tính bất lợi của những lời nói và hành động không chân thật. Kể cả với những chuyện vặt vãnh, ta cũng nên biết khi mình rời xa sự thật. Ở những khoảnh khắc ấy, ta bị chế ngự bởi sức mạnh của những phiền não đã tích lũy.

Nếu suy xét và nhận ra bất thiện của mình, ta có thể thấy hiểm họa của những bất thiện đã tích lũy, những thứ làm duyên cho hành vi bất thiện. Chúng ta có thể thấy bất lợi của việc thiếu chân thật và vì vậy nên kiên định hơn trong chân thật. Một người không có phiền não sẽ không nói dối và hành động của người ấy sẽ nhất quán với lời nói và suy nghĩ của mình. Chân thật thấm nhuần trong người ấy một cách vững vàng. Một người không kiên định trong chân thật thì không hành động nhất quán với lời nói của mình, bởi sức mạnh của phiền não.

Một số người cho rằng không cần thiết phải đúng hẹn. Ở đây ta thấy rằng tích lũy bất thiện pháp khiến chúng ta không chân thật trong việc giữ lời hứa. Khi mọi người không thấy tầm quan trọng của việc trung

thực trong lời nói, đó là một duyên để không tìm kiếm sự thật, thứ cũng bao hàm sự thật của các bậc thánh. Về việc giữ giới nói lời chân thật, kể cả trẻ em cũng nhận ra khi ai đó hành động không đúng với lời nói. Khi chúng lớn lên, chúng càng ghê sợ những lời hay ho dối trá, những lời nói không chân thật, những lời nói không phải của các bậc thánh.

Khi một người giữ được sự chân thật trong lời nói, lời nói không xa rời sự thật, người ấy sẽ tiếp tục kiên định trong mọi mặt, kể cả khi mạng sống bị đe dọa. Đây là sự kiên định trong chân thật, *saccadiṭṭhāna*. Chân thật cần thấm nhuần vững vàng để chúng ta có thể đạt được tới bờ bên kia, tức là Niết bàn.

Pháp nền móng thứ hai là kiên định trong xả ly, *cāga*, là sự xả ly các phiền não. Xả ly không chỉ là cho đi vật chất vì lợi ích và hạnh phúc của những người khác, chẳng hạn như bố thí. Nó còn là sự xả ly các phiền não, và điều ấy lợi lạc cho bản thân. Khi chúng ta bố thí vật chất cho những người khác, ta cũng cần tác ý xả bỏ phiền não của mình. Chúng ta cần suy xét xem liệu hành động và lời nói của mình có được thúc đẩy bởi tâm thiện, chúng ta không nên bố thí với mong đợi nhận được sự đền đáp. Tham ái (*lobha*) là đối nghịch, là kẻ thù của mọi ba la mật. Khi có tham, khi ta mong đạt

được cái gì đó, hay khi mong đợi sự đền đáp từ việc làm tốt của mình, điều ấy đối lập với vun bồi ba la mật. Vì vậy, chúng ta chỉ nên bố thí theo cách để sự kiên định trong xả ly phiền não của ta có thể lớn mạnh. Khi bố thí, ta không nên mong đợi đáp trả, và hơn nữa, ta không nên cho việc bố thí là tẻ nhạt, chúng ta không nên bố thí mà không hoan hỷ và với tâm quảng đại, chúng ta nên bố thí hết lòng. Chúng ta cần có hiểu biết tinh tế và tỉ mỉ về tâm mình, nếu không phiền não sẽ không thể được tận diệt. Khi chúng ta thấy sự quảng đại của một người khác, ta có thể tùy hỷ với việc làm của người ấy. Ta cần nhớ rằng tha thứ là một loại bố thí, bởi lẽ ta mong muốn một người khác được thoát khỏi ác cảm hay hiểm nguy. Như vậy, bố thí không chỉ là cho đi của cải vật chất. Có thể có tâm thanh tịnh khi ta tác ý hỗ trợ người khác bằng bố thí cúng dường và giúp người ấy thoát khỏi tổn hại. Ở những thời điểm như vậy, ta có thể tùy hỷ với việc bố thí và đồng thời từ bỏ phiền não của mình.

Ta đọc trong *Chú giải Hạnh Tạng* rằng Đức Bồ tát cần có mong ước, khát vọng mạnh mẽ để trở thành Đức Phật Chánh đẳng Chánh giác. Chúng ta đọc trong *Tiểu Bộ Kinh*:

“Nhiệt tâm mãnh liệt (chandata): nhiệt tâm thiện lành, mong mỗi thành tựu. Người có những phẩm chất

nói trên phải có khát vọng, mong mỏi, và nguyện ước hành trì các phẩm hạnh đưa đến Phật quả. Chỉ khi ấy ước nguyện của người ấy mới thành tựu, nếu không thì không thể”.

Ân dụ sau đây minh họa tầm mức của khát vọng cần có:

*“Nếu vị ấy nghe rằng: ‘Vị Bồ-tát muốn thành tựu ước nguyện thành bậc Chánh giác, dù khắp thế gian này toàn là nước, vị ấy phải vượt qua đó bằng chính cánh tay của mình để sang bờ bên kia’. Vị ấy không cho rằng điều ấy là khó, mà còn tràn đầy mong muốn làm được điều đó với ý chí mạnh mẽ, không bị lung lay. Nếu vị ấy nghe rằng: ‘Vị Bồ-tát muốn thành tựu ước nguyện thành bậc Chánh giác, là người dù phải đi khắp thế gian, toàn là lửa than hồng nóng rực bằng chính đôi chân trần, để đến bờ bên kia’. Vị ấy không cho rằng điều ấy là khó, mà còn tràn đầy mong muốn làm được điều đó với ý chí mạnh mẽ, không bị lung lay”.*

Vị ấy không bị nhụt chí, vị ấy không tỏ một chút khó khăn nào khi nghe: “Vị Bồ-tát muốn thành tựu ước nguyện thành bậc Chánh giác, dù khắp thế gian này toàn là nước, vị ấy phải vượt qua đó bằng chính cánh tay của mình”. Ngài tràn ngập hoan hỷ và quyết tâm đạt Phật quả. Chúng ta đọc:

*“Nếu vị ấy nghe rằng: ‘Vị Bồ-tát muốn thành tựu*

ước nguyện thành bậc Chánh giác, là người phải đi khắp thế gian này, nơi đã trở thành một khu rừng với những dây leo đầy gai, với bụi cây tre cứng, để vượt qua bờ bên kia'. Vị ấy không cho rằng điều ấy là khó, mà còn tràn đầy mong muốn làm được điều đó với ý chí mạnh mẽ, không bị lung lay.

Nếu vị ấy nghe rằng: 'Vị Bồ-tát muốn thành tựu ước nguyện thành bậc Chánh giác, là người phải chịu hành hình trong địa ngục suốt bốn A-tăng-kỳ kiếp và 100.000 kiếp trái đất'. Vị ấy không cho rằng điều ấy là khó, mà còn tràn đầy mong muốn làm được điều đó với ý chí mạnh mẽ, không bị lung lay. Đó là tâm mức cần có của khát vọng".

Đức Bồ tát đã nghĩ rằng mình có thể đạt tới điều ấy, nhưng sự quyết tâm của Ngài chưa đủ mạnh; Ngài cần tiếp tục tích lũy trí tuệ sâu sắc và tinh tế để các phẩm chất cao thượng của Ngài có thể đạt tới độ hoàn mãn. Khi Ngài tới gặp Đức Phật Chánh Đẳng Giác và các phẩm chất của Ngài đã viên mãn tới độ có thể phát nguyện đạt Phật quả, Ngài bắt đầu phát nguyện về tích lũy ba la mật.

Chúng ta có thể thấy rằng thật vô cùng khó để có thể tích lũy các ba la mật đưa tới sự giác ngộ trí tuệ tối thượng của Đức Phật. Khi Ngài xuyên thấu sự thật về các pháp sinh diệt trong khoảnh khắc hiện tại, Ngài đã tận diệt hoàn toàn phiền não và thành tựu Chánh Đẳng Giác.

Người có ước nguyện tối thượng trở thành Đức Phật Chánh Đẳng Giác cần có tám điều kiện: phải là người, phải là người nam, phải có nhân (hetu), phải gặp được bậc Đạo sư (một vị Phật Chánh Đẳng Giác), phải là người xuất gia, phải đắc pháp thượng nhân (ở đây không đề cập tới pháp siêu thế - chú thích của Vietnam Dhamma Home), phải có tâm tín thành tột đỉnh, phải có nhiệt tâm mãnh liệt (chandata).

Về điều kiện đầu tiên, phải là người, đây là điều kiện cần thiết cho sự thành tựu ước nguyện của Ngài.

Về điều kiện thứ hai, phải là người nam; người nữ không thể trở thành một vị Phật.

Về điều kiện thứ ba, phải có nhân, và điều này có nghĩa là trong kiếp Ngài phát nguyện Chánh Đẳng Giác, Ngài phải có những thường cận y duyên.<sup>1</sup>

Về điều kiện thứ tư, gặp được bậc Đạo sư, Ngài cần sự hiện diện của một bậc Chánh Đẳng Giác. Ước nguyện của Ngài chỉ thành tựu khi được phát ra trong sự hiện diện của một Đức Phật sống, không phải sau khi Ngài đã tịch diệt. Ước nguyện của Ngài sẽ không

---

1. Theo một số tài liệu, các thường cận y duyên này là nhân trí tuệ đủ mạnh để có thể làm duyên cho đạo quả A La Hán trong kiếp hiện tại (Chú thích của Vietnam Dhamma Home).



thành tựu khi được phát ra ở dưới cội bồ đề, trước bảo tháp, trước tượng Phật, trong sự hiện diện của một vị Phật độc giác hay các Thanh văn đệ tử của Đức Phật. Phát nguyện chỉ thành tựu khi nó được phát ra trong sự hiện diện của một Đức Phật Chánh Đẳng Giác. Chừng nào Ngài còn chưa trực tiếp diện kiến một vị Phật, năng lực cần có để thọ ký cho tâm nguyện của Ngài vẫn còn thiếu.

Về điều kiện thứ năm, phải là người xuất gia, Ngài phải là người đã xuất gia, là một ẩn sĩ hay một tỳ kheo tin vào nghiệp và quả của nghiệp. Phát nguyện của Ngài sẽ không thành tựu khi là một cư sĩ. Ở thời điểm Ngài phát nguyện trở thành một Đức Phật Chánh Đẳng Giác, Ngài phải trong địa vị xuất gia, bởi quyết tâm của một vị tỳ kheo mãnh liệt hơn nơi người cư sĩ.

Về điều kiện thứ sáu, phải đắc pháp thượng nhân, chúng ta đọc trong Chú giải cho Hạnh Tạng như sau:

*“Đắc pháp thượng nhân (gunasampatti): là sự chứng đắc các pháp thượng nhân như là thắng trí (abhiññā) v.v. Bởi ước nguyện sẽ chỉ thành tựu khi được phát ra bởi một người đã xuất gia và chứng được bát thiên và ngũ thông; nó sẽ không thể thành tựu nếu thiếu những chứng đắc này. Vì sao?”*

*Bởi người không có những chứng đắc ấy sẽ không thể thẩm sát các ba la mật. Chính bởi có các thường*

*cận y duyên và thắng trí mà sau khi đã phát nguyện, bậc vĩ nhân có thể tự mình thâm sát về các ba la mật”.*

Về điều kiện thứ bảy, tâm nguyện tột đỉnh, chúng ta đọc:

*“Tâm nguyện tột đỉnh (adhikāra): tín thành tột đỉnh. Phát nguyện chỉ có thể thành tựu với người có những phẩm chất đã nói trên và ở thời điểm ấy có lòng tín thành mãnh liệt với các vị Phật tới mức sẵn sàng xả ly cả mạng sống của mình cho các Ngài”.*

Trong kiếp sống của Bồ tát là ân sĩ Sumedha, mọi người dọn đường cho Đức Phật Dīpaṅkara, nhưng vì họ chưa sẵn sàng, Sumedha đã lao mình xuống đất để Đức Phật có thể bước lên người mình thay cho đi trong bùn đất.

Về điều kiện thứ tám, ta đọc:

*“Nhiệt tâm mãnh liệt (chandatā): nhiệt tâm thiện lành, mong mỗi thành tựu. Người có những phẩm chất đã nói trên phải có khát vọng, mong mỗi, nguyện ước thực hành các phẩm hạnh đưa đến Phật quả. Chỉ khi ấy ước nguyện của người ấy mới thành tựu, nếu không thì không thể”.*

Điều này cho chúng ta thấy được tâm đại bi của Đức Phật. Nhờ tâm đại bi của Ngài mà chúng ta vẫn còn cơ hội nghe Pháp hôm nay. Chúng ta đọc tiếp về ước

nguyện của Đức Bồ tát người hội đủ tám điều kiện này:

*“Đặc tính của nó là quyết tâm chân chánh đạt giác ngộ tối thượng.*

*Chức năng của nó là mong mỏi, ‘Ôi, nguyện cho ta giác ngộ Chánh Đẳng Giác, và đưa tới an lạc hạnh phúc cho mọi chúng sinh.’ Biểu hiện của nó là nhân duyên căn bản cho các pháp trợ đạo. Cận nhân của nó là tâm đại bi, hay sự thành tựu của các thường cận y duyên. Vì đối tượng của nó là lãnh địa bất khả tư lường của các chư Phật và sự an lạc của toàn bộ vô lượng chúng sinh, nó phải được coi là phước lành cao thượng, tuyệt hảo và vĩ đại nhất, chứa chất năng lực vô lượng, nhân duyên căn bản của mọi phẩm hạnh đưa tới Phật quả. Khi nó khởi sinh cũng là lúc bậc vĩ nhân bước vào hành trì của cỗ xe đại giác, mahābodhiyānapaṭipatti. Chặng đường của Ngài đã được xác định, không thể quay ngược, và vì thế xứng đáng được nhận danh hiệu ‘Bồ tát’ (bodhisattva). Tâm của Ngài được hiến dâng trọn vẹn cho sự giác ngộ toàn hảo, và năng lực thành tựu sự vun bồi các pháp trợ đạo đã được xác định”.*

Ở đây ta thấy tâm đại bi của Đức Phật dành cho tất cả chúng ta. Chúng ta không cần hoàn tất những nhiệm vụ khó khăn, so với những gì trong kinh điển về vượt qua thế giới nóng bỏng cực điểm, hay rừng rậm đầy gai; chúng ta không cần tích lũy các ba la mật trong khoảng thời gian nhiều như một a tăng kỳ kiếp và một trăm ngàn đại kiếp. Đức Phật, người có những phẩm hạnh

tuyệt hảo vô song, trái lòng bi mẫn của Ngài tới chúng ta. Ngài đã trở thành một Đức Phật Chánh Đẳng Giác để chúng ta có thể hưởng lợi lạc từ Giáo Pháp mà Ngài đã thuyết giảng cho tất cả mọi người. Ngài dạy Giáo Pháp cho chúng ta, chúng ta có thể suy xét và thẩm định nó, và đó là duyên cho trí tuệ sinh khởi đưa tới sự tận diệt mọi phiền não và chứng ngộ Tứ Thánh Đế.

Khi chúng ta thấy lợi ích lớn lao của Giáo Pháp mà Đức Phật đã dạy do lòng từ bi vô lượng của Ngài, chúng ta trở nên khiêm nhường và cung kính. Chúng ta trở thành những người “dễ dạy”, tức là mở lòng với Giáo Pháp, và bằng cách ấy phiền não có thể dần được đoạn diệt.

Pháp nền móng xả ly chỉ sự xả ly các phiền não, nó chỉ tới giới, tới hành xử của ta qua thân và khẩu trong cuộc sống hàng ngày. Chúng ta cần thẩm định xem liệu ta đã tận diệt một số những hành vi sai trái của mình qua thân và khẩu hay chưa, mặc dầu đã được nghe Pháp.

Từ bỏ phiền não trong hành xử của mình là một duyên cho cẩn mực trong hành động và lời nói. Chúng ta có thể nhận thấy điều này nơi người có phong thái dễ mến, nhẹ nhàng và không biểu lộ sân hận; anh ta không khiến người khác bất an bởi vẻ mặt dữ tợn và phong thái cục cằn.

Cẩn mực trong hành xử cần được áp dụng trong cuộc sống hàng ngày. Khi tâm thiện sinh khởi, hành vi của chúng ta thay đổi. Cẩn mực trong lời nói có nghĩa là phải từ bỏ tà ngữ. Một số người thẳng thắn, nhưng điều ấy không có nghĩa là họ nên nói những lời khó nghe hay thiếu cẩn trọng. Khi họ vun bồi thiện nghiệp “chân chính tri kiến”, họ có chánh kiến biết được khi nào có bất thiện cần phải từ bỏ. “Chân chính tri kiến” có thể được tích lũy và trở thành bản chất của ta.

Nếu ta muốn xả ly phiền não, nếu ta muốn có sự kiên định trong xả ly với giới - hành xử của chúng ta qua thân và khẩu, chúng ta cần phòng hộ các căn mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, và ý trong cuộc sống hàng ngày. Khi tâm bất thiện sinh khởi, ngũ môn và ý môn không được phòng hộ, còn khi tâm thiện sinh khởi, chúng được phòng hộ. Khi căn mắt không được phòng hộ cẩn thận, nó sẽ cho kết quả là thấy sai và hiểu sai, và vì thế sẽ có thêm rắc rối và khó chịu trong cuộc sống của chúng ta. Chúng ta cũng có thể thấy trong cuộc sống hàng ngày hậu quả của việc không cẩn trọng với căn tai. Chúng ta không thể tránh thường xuyên nghe những lời vô nghĩa, nhưng khi ta cẩn trọng với căn tai, ta không chú ý tới những lời ấy. Ta cần tự biết khi chánh niệm - tỉnh giác sinh khởi và có sự cẩn trọng hoặc khi không có sự cẩn trọng.

Cũng cần có sự cẩn trọng với căn mũi. Khi ấy ta không mê đắm với những mùi hấp dẫn, ta không dính mắc vào chúng, hay cố kinh nghiệm chúng, và không bị chúng chi phối. Một số người dính mắc vào hương thơm của hoa và luôn cố có thêm kinh nghiệm về những mùi ấy, điều ấy dẫn đến tai họa. Khi ta đã vun bồi sự cẩn trọng với các căn, mọi bất an sẽ dần suy giảm.

Khi ta cẩn trọng với thân, ta sẽ không xen ngang, giễu cợt, chế nhạo những người khác và bắt cẩn trọng hành xử, ta sẽ không lạm dụng hay hãm hại người khác.

Khi ta cẩn trọng với tâm, ta không lo lắng và bận bịu, ta không nghĩ tới những thứ làm ta đau khổ. Một số người có vẻ ngoài hạnh phúc, nhưng thực chất luôn lo lắng. Nếu họ biết rằng ở những lúc như vậy có tâm bất thiện, họ sẽ không buông theo lo lắng và làm cho mình đau khổ. Họ sẽ không nghĩ tới những chuyện sẽ làm mình tức giận với những người khác, khiến mình ghen ty hay ngã mạn. Nếu họ có thể coi mình như miếng vải lau chùi<sup>1</sup>, họ sẽ có thể phòng hộ các căn mắt, tai, mũi,

---

1. Chúng ta đọc trong Tăng Chi Bộ Kinh Chương Chín Pháp, Phẩm II Tiếng Rống Con Sư Tử, I, Sau Khi An Cư, rằng một vị tỳ kheo vu oan Ngài Sāriputta, nhưng Ngài không sân hận. Ngài so mình với một tấm vải lau chùi có thể chùi bất cứ thứ gì, sạch sẽ hay như nhúa, nhưng không bị ghê tởm. Ngài nói với Đức Phật: “Cũng vậy, bạch Thế Tôn, con an trú với tâm như miếng vải lau chùi, rộng rãi, rộng lớn, vô lượng, không hận, không sân...”

lười, và thân, và họ sẽ có thể từ bỏ phiền não. Đó là kiên định trong xả ly.

Nếu ta cho đi vì lợi ích và hạnh phúc của người khác nhưng dễ duôi với phiền não của mình, quyết tâm tận diệt phiền não vẫn chưa đủ vững vàng. Nếu không có bốn pháp nền móng là quyết định, chân thật, xả ly, an tịnh và trí tuệ, chúng ta không thể đạt tới bờ bên kia.

Nếu một người thấy được lợi ích của kiên định trong xả ly, *cāgadiṭṭhāna* - sự đoạn tận phiền não, anh ta cũng có kiên định trong an tịnh, *upasamadiṭṭhāna*; an tịnh là ly bất thiện pháp. Chúng ta chìm đắm và bị chi phối bởi đối tượng thị giác, âm thanh, mùi, vị và đối tượng xúc chạm. An tịnh thực sự là tự do khỏi sự mê đắm với các đối tượng ngũ dục. Chúng ta cũng cần vun bồi ba la mật xuất gia, *nekkhamma pāramī*, để có thể đạt tới tự do ấy. Kể cả một cư sĩ Phật tử cũng có thể dần từ bỏ sự dính mắc vào đối tượng ngũ dục và đời sống hôn nhân. Anh ta có thể là một cư sĩ độc thân vì thấy hiểm họa của các mối ràng buộc mạnh mẽ của đời sống gia đình, giống như một gánh nặng. Như vậy, thấy lợi ích của xuất gia tạo duyên cho kiên định trong an tịnh.

Khi một người an trú vững vàng trong pháp nền móng an tịnh, nó được tạo duyên bởi pháp nền móng trí tuệ. *Paññādiṭṭhāna* là pháp nền móng thứ tư. Trí tuệ có

thể được tích lũy bằng việc nghe Pháp, suy xét về Pháp và kiểm tra ý nghĩa qua việc đặt các câu hỏi. Bằng cách ấy, ta có thể kiểm chứng đâu là thiện, đâu là bất thiện, đâu là sai, đâu là đúng, và chúng ta có thể hiểu nghiệp và quả của nghiệp là gì. Khi chúng ta nghe Pháp, chúng ta có thể thẩm định bản chất của các thực tại là nhân và các thực tại là quả.

Chúng ta nên tận dụng mọi cơ hội để nghe Pháp trong kiếp sống này. Một số người có thể lo là việc nghe Pháp, và anh ta có thể nghĩ rằng chỉ cần nghe một hay vài lần là có thể thoát khỏi vòng luân hồi sinh tử. Khi ấy lòng quyết tâm của anh ta chưa đủ vững vàng. Anh ta cần vun bồi pháp nền móng trí tuệ thêm nữa, và bằng cách ấy quyết định ba la mật sẽ hoàn mãn hơn. Quyết định ba la mật là một duyên chính yếu cho trí tuệ ba la mật dẫn tới sự chứng đạt bờ bên kia, tức là sự chứng ngộ Niết bàn.



## **Chương 9**

### **Tâm từ Ba la mật**

Chú giải *Hạnh tạng* định nghĩa tâm từ ba la mật như sau:

*“Tâm từ có đặc tính yểm trợ an sinh (của các chúng sinh); chức năng/phận sự của tâm từ là tạo an sinh, hay loại bỏ hận thù; biểu hiện/thành tựu của tâm từ là lòng bao dung; cận nhân của tâm từ là thấy mặt tốt đẹp của chúng sinh”.*

Trong mười ba la mật, tâm từ ba la mật đứng sau quyết định ba la mật. Trong Chú giải của *Hạnh Tạng*, lý do này được giải thích như sau:

*“(a) bởi tâm từ làm hoàn thiện quyết tâm thực hiện hành động mang lại lợi ích cho người khác; (b) để đưa ra việc làm cụ thể vì lợi tha sau khi xác quyết làm vậy, bởi ‘một người đã phát nguyện về các pháp trợ đạo sẽ an trú trong tâm từ’; và (c) bởi việc thực hiện (hành động vì ích lợi của người khác) chỉ được tiến hành một cách vững chắc khi quyết tâm trở nên kiên định, không lay chuyển”.*

Đôi với những người đã vững vàng kiên định trong phát triển thiện pháp với mục đích diệt trừ phiền não và những người đã tích lũy quyết định ba la mật thì việc thực hành tâm từ là lẽ tự nhiên. Chúng ta có thể tự kiểm chứng xem mình có vững vàng kiên định trong vun bồi thiện pháp và không ngừng phát triển tâm từ hay không. Khi một ai đó không nóng nảy và thường có từ tâm, điều đó cho thấy rằng anh ta thấy được lợi ích của vô sân và của sự vun bồi các ba la mật đưa đến tận diệt phiền não.

Một người có thể tin rằng cuộc sống thuộc về mình nhưng trên thực tế chỉ có các pháp khác nhau sinh và diệt rất nhanh. Người này nên phát triển thêm hiểu biết về cuộc sống của mình, về các tâm thiện và tâm bất thiện. Khi suy niệm về các ba la mật đã được đề cập ở những chương trước, như bố thí và trì giới, ta có thể tưởng rằng mình đã vun bồi đủ các ba la mật đó. Với xuất gia ba la mật, ta tin rằng mình đã thiếu dục tri túc. Với tinh tấn ba la mật, ta nghĩ rằng mình không dễ nản lòng, rằng mình cần mẫn và nỗ lực trong mọi việc. Ta có thể cảm thấy rằng mình có đủ kham nhẫn và bền bỉ. Chúng ta tin rằng mình chân thật: nói những lời nói thật và lời nói đi đôi với việc làm. Chúng ta tin rằng mình có sự kiên quyết, và rằng ta vững vàng kiên định trong những quyết tâm của mình. Tuy nhiên, ta nên tự hỏi bản

thân liệumình đã vun bồi tâm từ ba la mật đầy đủ chưa. Ta có thể thường quên giúp đỡ người khác với tâm từ và quên vun bồi tâm từ theo cách này. Chúng ta nên hỗ trợ người khác với tâm từ ngay cả khi họ là những người xa lạ mà ta không quen biết. Nếu một người chưa tích lũy đầy đủ tất cả các ba la mật, sẽ không có đủ duyên cho sự tận diệt phiền não.

Chúng ta cần nhận ra những ba la mật nào vẫn chưa được vun bồi đầy đủ trong cuộc sống hàng ngày của mình. Khi giúp đỡ người khác, ta nên tìm hiểu xem mình đã phát triển tâm từ đến mức độ nào. So sự vun bồi ba la mật tâm từ với các ba la mật khác, tâm từ được phát triển nhiều hơn, ít hơn hay bằng? Nếu đã phát triển các ba la mật khác nhưng xu hướng giúp đỡ người khác với từ tâm vẫn còn yếu, ta nên tìm ra nguyên nhân. Liệu có phải vì chúng ta đã hài lòng với thiện pháp của mình hay là do bởi các phiền não, như ngã mạn, tức dịnh mắc vào tầm quan trọng của bản thân? Ta có thể nghĩ rằng không cần thiết phải giúp đỡ ai đó. Hay, khi đã giúp đỡ một ai đó ta có thể băn khoăn liệu người ta sẽ nghĩ gì về mình. Ta nên tìm hiểu xem những suy nghĩ như vậy là thiện hay bất thiện. Và thay vào đó, ta nên giúp đỡ người khác mà không cần bận tâm tới việc anh ta nghĩ gì về mình, dù người ấy hoan hỷ với việc làm của ta hay sẽ trách móc ta đều không quan trọng, bởi xét về

thực tại, người ấy không thể hại chúng ta được. Điều người ấy nghĩ về chúng ta chỉ liên quan tới bản thân họ mà thôi.

Chúng ta nên hiểu rằng cho dù mình đã làm bao nhiêu thiện pháp chẳng nữa cũng chưa đủ. Chúng ta có thể tưởng rằng như vậy đã đủ rồi, nhưng đâu là chúng ta đã vun bồi thiện pháp và chứng ngộ Tứ Thánh Đế ở mức độ Dự lưu, sotāpañña, như vậy cũng chưa đủ. Tất cả các phiền não cần được tận diệt và điều này được chứng ngộ ở tầng thánh A la hán. Vì vậy, nếu ai đó còn là phàm phu, chưa phải là một vị thánh Dự lưu, người ấy không nên dễ duôi và cho rằng mình đã vun bồi đầy đủ các thiện pháp. Dù chúng ta đã làm bao nhiêu thiện pháp đi chẳng nữa cũng không bao giờ là đủ.

Khi chánh niệm sinh khởi, ta có thể biết loại bất thiện nào là nguyên nhân dẫn đến xu hướng thoái thác việc giúp đỡ người khác. Có thể vì ích kỷ, hay ngã mạn, hay bởi vì chúng ta tin rằng mình lãng phí thời gian, và rằng không ích lợi gì khi giúp đỡ người khác. Một số người nghĩ rằng họ đã làm nhiều thiện pháp rồi và vì vậy họ không muốn giao thiệp với người khác nữa. Người ấy nên tự hỏi mình liệu suy nghĩ như vậy là thiện hay bất thiện. Nếu chúng ta giao thiệp với người khác để giúp đỡ họ thì tâm là thiện. Do vậy, ta nên giao thiệp

với người khác để có thể giúp đỡ họ nhiều hơn. Khi có thể thân thiện với tất cả mọi người, chúng ta sẽ không lơ là tâm từ ba la mật, mettā. Tâm từ không nên có giới hạn; và nếu chúng ta đặt ra giới hạn cho từ tâm thì có thể không còn là tâm từ nữa mà là dính mắc, tham ái (lobha), là bất thiện chứ không phải thiện.

Nếu chúng ta chỉ xét về vẻ bề ngoài của những việc mình làm, ái và từ dường như là giống nhau. Khi chúng ta làm việc thiện vì lợi ích của một ai đó là người gần gũi mình, người mà chúng ta kính trọng và yêu thương, điều đó dường như được thúc đẩy bởi thiện pháp, bởi từ tâm. Tuy nhiên, tại sao chúng ta không tốt bụng như vậy với một ai đó khác, không quan trọng anh ta là ai? Nếu thực sự là tâm từ, sẽ phải hết như nhau cho dù làm thiện pháp với những người gần gũi mình, những người mà ta đã quen hay với một người mà ta không biết. Nếu có tâm từ thực sự, nếu chúng ta muốn vun bồi tâm từ ba la mật, chúng ta không nên giới hạn từ tâm trong một số đối tượng cụ thể. Khi chúng ta giới hạn tâm từ, chúng ta nên thăm sát đặc tính của tâm tại khoảnh khắc đó, chúng ta nên biết đó là tâm thiện hay bất thiện.

Chúng ta đọc trong Tam tạng kinh điển<sup>1</sup> rằng làm việc thiện với từ tâm giống như sự đối đãi của người

---

1. Ví dụ, trong Tiểu Bộ Kinh, IX, Kinh Lòng từ.

mẹ với đứa con của mình. Nếu nhìn vẻ ngoài của hành động, chúng ta có thể phân vân liệu một người mẹ có tâm từ thực sự không hay người ấy chỉ có tình cảm ích kỷ với đứa con của mình. Người mẹ ấy phải hi sinh mọi thứ cho đứa con khi nuôi dạy nó. Đôi lúc đứa trẻ trông bản thiêu và chạm vào nó cũng không dễ chịu gì nhưng người mẹ ấy vẫn chăm sóc nó. Chúng ta nên suy xét liệu một người mẹ có tâm từ thực sự với con mình hay đó chỉ là tình cảm ích kỷ. Một người mẹ cần phải biết tâm của mình và phải chân thật với thực tại: thiện là thiện và bất thiện là bất thiện.

Đúng là Tam Tạng kinh điển có giải thích tâm từ giống như hành xử của người mẹ đối với con mình. Tuy nhiên, chúng ta nên nhớ rằng sự dính mắc của người mẹ với con mình thì không phải là tâm từ. Nếu một người có cách đối xử với những người khác như những chăm lo yêu thương vị tha của người mẹ đối với con mình, người ấy đang thực hành tâm từ.

Khi thấy ai đó đối xử tốt với một người lạ, một người không gần gũi với anh ta, chúng ta không nên tự hỏi tại sao anh ta lại hành động như vậy, bởi vì tâm từ thực sự không giới hạn trong một cá nhân nào cụ thể. Tất cả mọi người đều bình đẳng cho dù họ có gần gũi ta hay không, không quan trọng ta có quen họ hay không.

Chúng ta, trong cuộc sống hàng ngày của mình, có giúp đỡ người khác với sự rộng lượng không? Nếu mong muốn điều tốt đẹp và hạnh phúc cho họ, chúng ta có tâm từ đối với họ. Khi một ai đó buồn phiền và đau khổ, chúng ta có thể có tâm bi và mong cho người ấy thoát khỏi khổ đau. Khi mong muốn giúp đỡ một người bị bệnh và chịu đựng những cơn đau, khi muốn chăm sóc người ấy, chúng ta có tâm bi: mong muốn người ấy thoát khỏi đau khổ.

Nhờ phát triển Tứ niệm xứ, chúng ta sẽ biết sự khác biệt giữa đặc tính của từ và sân. Khi chúng ta nhận ra đặc tính của sân là bất thiện thì trí tuệ, cái thấy được bất lợi và xấu xa của sân và mọi bất thiện pháp, sẽ là duyên cho thiện pháp được vun bồi thêm. Nhờ phát triển Tứ niệm xứ, ta sẽ thấy rằng thay vì sân, từ có thể sinh khởi và được vun bồi. Chúng ta cũng cần không ngừng bồi bổ ba la mật kham nhẫn, nhẫn nại trong mọi hoàn cảnh. Một điều có thể xảy ra rằng ai đó vốn thường cảm thấy khó chịu khi đồ ăn không ngon, nhưng khi người ấy nhận biết được đặc tính của tâm tại khoảnh khắc đó và hiểu rằng đó là tâm bất thiện, người ấy sẽ hài lòng với món ăn ngay trước mặt mình và sẽ không cất công kiếm món ăn khác.

Phát triển Tứ niệm xứ mang lại ích lợi về mọi mặt.

Nó lợi ích cho sự vun bồi bồ thí. Có chuyện rằng có người rất dính mắc với những thứ đẹp đẽ và suu tầm thật nhiều những thứ đó. Tuy nhiên, khi người ấy được học về Tứ niệm xứ và phát triển nó, người ấy bắt đầu thấy được bất lợi của dính mắc, đặc biệt khi anh ta hiểu được đặc tính của xuất gia (nekkhamma). Xuất gia không chỉ có nghĩa là xuất gia ở mức độ cao, tức là đời sống tu hành, mà cũng có thể có xuất gia ngay trong đời sống tại gia, có nghĩa là, hài lòng với những gì mình có, cảm thấy như vậy là đủ. Người ấy cảm thấy rằng mình đã có đủ mọi thứ được kinh nghiệm qua mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý. Người ấy hiểu rằng mình có quá nhiều tài sản và rằng mình không muốn từ bỏ chúng. Tuy nhiên, khi nhận ra sự nguy hiểm của việc dính mắc vào đối tượng thị giác, âm thanh, mùi, vị và đối tượng xúc chạm, người ấy bắt đầu hiểu rằng cái mình có đã là đủ và mình nên tri túc. Người ấy muốn từ bỏ những gì mình không cần và người ấy biết rằng khi cho đi vì lợi ích và hạnh phúc của người khác, mình đang tích lũy thiện pháp. Nếu một người không có thói quen phát triển Tứ niệm xứ, anh ta không biết được đặc tính chỉ là các danh pháp và sắc pháp của các thực tại đang xuất hiện từng thứ một. Trong trường hợp đó, các loại thiện pháp khác không dễ dàng sinh khởi và sẽ lại có duyên cho bất thiện pháp sinh khởi nhanh hơn. Tuy nhiên, nếu một ai đó biết đặc tính của các thực tại đang xuất hiện



như chúng là, và anh ta biết đặc tính của danh pháp chỉ là danh, không phải một chúng sinh hay con người, và đặc tính của sắc pháp chỉ là sắc, không phải một chúng sinh hay con người, tính kiên trì và nhẫn nại của anh ấy sẽ tăng trưởng và các thiện pháp khác cũng sẽ được vun bồi.

Một vị sư đã từng sống ở In-đô-nê-si-a kể về một người phụ nữ In-đô-nê-si-a mất chồng do sự lái xe bất cẩn của một chàng thanh niên. Tuy nhiên, người phụ nữ ấy không muốn đưa sự việc ra trước luật pháp bởi vì bà ấy không muốn tạo bất hạnh cho ai đó nữa. Không những thế, bà ấy còn bày tỏ ý định tặng một suất học bổng cho chàng trai trẻ đó. Điều này thật khó khăn đối với bà nhưng bà đã có thể làm được. Một hành động thiện nguyện như vậy có thể được thực hiện bởi một người đã tích lũy tâm từ và tâm bi. Một người có thể tự hỏi liệu hành động của người phụ nữ In-đô-nê-si-a đó có phải là một ba la mật được vun bồi trong cuộc sống hàng ngày không. Mọi người đã tích lũy các mức độ thiện pháp khác nhau. Liệu thiện pháp có phải là một ba la mật hay không còn tùy thuộc vào năng lực của nó. Khi là một ba la mật, nó là một yếu tố trợ duyên đưa đến sự tận diệt tà kiến. Khi pháp bất thiện còn mạnh mẽ, sẽ không thể diệt trừ được tà kiến cho rằng các thực tại là chúng sinh, con người hay tự ngã.

Tâm từ thực sự được trải rộng tới các chúng sinh và loài người bất kể họ là ai và ở đâu. Nếu một ai đó đã tích lũy tâm từ, người ấy sẽ luôn sẵn sàng giúp đỡ người khác. Tâm từ là một trong “Tứ vô lượng tâm”, brahmavihāra, nghĩa là một pháp an trú cao thượng.

Chúng ta đọc trong *Hạnh Tạng* rằng tâm của đức Bồ tát có thể dễ dàng an trú trong định tĩnh bởi Ngài có thể nhanh chóng trải tâm từ, kể cả đến những kẻ thù của mình. Ai đó, một đôi lần, có thể tức giận về những người khác, người ấy cho rằng chính những người đó đang ngăn trở mình an vui bằng cách này hay cách khác. Tuy nhiên, nếu người ấy tích lũy thiện pháp và có quyết tâm diệt trừ phiền não, tâm của anh ta sẽ an trú định tĩnh không mấy khó khăn. Người ấy sẽ có thể nhanh chóng trải tâm từ đến cả kẻ thù của mình.

Nếu chúng ta giận dữ với ai đó, chúng ta nên biết rằng sân chỉ sinh khởi trong một khoảnh khắc ngắn ngủi và rồi diệt đi ngay, và rằng thay vào đó, từ tâm có thể sinh khởi. Khi đã tích lũy các ba la mật, chúng ta có thể trở nên giống như đức Bồ tát, người có thể dễ dàng an trú từ tâm và nhanh chóng trải lòng từ ấy đến những kẻ thù của mình. Chúng ta nên tự kiểm tra xem liệu mình có tức giận ai đó trong một thời gian lâu dài hay không. Nếu chúng ta có thể có tâm từ thay vì sân,

điều đó cho thấy rằng chúng ta đã tích lũy các xu hướng diệt trừ phiền não.

Tâm từ, mettā, là một trong các Vô lượng tâm (Brahmavihāra). Có bốn Vô lượng tâm: từ (mettā), bi (karuṇā), hỷ (muditā) và xả (upekkhā). Mettā là tâm sở vô sân, thực tại không ghét bỏ hay sân hận. Bi là tâm sở bi (karuṇā), sinh khởi khi một người giúp đỡ người khác, muốn người kia giảm bớt nhọc nhằn và khổ đau. Hỷ là tâm sở muditā, sinh khởi khi một người hoan hỷ với hạnh phúc của người khác. Xả, upekkhā, là tâm sở tatramajjhataṭā, sự quân bình khi vắng mặt tham và sân. Nó sinh khởi khi một người hiểu bản chất thực của vô ngã, anattā.

Khi từ - tâm sở vô sân, sinh khởi, tại khoảnh khắc đó chúng ta không sân hận và giận dữ. Khi tâm sở bi sinh khởi, chúng ta quan tâm đến ai đó phải chịu đau khổ và muốn giúp đỡ người ấy. Khi ai đó hạnh phúc vì đạt được thành công, có được danh lợi và tán dương, và chúng ta cũng hoan hỷ trong niềm hạnh phúc của người ấy, có tâm sở hỷ. Khi chúng ta không có tham hay sân và chúng ta quân bình, công bằng với tất cả chúng sinh, có tâm sở xả (tatramajjhataṭā) là xả vô lượng tâm.

Nếu ai đó muốn trải tâm từ đến một người đã cư xử với mình theo kiểu chọc giận, khó chịu, anh ta nên

bắt đầu với việc phát triển tâm sở vô sân, thực tại ly sân hận.

Tứ vô lượng tâm, brahmavihāras, gồm từ (mettā), bi (karuṇā), hỷ (muditā) và xả (upekkhā) là các pháp hoàn hảo và cao thượng. Một người có từ tâm là hoàn hảo, và khi người ấy trải tâm từ tới một ai đó, anh ta trở nên cao thượng. Rèn luyện Tứ vô lượng tâm là sự thực hành đúng đắn hướng tới tất cả mọi chúng sinh. Chúng ta đọc trong bộ *Chú Giải Bộ Pháp Tụ (Atthasālinī)* (Quyển I, Phần V, Chương XIII, *Phạm trú*, 95):

*“Và giống như các Phạm Thiên sống với những tư tưởng không tỳ vết, cũng vậy những người khao khát an trú tứ vô lượng này đều sống giống như các vị Phạm Thiên. Như vậy, do ý nghĩa của từ ‘thiên’ và do bản chất không tỳ vết của chúng, nên tứ vô lượng được gọi là những ‘Phạm trú’.”*

Bốn Phạm trú này đưa đến an tịnh, định tĩnh và chúng là hoàn hảo. Chúng là con đường đưa đến thanh tịnh. Có một tuần tự nhất định trong việc vun bồi bốn Phạm trú, với từ là Phạm trú đầu tiên, bởi vì mỗi Phạm trú là trợ duyên cho những Phạm trú sau nó<sup>1</sup>. Ta đọc

1. Ta đọc trong *Chú Giải Bộ Pháp Tụ - Atthasālinī* (Quyển I, Phần V, Chương XIII, *Phạm trú*, đoạn 196) rằng một người tu tập Vô lượng tâm, sau khi người ấy làm việc thiện vì các chúng sinh khác, nuôi dưỡng bi khi họ bị khổ đau xâm chiếm. Và rồi, sau khi thấy được sự thịnh vượng của những người đã cầu xin an lạc và thoát khỏi khổ đau,

trong *Chú giải Bộ Pháp Tụ* (cùng phần, 196) lý giải tại sao Tứ vô lượng tâm là vô lượng:

*“Và bởi vì tất cả các tâm này đều sinh khởi trong một lãnh địa không thể đo lường được, nên chúng được gọi là ‘Vô lượng’. Vì lãnh địa (đối tượng) của chúng được tạo bởi một lượng vô hạn các chúng sinh”.*

Ta không nên nghĩ rằng mình đã vun bồi đủ tâm từ khi ta ít giận dữ hơn hoặc khi ta có tâm từ chỉ với một số người. Điều này là không đủ. Khi gặp gỡ những người khác, ta cần nhớ rằng mình nên trải tâm từ, tâm bi, tâm hỷ hay tâm xả đến họ, tùy từng hoàn cảnh, và rằng không nên có giới hạn về phạm vi. Ta không nên giới hạn việc trải rộng tứ vô lượng tâm tới chỉ một số người cụ thể. Ta có thể tự mình kiểm chứng liệu chúng ta có sẵn sàng phát triển Tứ vô lượng tâm và luôn trải rộng đến những người khác hay không. Đây là cách để sống như các vị Phạm thiên.

*Chú giải Bộ Pháp Tụ* (Cuốn I, Phần V, Chương XIII, Phạm trú, đoạn 196) sử dụng phép ẩn dụ để nói về Tứ vô lượng tâm. Tâm từ giống như một đứa con thơ dại, tâm bi giống như một đứa con đau yếu, tâm hỷ

---

anh ta nên trau dồi hỷ bằng việc tùy hỷ với thành công của họ. Cuối cùng, người ấy nên thực hành xả bởi vì sẽ không còn việc gì phải làm nữa (sau khi đã tu tập tam vô lượng tâm đầu tiên) và anh ta nên tiếp tục bằng con đường của trung dung và quân bình.

giống như một đứa con đang ở tuổi thiếu niên và tâm xả giống như một đứa con biết tự lo cho mình.

Tâm từ giống như một đứa con thơ dại, mọi người đều mong muốn nó lớn lên sẽ khỏe mạnh và thành công, nhưng chúng ta cần có tâm từ không chỉ với trẻ thơ. Tất cả đều giống như một đứa trẻ mà một người nên giúp đỡ, và bằng cách ấy chúng ta có thể cảm nhận được tâm từ thực sự đối với tất cả mọi người. Tuy nhiên, đây chỉ là một phép ẩn dụ để giúp ta hiểu về đặc tính của tâm từ. Tâm từ giống như cách cư xử của người mẹ đối với đứa con còn nhỏ dại và cần sự chăm sóc của người mẹ để lớn khôn. Tương tự như vậy, chúng ta nên giống như một người mẹ hiền từ giúp đỡ người khác.

Tâm bi giống như một đứa con đau yếu. Một người mẹ có đứa con đau yếu cố gắng săn sóc để nó được chữa trị, thoát khỏi khổ đau và bệnh tật. Khi ta thấy những người khác, không chỉ riêng con trẻ, ta mong muốn họ thoát khỏi đau khổ và đó là tâm bi. Chúng ta không nên giới hạn tâm bi trong những con người cụ thể, tâm bi phải là vô hạn.

Tâm hỷ là sự tùy hỷ với hạnh phúc an sinh của người khác. Nó được so sánh với niềm vui của bố mẹ khi có một đứa con đang ở độ tuổi thiếu niên và mong cho đứa trẻ còn được tận hưởng những điều tốt đẹp của

thời niên thiếu trong một thời gian dài.

Tâm xả giống như một đứa con có thể biết tự lo cho mình, không còn là gánh nặng đối với cha mẹ, và cha mẹ không phải tác động đến mỗi việc làm của đứa con nữa.

Nếu Tứ vô lượng tâm được thực hành theo những cách đã nói ở trên, phiền não có thể được tận diệt và trí tuệ có thể được vun bồi để biết điều gì là lợi ích và điều gì là bất lợi. Tứ vô lượng tâm là vô cùng cao quý, nhưng chúng ta nên kiểm chứng liệu chúng ta thực sự có từ, bi, hỷ và xả hay không. Chúng ta nên nhớ rằng vun bồi trí tuệ và đoạn tận phiền não cần một thời gian dài vô tận.

Như ta đã thấy, bi nghĩa là mong muốn diệt trừ khổ đau nơi chúng sinh. Tuy nhiên, bởi trí tuệ không ở mức độ thành tựu của một vị Phật toàn giác, chúng ta không thấu hiểu đặc tính thực sự của khổ, dukkha. Chúng ta không thấu hiểu trọn vẹn cái khổ của sinh, lão, bệnh, tử, khổ do vô thường biến hoại mà các chúng sinh đều phải chịu đựng. Sự sinh và diệt của các thực tại là Khổ đế, đây mới là khổ thực sự. Tâm bi thực sự dưới góc độ khổ này thuộc một phạm trù khác và chỉ có thể được viên mãn bởi một vị Phật<sup>1</sup>. Trong cuộc sống hàng ngày

---

1. Đức Bồ tát muốn đạt được Phật quả để có thể giúp đỡ các chúng sinh thoát khỏi vòng sinh tử luân hồi. Điều này đã được nói trong

của mình, ta thường không nhận ra sự cực khổ của việc tái sinh trong vòng sinh tử luân hồi. Thật khó để chúng ta có được tâm bi thực sự xét từ góc độ này, và vì vậy, có nhiều cơ hội hơn cho tâm từ sinh khởi. Khi thấy các chúng sinh và con người khác, chúng ta có thể trải tâm từ tới họ và giúp đỡ họ với tâm từ. Tuy nhiên, có thể rằng có những người khác nằm ngoài khả năng giúp đỡ của ta. Nếu chúng ta đã phát triển tuệ giác, chúng ta có thể có tâm xả và quân bình. Chúng ta có thể bình thân và đối xử công bằng với người lương cũng như kẻ ác. Đây là ba la mật tâm xả.

Chúng ta đọc trong *Chú Giải Bộ Pháp Tu* về Tứ vô lượng tâm (Quyển I, Phần V, Chương XIII, *Phạm trú*, đoạn 193):

*“...tâm từ (mettā) có đặc tính là một chuỗi những hành vi mang lại lợi ích; phận sự hay thuộc tính là mang lại điều tốt lành; biểu hiện hay hiệu quả là loại bỏ sự hận thù; cận nhân là thấy được sự đáng yêu của các chúng sinh. Tuyệt đích (thành tựu) của tâm từ là làm*

---

Chú giải Hạnh Tạng rằng các ba la mật mà Ngài đã vun bồi đi kèm với bi và những phương tiện thiện xảo. Chúng ta đọc: “Đặc tính, chức năng, biểu hiện và nhân gần của các ba la mật là gì? Trước tiên, tất cả các ba la mật, không có ngoại lệ, có đặc tính làm lợi cho người khác; chức năng/phận sự của ba la mật là giúp đỡ người khác hoặc không bị chao động; biểu hiện/thành tựu của các ba la mật là mong muốn an sinh cho người khác, hoặc quả vị Phật; và cận nhân của các ba la mật là tâm đại bi, hoặc tâm bi và các phương tiện thiện xảo.



*lắng dịu ác ý; thất bại của tâm từ là phát sinh tham ái”.*

Chúng ta nên nhớ rằng thiện và bất thiện có thể có biểu hiện tương tự nhau. Do vậy, chúng ta phải thường xuyên nhận rõ các đặc tính của thực tại để biết liệu mình đang vun bồi thiện pháp hay chỉ là bất thiện pháp sinh khởi.

Chúng ta đọc về bi như sau:

*“Bi (pity) có đặc tính tiến tới cách thức diệt trừ khổ đau; phận sự hay thuộc tính của bi là không chịu đựng được (khi chứng kiến) những người khác đau khổ; biểu hiện/thành tựu của bi là sự ân cần tử tế; cận nhân của bi là thấy được nhu cầu của những người đang gặp khổ đau. Thành tựu của bi là làm lắng dịu bạo tàn; thất bại của bi là phát sinh buồn khổ”.*

Chúng ta đọc về hỷ:

*“Hỷ có đặc tính vui mừng; phận sự hay thuộc tính của hỷ là không ghen tị; biểu hiện/thành tựu của hỷ là diệt trừ bất mãn; cận nhân của hỷ là thấy trạng thái thành công thịnh vượng của các chúng sinh khác. Thành tựu của hỷ là làm lắng dịu sự chán ghét; thất bại của hỷ là phát sinh chế nhạo”.*

Thật khó để phân biệt giữa hỷ và dính mắc, tham ái. Khi chúng ta xúc động và hoan hỷ với những thành công, danh dự và tiếng tăm của ai đó, có thể có tham chứ không phải là hỷ.

Chúng ta đọc về xả:

*“Xả có đặc tính là tiến tới cách thức trung hòa đối với các chúng sinh; phận sự của xả là thấy được sự bình đẳng nơi các chúng sinh; biểu hiện/thành tựu của xả là làm lắng dịu cả sân và tham; cận nhân của xả là thấy được tính kế thừa của nghiệp đang tạo tác như sau ‘các chúng sinh là kẻ thừa tự nghiệp của chính mình’. Do ảnh hưởng của nghiệp, họ sẽ được hưởng lạc, hoặc thoát khổ, hoặc không mất đi thành công mà họ đã đạt được’. Thành tựu của xả là lắng dịu sân và tham; thất bại của xả là phát sinh trạng thái thờ ơ si ám liên hệ đến đời sống tại gia”.*

Thờ ơ si ám là sự dửng dưng, thiếu quan tâm đi kèm với căn si, moha. Khi chúng ta vô minh, chúng ta không biết các thực tại như chúng là và khi đó chúng ta không thể hiểu về nghiệp, cái tạo ra các quả tương ứng.

Khi diễn tả về xả “liên hệ đến đời sống tại gia”, điều này có nghĩa là, dựa trên đối tượng thị giác, âm thanh, mùi, vị và đối tượng xúc chạm, như vậy đều là các đối tượng ngũ dục. Khi chúng ta thấy cái xuất hiện qua mắt và cảm giác dửng dưng, dường như đang không có tham hay sân, nhưng chúng ta không nên tin rằng nó nhất định là thiện. Đó là sự thờ ơ “liên hệ đến đời sống tại gia” bởi tại những khoảnh khắc như vậy, chúng ta không biết sự thật. Chúng ta không thể diệt trừ

phiền não nếu không nghe Pháp và không hiểu Pháp; nếu không có trí tuệ biết về đặc tính của các thực tại như chúng là. Sự thờ ơ chính là kẻ thù gần<sup>1</sup> của xả vô lượng tâm khi chúng ta không suy xét điều gì là đúng và điều gì là sai, và chúng ta không thăm sát bản chất thực của các thực tại đang xuất hiện.

Suy nghĩ của chúng ta về những người khác và hành động của họ có thể được thúc đẩy bởi Tứ vô lượng tâm: từ, bi, hỷ, xả. Khi mọi người thấy ai đó phạm ác nghiệp gây tổn hại cho xã hội, họ phẫn nộ và hi vọng người ấy sẽ phải nhận quả tương ứng với nghiệp mà mình đã tạo.

Tuy nhiên, một người nên suy xét loại tâm gì thúc đẩy suy nghĩ của mình, liệu người ấy nghĩ với tâm từ, bi, hỷ hay xả. Khi một ai đó phải nhận quả của nghiệp bất thiện, anh ta rồi ren và tuyệt vọng, hoặc anh ta phải chịu khổ, mọi người sẽ thấy cảm thông cho anh ta. Nhưng trên thực tế, họ nên có tâm từ và bi cho anh ta

---

1. Thanh tịnh đạo, chương IX, 98-101 đề cập đến kẻ thù gần và kẻ thù xa của Tứ vô lượng tâm. Kẻ thù xa của Tứ vô lượng tâm là các pháp đối nghịch và kẻ thù gần của chúng là các phẩm chất tương như là Tứ vô lượng tâm nhưng thực tế lại là các pháp bất thiện. Các phẩm chất này dường như giống Tứ vô lượng tâm và ta dễ nhầm lẫn cho rằng chúng là Tứ vô lượng tâm. Như đối với trường hợp của tâm xả, kẻ thù gần chính là vô minh liên hệ đến đời sống tại gia, “vì cả hai đều có đặc tính chung là bỏ qua xấu tốt”. Thanh tịnh đạo giải thích rằng khi thấy đối tượng thị giác, “xả khởi lên nơi kẻ vô văn phạm phu...”. Đó không phải xả vô lượng tâm, cái là sự quân bình.

tại khoảnh khắc anh ta tạo nghiệp bất thiện, cái là nhân cho quả trong tương lai. Nếu ai đó thông cảm với anh ta khi anh ta phải nhận quả không như ý muốn, sự thông cảm đó là quá muộn rồi.

Nếu chúng ta là một người bạn thực sự, chúng ta có thể giúp đỡ một người thoát khỏi những suy nghĩ và việc làm bất thiện để có được thiện hành thay vì bất thiện hành.

Dưới góc độ tối hậu, không có chúng sinh hay con người, chỉ có các thực tại sinh và diệt, mỗi thực tại có một đặc tính riêng. Chúng ta nghĩ về các tình huống và con người khác nhau với tâm thiện và bất thiện. Chúng ta nên biết về sự khác biệt giữa thiện và bất thiện. Nếu chúng ta sống tùy Pháp, chúng ta sẽ vun bồi trí tuệ và các loại thiện pháp. Chúng ta sẽ ngay lập tức biết được tại khoảnh khắc nào chúng ta không có tâm từ mà thay vào đó là bất thiện. Và rồi, chúng ta sẽ có thể có từ tâm ngay lập tức cho dù đối với một người xử sự như kẻ thù.

## **Chương 10**

### **Tâm xả Ba la mật**

Chú giải cho *Hạnh Tạng* định nghĩa về tâm xả ba la mật như sau:

*“Tâm xả có đặc tính thúc đẩy khía cạnh trung hòa; chức năng/phận sự của tâm xả là nhìn nhận mọi thứ một cách công bằng; biểu hiện/thành tựu của tâm xả là chế ngự luyến ái và ghét bỏ; cận nhân của tâm xả là suy niệm về chân lý rằng các chúng sinh là kẻ thừa tự nghiệp của chính mình”.*

Tâm xả ba la mật là sự quân bình, không xao động bởi các hành vi ngang trái của mọi người hay bởi các tình huống khó khăn.

Nếu ta không phát triển Tứ niệm xứ, ta dễ dàng bị tác động bởi tham và sân, và tâm sẽ không an tịnh. Ta tiếp xúc các đối tượng bên ngoài khiến phát sinh buồn rầu và đau khổ. Tâm trạng bất hạnh của chúng ta bị duyên bởi đối tượng bất khả ái xuất hiện qua mắt, tai, mũi, lưỡi và thân căn. Những người giải thoát khỏi

sầu khổ không còn bị tác động bởi tham và sân về con người và các sự kiện, như thế có nghĩa là họ đã vun bồi tâm xả ba la mật.

Khi mọi người thấy ai đó giết một con rắn, họ cho rằng họ có từ và bi với con rắn bị giết, nhưng thực chất, họ bị xao động bởi sân đối với người giết rắn. Chúng ta cần chánh niệm và thâm sát tâm ở khoảnh khắc ấy: loại tâm nào sinh khởi khi ta nghĩ về người giết rắn? Có thể, chúng ta không có từ tâm, nhưng khi ấy, chúng ta có thể có tâm xả khi nhận thức rằng mọi người đều nhận quả của nghiệp mình tạo. Khi tâm thiện sinh khởi, ta có thể có từ và bi; ta cảm thấy thương người tạo nghiệp bất thiện, bởi anh ta sẽ nhận quả của nghiệp bất thiện. Khi tâm xả sinh khởi, chúng ta không bị xao động và không nói những lời khiếm nhã với người tạo nghiệp bất thiện. Từ và xả sinh khởi cùng tâm thiện. Ta không nên nhầm lẫn thiện và bất thiện. Chúng ta không nên tưởng rằng pháp bất thiện là tốt, và rằng ta phải nặng lời với người tạo nghiệp bất thiện. Tâm bị xao động là tâm bất thiện. Nếu ta phát triển trí tuệ, ta có thể biết đặc tính của tâm bình thản, không bị tác động bởi tham và sân. Khi ấy ta có thể vun bồi tâm xả ba la mật thêm nữa.

Như lý tác ý hay hướng tâm chân chánh (yoniso manasikāra) là tối quan trọng. Khi chúng ta nghe Pháp,

chúng ta có thể dễ dàng cho rằng mình cần phải hành động theo một cách cụ thể nào đó để có như lý tác ý và từ bỏ phiền não. Tuy nhiên, nếu ta hiểu các pháp là vô ngã, ta sẽ không suy nghĩ theo cách ấy. Nếu chúng ta suy niệm về hành trì của Đức Bồ tát trong mỗi kiếp sống của Ngài, và nếu ta đánh giá sự thực hành của mình với của Ngài, chúng ta có thể hiểu rằng sẽ cần một khoảng thời gian vô tận để từ bỏ phiền não.

Chúng ta cần chánh niệm - tỉnh giác và chúng ta cần vun bồi mọi loại thiện pháp với kham nhẫn và bền bỉ để có thể chứng ngộ Tứ Thánh Đế. Chúng ta không nên mong đợi gì về khoảnh khắc sẽ chứng ngộ Tứ Thánh Đế. Chừng nào còn có nhiều phiền não sinh khởi liên tục và tham cầu sự chứng ngộ Tứ Thánh Đế, ta còn ở rất xa mục tiêu. Vì thế chúng ta cần bắt đầu phát triển mọi loại thiện pháp để chúng có thể là trợ duyên đưa tới giải thoát.

Chúng ta đọc trong Chú giải của *Trưởng lão tăng kệ*, cuốn *Paramatthadīpanī*, trong *Nidānakāthā*, rằng tất cả các ba la mật hỗ trợ và nâng cao cho nhau:

*“Kham nhẫn tối thượng trong việc vun bồi các thiện pháp, bố thí v.v... để đi tới trí tuệ giác ngộ của các vị Phật Độc giác và của các đệ tử được coi là tinh tấn (virīya).*

*Nhẫn nại khi tiết chế sân hận được coi là kham nhẫn.*

*Bố thí, trì giới v.v... và tránh những lời sai lệch với sự thật được coi là chân thật.*

*Sự quả quyết không thể lay chuyển, vững vàng, và hoàn thành những gì lợi lạc về mọi mặt được coi là quyết định (adiṭṭhāna - hay phát nguyện).*

*Hướng tới lợi ích của mọi chúng sinh, thứ làm nền tảng cho việc bố thí, trì giới v.v..., được coi là tâm từ (mettā).*

*Bình thân với những tình huống khó khăn và việc làm sai trái của các chúng sinh khác được coi là tâm xả (upekkhā).*

*Vì thế, khi bố thí, trì giới và phát triển tâm trí, hoặc khi giới, định, tuệ đang hiện hữu thì các ba la mật như tinh tấn v.v... có thể được coi là đầy đủ”.*

Chúng ta cần lòng kham nhẫn tột đỉnh cho sự tích lũy bố thí. Chúng ta cần tinh tấn, vững vàng và không lay động để có thể hoàn tất những gì lợi lạc trong mọi tình huống. Các ba la mật được nhắc tới theo nhiều cách khác nhau, cách sắp xếp câu chữ thay đổi một chút, nhưng ý nghĩa là một. Thấy được những khía cạnh khác nhau của ba la mật sẽ nhắc nhở chúng ta áp dụng chúng. Chẳng hạn, chúng ta đọc trong Chú giải cho *Trưởng lão tăng kệ*:



*“Hướng tới lợi ích của mọi chúng sinh, thứ là nền tảng cho việc thực hành bố thí, trì giới và v.v... được gọi là tâm từ”.*

Như vậy, đây là một khía cạnh khác của tâm từ. Những người bố thí có thể không thâm xét tâm của họ ở những khoảnh khắc như vậy, có thể họ không nhận ra rằng mình bố thí bởi tâm từ. Bố thí là bản chất tự nhiên của họ và vì vậy, họ cho đi vì lợi ích và an lạc của người khác. Nếu họ suy xét tâm thiện của mình, họ sẽ biết rằng tâm từ là nền tảng của sự bố thí của họ. Khi họ trì giới qua thân và khẩu, nền tảng của thiện pháp ấy cũng là tâm từ. Họ không muốn gây khổ đau tai họa cho người khác bởi hành động hay lời nói của mình.

Chú giải cho *Hạnh Tạng*, trong *Tiểu Bộ Kinh* giải thích về những loại bất thiện pháp đối nghịch với mỗi ba la mật.

Chúng ta đọc về bố thí:

*“Hơn nữa, bố thí đối nghịch với tham, sân và si, bởi nó áp dụng các phẩm chất vô tham, vô sân và vô si tuân tự các yếu tố sau: vật thí, đối tượng thọ thí và quả của bố thí”.*

Như ta đọc, bố thí ba la mật đối nghịch với bất thiện, với tham, sân và si, bởi khi ta quảng đại và tích lũy bố thí ba la mật, ta thực hành phẩm chất vô tham

đối với món đồ bố thí. Nếu một người vẫn dính mắc với món đồ mà người ấy định bố thí, người ấy sẽ nuôi tiếc việc không còn món đồ đó. Anh ta có thể nghĩ tới việc cho đi nhưng không làm được, anh ta mong muốn đợi một cơ hội khác để bố thí. Nếu một người chưa thấm nhuần trong quyết tâm bố thí, anh ta có thể nghĩ tới việc ấy, nhưng không làm. Ở khoảnh khắc ấy không có bố thí. Trong khi ấy, nếu có lòng quảng đại thật sự, nó sinh kèm với vô tham; nó không dính mắc vào đồ vật ta bố thí. Ở khoảnh khắc tâm thiện, cũng có vô sân đối với người nhận bố thí. Nếu ta khó chịu và không thích người nhận, ta sẽ không bố thí. Điều này có thể xảy ra khi ai đó nhìn thấy một người ăn mày, và rồi nhận ra là người này còn khỏe mạnh; anh ta có thể bực bội về việc người ăn mày bắt con mình chịu khổ, và vì thế không bố thí nữa. Khi quảng đại sinh khởi, nó cần phải sinh kèm với các phẩm chất tốt lành là vô tham với vật thí, vô sân với người thọ thí, và nó có thể cũng sinh kèm với vô si hay trí nữa. Khi trí biết quả của việc bố thí, khi nó nhận ra rằng bố thí là thiện pháp, khi ấy có sự hào phóng thực sự và phiền não được viễn ly.

Chúng ta đọc tiếp trong Chú giải của *Hạnh Tạng* về giới và về xuất gia:

*“Giới, sīla, đối nghịch với tham, sân và si, vì nó từ bỏ*

*lươn lẹo và ô nhiễm của thân hành, v.v.*

*Xả ly, nekkhamma, đối nghịch với ba loại ô nhiễm này vì nó tránh xa sự buông thả trong dục lạc, trong hại người và hại mình (khổ hạnh)”.*

Nếu ta không dính mắc vào ngũ dục, đương nhiên là sân hận cũng sẽ bớt đi. Nếu một người dính mắc nhiều vào đối tượng thị giác, âm thanh, mùi, vị, và đối tượng xúc chạm, nhưng không có được chúng, người ấy sẽ khó chịu.

Chúng ta đọc trong Chú giải về trí tuệ, paññā :

*“Trí tuệ đối nghịch với chúng ở chỗ tham, v.v., khiến mù quáng, trong khi trí thì phục hồi thị lực”.*

Trí tuệ đối nghịch với bất thiện vì nó xua tan bóng tối của tham và phục hồi thị lực. Ngay khi ta thấy thứ gì đó, tham đã dễ khởi sinh. Khi thiếu trí tuệ, không có đối nghịch với tham, thứ rất thuận thực trong việc dính mắc vào tất cả các đối tượng ngũ dục. Tuy nhiên, khi trí sinh khởi, tham không thể có mặt đồng thời; trí tuệ đối nghịch với tham. Chỉ trí tuệ mới có thể xua tan bóng tối của dính mắc.

Khi trí tuệ sinh khởi, nó có thể hiểu được bản chất của pháp xuất hiện. Trí tuệ hiểu thiện là thiện, và bất thiện là bất thiện. Khi trí tuệ phát triển, nó sẽ biết các

đặc tính của pháp như chúng thực là, để có thể vượt qua bóng tối của vô minh.

Chúng ta đọc về tinh tấn và kham nhẫn:

*“Tinh tấn đối nghịch với tham bằng việc làm khởi lên chánh đạo viễn ly cả thụ động và tăng động.*

*Kham nhẫn đối nghịch với tham bằng việc chấp nhận khả ái, bất khả ái, và rỗng không”.*

Mỗi ba la mật đều có lợi ích lớn lao nếu chúng ta suy niệm xác đáng về chúng, và dần tích lũy chúng. Trong những tình huống thử thách lòng nhẫn nại, nếu chúng ta suy niệm về kham nhẫn, kham nhẫn có thể được tích lũy. Có thể có kham nhẫn với các đối tượng khả ái và bất khả ái có tính chất rỗng không, điều có thể được chúng ta liễu ngộ.

Chúng ta đọc về chân thật:

*“Chân thật là đối nghịch của tham bởi nó diễn tiến trung thành với thực chất, dù người khác giúp đỡ hay làm hại”.*

Nhờ chân thật, ta có thể biết cái gì là đúng cái gì là sai, bất kể ở hoàn cảnh nào.

Chúng ta đọc tiếp về quyết định:

*“Quyết định đối nghịch với ba phiền não này bởi vì,*

*sau khi đã vượt qua các ngọn gió đời, nó không lay chuyển trong việc hoàn mãn các pháp trợ đạo theo cách chúng đã được vun bồi”.*

Quyết định đối nghịch với các phiền não tham, sân và si. Chúng ta cần tự biết liệu mình có đủ quyết tâm vững vàng với việc vun bồi thiện pháp hay chưa. Điều này là thiết yếu để không còn dao động trong quá trình thành tựu vun bồi thiện pháp. Quyết tâm của chúng ta có thể dễ dàng chao đảo, không vững vàng, và niềm tin không kiên định.

Chúng ta đọc về tâm từ:

*“Tâm từ đối nghịch với tham, sân, và si, qua sự viễn ly năm triền cái”.*

Năm triền cái (nīvaraṇa) là: tham dục (kāmacchanda), ác ý (vyāpāda), hôn trầm-thụy miên (thīna-middha), phóng dật và trạo hối (uddhacca-kukkucca) và hoài nghi (vicikicchā). Tâm từ được coi là đối nghịch với tham bởi nó viễn ly năm triền cái. Chỉ trí tuệ mới biết được liệu các triền cái có đang hiện hữu hay không. Nếu không có trí tuệ, ta có thể nhầm tưởng rằng cái đang hiện hữu là tâm từ. Trên thực tế có thể chỉ là tham, thứ là tham dục triền cái. Trí tuệ là thiết yếu và nó cũng là yếu tố khiến mọi thiện pháp được tăng thịnh.

Chúng ta đọc về tâm xả:

*“Và tâm xả đối nghịch với chúng bằng sự xua tan  
luyến ái đối tượng khả ái và ghét bỏ đối tượng bất khả  
ái, và luôn hành động quân bình trong những hoàn  
cảnh khác nhau”.*

Tâm xả là đối nghịch với tham, sân và si. Chúng ta cần thẩm xét đặc tính của cả mười ba la mật và thấy lợi ích của chúng: chúng đối nghịch với bất thiện pháp.

Các pháp là vô ngã, chúng nằm ngoài tầm kiểm soát. Các tâm sinh và diệt liên tục tiếp nối nhau, và điều này khiến cho cuộc sống của mọi người khác biệt: họ tích lũy các nghiệp khác nhau tạo kết quả tương ứng, và họ cũng có những xu hướng khiến họ suy nghĩ theo những cách khác nhau.

Ta đọc trong Chú giải cho *Tương Ưng Bộ Kinh* (Tương Ưng Nhân Duyên, VI. *Phẩm Cây*) rằng Giáo Pháp được Đức Phật thuyết giảng vì lợi ích của mọi chúng sinh có thể được so với một ngàn món đồ được đặt trước cửa mỗi ngôi nhà vì lợi ích của gia chủ. Một số người mở cửa và nhận tất cả các món đồ chất đồng nơi bậc cửa, còn một số khác thậm chí không mở cửa.

Si là duyên khiến cho ta không thấy được lợi ích của Giáo Pháp, còn trí là duyên để nhận ra lợi ích ấy.

Mỗi khoảnh khắc nghe Pháp đều lợi lạc. Không phải lúc nào cũng có cơ hội áp dụng Pháp, nhưng khi chúng ta đã được nghe Pháp, sẽ có duyên cho thiện pháp được vun bồi và bất thiện pháp dần suy giảm. Chúng ta cần trân quý người giảng giải Giáo Pháp mà Đức Phật đã thuyết. Như ta đã thấy, Giáo lý của Đức Phật có thể so sánh với hàng ngàn món quà được đặt trước cửa nhà.

Chúng ta đọc trong một đoạn khác của cùng Chú giải, rằng mọi người nhầm lẫn và khó chịu bởi không hiểu đúng nhân và quả diễn tiến ở mỗi khoảnh khắc. Điều này có thể được so với một cuộn chỉ bị rối, nó đã tạo thành nút thắt mà ta không tự mình gỡ nổi. Chú giải nêu rằng nút thắt có thể được gỡ rối bởi hai người, đó là bậc Toàn giác Phật và bậc Độc giác Phật<sup>1</sup>, những người đã tích lũy các ba la mật tới mức độ tự mình chứng ngộ Tứ Thánh Đế.

Tâm xả ba la mật là sự quân bình của tâm, đó là trạng thái không xao động bởi hành vi ngang trái của mọi người, bởi những tình huống khó khăn hay bởi các ngọn gió đời, bất kể chúng là khả ái hay bất khả ái, chẳng hạn như được và mất, lời khen và tiếng chê. Hiện

---

1. Độc giác Phật chứng ngộ Tứ Thánh Đế mà không được nghe thuyết giảng từ người khác, nhưng Ngài không thể thuyết Giáo Pháp cho thế gian. Toàn giác Phật đã chứng ngộ Thánh Đế mà không được nghe thuyết giảng từ người khác, và đã thuyết Giáo Pháp cho thế gian.

giờ chúng ta khổ đau vì dễ dàng bị xao động và bất ổn, nhưng một người có hiểu biết vững vàng về nghiệp có thể trở nên bình thản trước các ngọn gió đời.

Nếu ta vun bồi tâm xả ba la mật, ta không để tâm đến những điều sai trái của người khác, như là Chú giải cho *Hạnh Tạng* đã giải thích. Ta có thể công bằng và quân bình, không xao động bởi những sai trái của người khác; ta hiểu rằng mọi người sẽ nhận quả của nghiệp của họ. Một số người có thể nghĩ, khi những người khác nhận quả xấu thì thật đáng đời cho họ, nhưng một người đã phát triển tâm xả ba la mật không nghĩ theo cách ấy. Anh ta có khả năng hiểu pháp chân đế, các pháp vô ngã và ngoài tâm kiểm soát.

Chúng ta đọc trong *Hạnh Tạng* (Tâm xả ba la mật, III, 15, *Giới hạnh vĩ đại*) rằng Đức Bồ tát đã vun bồi tâm xả ba la mật tới mức độ cao nhất (ba la mật bậc thượng) trong kiếp Ngài là hiền trí Lomahaṃsa. Chú giải nêu:

*“Bậc Vĩ nhân thời ấy sinh ra trong một gia đình giàu có, và Ngài đã hoàn tất học vấn, làm chủ mọi ngành kiến thức dưới sự dạy dỗ của bậc giáo thọ Disāpāmukha. Khi cha mẹ của Ngài mất đi, Ngài trở nên nhám chán với đời sống thế tục, và trong Ngài đã khởi lên trạng thái khẩn cấp tu niệm, mặc dầu các thành viên gia đình khóc lóc khẩn cầu Ngài chăm lo tài sản gia đình. Ngài*



trở nên nhàm chán do suy niệm về vô thường với như lý tác ý, Ngài suy niệm về tính chất bất tịnh của thân, và Ngài không muốn chạy theo phiền não sẽ dẫn mình sa vào đời sống hôn nhân.

Ngài nghĩ tới việc từ bỏ tài sản và trở thành một nhà sư, nhưng rồi Ngài suy tư rằng, khi là một nhà sư, tự những phẩm hạnh của Ngài sẽ không trở nên rõ rệt để đáng ngợi khen. Vì vậy, bậc Vĩ nhân, người không màng lợi dưỡng và danh dự đã không trở thành một nhà sư. Ngài suy nghĩ: ‘Ta chỉ nên có vừa đủ và sống cuộc đời tri túc đối với đượ, mát và các ngọn gió đời khác’.

Một số người trở thành nhà sư nhận được lời tán tụng nhờ vào sự tuyệt hảo của địa vị xuất gia. Tuy nhiên, bậc Vĩ Nhân khước từ lợi dưỡng và danh dự mà một vị sư sẽ được nhận. Ngài nghĩ rằng mặc dầu mình không phải là nhà sư, mình sẽ vẫn hành xử một cách đáng tán thán<sup>1</sup>. Ngài sẽ thực hành thiểu dục tri túc. Đó là một cách suy nghĩ đã thấm nhuần thiện pháp. Địa vị người xuất gia khác với người tại gia. Người xuất gia dễ nhận được nhiều ân sủng và vinh dự hơn người cư sĩ, bởi sự tuyệt hảo của địa vị ấy. Đức Bồ tát khước từ lợi dưỡng và vinh hạnh và Ngài không dính mắc vào chúng. Ngài nghĩ rằng mình sẽ sống một cuộc đời cư sĩ khuất bóng lợi dưỡng và vinh dự.

---

1. Bởi mức độ tối thượng của tâm xả mà Ngài đã vun bồi.

Chúng ta đọc trong Chú giải:

*“Ngài nghĩ, ‘Ta sẽ tích lũy sự thực hành kham nhẫn tới thượng, chịu đựng những lời chế nhạo của những người khác. Ta sẽ vun bồi tâm xả ba la mật tới mức độ cao nhất.’ Ngài từ bỏ nhà cửa, chỉ bận quần áo mà Ngài mang trên người; Ngài thực hành tận diệt phiền não tới mức độ tốt đỉnh. Khi Ngài không còn sức lực nữa, Ngài vẫn hành xử như thể Ngài còn sức lực. Mặc dầu không cảm, Ngài hành xử như thể bị cảm, trong khi Ngài bị chế diễu bởi mọi người bởi vẻ ngoài của Ngài giống như của một người điên. Ngài lang thang qua các ngôi làng, thành thị và kinh đô, mỗi nơi chỉ ngụ lại một đêm. Nơi nào Ngài bị chế nhạo nhiều, Ngài ở lại đó lâu hơn. Khi quần áo của Ngài đã bị rách rưới và khó coi, Ngài không nhận quần áo mới từ người khác; Ngài lang thang với trang phục chỉ đủ để che những phần kín. Trong lúc dong duỗi như vậy, Ngài tới một ngôi nhà trong làng”.*

Đây là ba la mật tâm xả tới mức độ cao nhất, khó vun bồi nhất. Ngài có nhiều của cải nhưng không dính mắc vào chúng. Ngài muốn tích lũy tâm xả ba la mật: Ngài chịu đựng lời giễu cợt từ mọi người, và khi ra ngoài chỉ che thân bởi một tấm vải. Khi không còn sức lực, Ngài hành xử như thể còn sức lực, Ngài không nhụt chí và vẫn nhẫn nại. Mặc dầu không bị cảm nhưng Ngài hành xử như thể một người cảm, Ngài không bị xao động bởi bất cứ điều gì. Bất kể người khác nói gì, dù họ

chế nhạo Ngài vì vẻ bề ngoài của Ngài có vẻ giống như của một người điên, Ngài vẫn không bị tác động.

Tất cả chúng ta đều có tích lũy khác. Chúng ta dính mắc vào vẻ bề ngoài, trang phục, những lời khen chê của người khác. Chúng ta thích mặc đẹp, nhưng Đức Bồ tát trong kiếp ấy có sức chịu đựng lớn lao, Ngài không bị tác động khi mọi người chế nhạo cách Ngài phục sức. Nơi nào càng chế nhạo Ngài nhiều, Ngài càng ở lại lâu hơn. Lang thang như vậy, Ngài đi tới một ngôi nhà trong làng. Ta đọc:

*“Bọn trẻ thuộc gia đình ấy rất hư, có thiên hướng bạo hành và thích đánh đập người khác. Một số là quyến thuộc hoặc nô lệ của gia đình hoàng gia. Chúng tàn bạo, dữ tợn, nói những lời có tính chất mỉa mai, thô tục và thóa mạ, và suốt ngày đi khắp nơi chế nhạo. Khi bọn trẻ này thấy những người già cả, cơ cực, chúng lấy đất mềm và rắc khắp lên lưng họ. Chúng hành xử một cách đáng trách, hỗn láo, và nhạo báng những người chứng kiến cảnh ấy.*

*Khi bậc vĩ (Vĩ) nhân nhìn thấy lũ trẻ hư đi khắp làng, Ngài nghĩ, ‘Bây giờ ta sẽ tận dụng chính sự ngang trái như một phương tiện để tích lũy tâm xả ba la mật, và vì vậy ta sẽ ở lại nơi này.’ Khi bọn trẻ hư ấy nhìn thấy bậc Vĩ nhân, chúng bắt đầu hành động hỗn hào. Bậc Vĩ nhân đứng dậy, giả đờ không chịu đựng nổi nữa và lộ vẻ sợ hãi bọn trẻ. Khi bọn trẻ bám theo Đức Bồ tát,*

Ngài đi tới một nghĩa địa, nghĩ, ‘Ở đây sẽ không có ai can thiệp vào việc làm của bọn trẻ này’.

Ngài dùng một bộ xương làm gối đỡ và nằm xuống<sup>1</sup>. Thế rồi, bọn trẻ hành động hỗn hào, khạc nhổ lên Ngài và rồi bỏ về. Chúng làm vậy mỗi ngày. Khi những người trí nhìn thấy hành động của bọn trẻ, họ cấm chúng tiếp tục làm vậy, nói, ‘Người này có quyền năng lớn, Ngài là một ẩn sĩ, là người thực hành giải thoát vĩ đại.’ Những người trí ấy tán dương và cung kính Đức Bồ tát”.

Mọi Bồ tát đều quân bình và công bằng, về mọi mặt. Chúng ta đọc rằng Đức Phật nói:

*“Ta ngủ nơi nghĩa địa, lấy xương người làm gối. Ta có tâm xả với những gì sạch và bẩn”.*

Ta đọc rằng bọn trẻ làng hành xử theo nhiều cách hỗn láo, thô bạo, bằng việc khạc nhổ, chế nhạo, đạ tiện và tiểu tiện. Chúng chọc đầu cỏ vào tai Đức Bồ tát, chúng trêu đùa chế nhạo thỏa thích. Chúng ta đọc rằng Đức Bồ tát khi ấy suy tư:

*“Bọn trẻ làng khiến ta phải đau đớn, trong khi những bậc trí cho ta những thứ khả lạc như hoa, phấn thơm và vật thực. Ta bình thân và công bằng với tất cả mọi người; ta có tâm xả. Ta tri túc trong mọi thứ, mọi hoàn cảnh. Ta không yêu mến đặc biệt hơn những người hõ*

---

1. Câu chuyện này được nhắc tới trong Trung Bộ Kinh số 12, Đại Kinh Sư Tử Hống.

*trợ ta, ta cũng không nói những lời sân hận hay có cảm giác thù địch với những người không hỗ trợ ta. Như vậy, ta có tâm xả với tất cả mọi người”.*

Đức Bồ tát không lay động và thiên vị, Ngài không dính mắc với những người cho Ngài những thứ khả ái như hoa, phấn thơm và vật thực, không thù hận những người quấy rối Ngài và khiến Ngài đau đớn.

Chúng ta đọc:

*“Khi ấy Đức Phật thuyết về tri túc, Ngài dạy không dính mắc vào các ngọn gió đời. Ngài được trang bị với pháp trợ đạo trí tuệ và vì vậy Ngài công bằng với mọi chúng sinh, với cả người giúp Ngài và những người không giúp. Cuối cùng Ngài nói: ‘Ta bình thân với cả hạnh phúc và khổ đau, với vinh và nhục, ta không thiên vị bất cứ điều gì, đó là tâm xả ba la mật của ta.’*

*Tâm xả ba la mật là sự quân bình, không hạnh phúc không khổ đau, như một cái cân rất thẳng bằng. Đức Phật chỉ ra rằng Ngài công bằng với mọi chúng sinh và mọi ngọn gió đời, và mức độ tâm xả này không dễ có nơi những người khác”.*

Chúng ta đọc trong Chú giải cho *Hạnh Tạng*:

*“Đức Bồ tát vun bồi cả mười ba la mật. Bắt đầu với bố thí, Ngài đã cho đi tất cả sản nghiệp và cả thân mình, không bận tâm tới việc những người khác sẽ làm gì với những thứ ấy. Đó là bố thí ba la mật. Ngài tránh*

xa những thứ sai trái, và đó là trì giới ba la mật. Ngài vun bồi tưởng bất tịnh về thân mình, Ngài từ bỏ dính mắc vào ngũ dục, Ngài rời bỏ gia đình sống không gia đình, và đó là xuất gia ba la mật. Ngài thuần thực trong hiểu biết các pháp trợ duyên cho các pháp trợ đạo (các ba la mật - ND), và thuần thực trong sự buông bỏ các pháp đối nghịch với các pháp trợ đạo ấy. Ngài thuần thực trong suy xét tính chất cụ thể của các pháp có lợi, phân biệt chúng với các pháp có hại, và đó là trí tuệ ba la mật.

Nhàm chán với ngũ dục và nỗ lực chịu đựng khổ đau là tinh tấn ba la mật. Bền bỉ và nhẫn nại là kham nhẫn ba la mật. Trung thực trong lời nói và trong sự thực hành tránh xa điều sai là chân thật ba la mật. Hành trì vững vàng không lay chuyển của thiện pháp là quyết định ba la mật. Từ ái và thương mến mọi chúng sinh không phân biệt là tâm từ ba la mật”.

Về tâm xả ba la mật của Đức Bồ tát, điều này đã được giảng như ở trên.

Trong “*Hạnh xả*” của *Hạnh Tạng*, tâm xả ba la mật bậc thượng được bàn tới để nhằm chỉ ra lợi lạc và sức mạnh của các phẩm hạnh tuyệt hảo của Đức Bồ tát. Ta đọc:

“Ngài từ bỏ tài sản, quyền thuộc, và rời nhà ra đi, cũng hết như cách mà người ta xuất gia thành một nhà sư, mặc dầu Ngài không trở thành một nhà sư. Ngài sống giống như một nhà sư. Đức Bồ tát không dính mắc vào địa vị nhà sư, Ngài không màng tới những

*ân huệ và tán tụng thường đồn tới các nhà sư. Nhà sư bắt buộc phải chấp nhận sự trọng vọng mà mọi người biểu lộ, và vị ấy nỗ lực cho sự tuyệt hảo của địa vị nhà sư. Đức Bồ tát là một nhà sư trong tâm, Ngài có tâm trí của một nhà sư, và bằng cách ấy, Ngài sống trong hạnh phúc tối thượng”.*

Vì Đức Bồ tát không màng tới những lợi lộc và tán tụng đi kèm với địa vị nhà sư, Ngài đã không xuất gia. Tuy nhiên, Ngài là một nhà sư trong tâm và vun bồi thiện pháp; bằng cách ấy những người khác sẽ thực sự tôn trọng Ngài mặc dầu Ngài không xuất gia.

Chúng ta đọc tiếp:

*“Ngài có mức độ tri túc tối cao, Ngài hoan hỷ trong an tịnh, không bận tâm tới thân thể và mạng sống của Ngài, bởi mục tiêu của Ngài là tâm xả. Ngài thực hành từ bỏ phiền não tới mức độ tột đỉnh, Ngài chịu đựng những hành động suy đồi của kẻ khác. Ngài có quyết tâm kiên định làm suy giảm các phiền não đối nghịch với các pháp trợ đạo bằng thái độ quân bình trên mọi phương diện. Điều ấy khiến Ngài tri túc trong mọi thứ, không thiên vị với những người hỗ trợ Ngài hay không hỗ trợ Ngài. Cuộc sống của Ngài giống như cuộc sống của một vị A La Hán và vì thế Ngài không dính mắc vào các ngọn gió đời. Ngài đạt tới tột đỉnh của tâm xả ba la mật và nơi đó có tính kiệt xuất của một ba la mật dẫn tới sự giác ngộ của chư Phật (Buddha pāramī)”.*

Tâm xả ba la mật bao hàm sự công bằng với mọi chúng sinh và đó là điều khó thực hành nhất.

Mười ba la mật là:

*Bố thí (dāna),*

*Trì giới (sīla),*

*Xuất gia (nekkhamma),*

*Trí tuệ (paññā)*

*Tinh tấn (viriya)*

*Kham nhẫn (khanti)*

*Chân Thật (sacca)*

*Quyết định (adiṭṭhāna)*

*Tâm từ (mettā)*

*Tâm xả (upekkhā)*

Chúng ta không nên lơ là bất kỳ ba la mật nào trong mười ba la mật, chúng ta cần tới tất cả. Chúng ta cần chân thành trong việc từ bỏ phiền não và đó là chân thật ba la mật. Ta cần nhớ nghĩ về những sai trái của người khác với tâm từ. Ta cũng cần quyết định ba la mật, quyết tâm vững vàng không lay động thực hành



mọi loại thiện pháp để có thể đạt được tới đích. Có thể chúng ta có chân thành trong mong muốn từ bỏ phiền não, nhưng những khi thiếu quyết tâm, ta không đủ vững vàng trong quyết định từ bỏ phiền não. Ta cần quyết định ba la mật để chân thành trong sự thực hành nhằm tận diệt phiền não.

Chúng ta cần kham nhẫn ba la mật, tức là sự nhẫn nại. Chúng ta cần vun bồi mọi ba la mật và đây là cách duy nhất để có như lý tác ý với bất cứ những gì ta kinh nghiệm, để phát triển trí tuệ.



## ***Phần kết***

### ***Ô nhiễm của các Ba la mật***

Khi tham sinh khởi, khi chúng ta vui thú và dính mắc, mười ba la mật bị ô nhiễm. Ô nhiễm của mỗi ba la mật được giảng như sau:

*“Nói riêng rẽ, suy nghĩ sai lầm (vikappa) về vật thí và đối tượng thọ thí là ô nhiễm của bố thí ba la mật”.*

Đôi khi trong lúc bố thí, ta phân biệt đối tượng thọ thí, hoặc ta có những suy nghĩ phân biệt về vật thí, bởi dính mắc, bởi ác cảm, sợ hãi hay si mờ. Khi ấy bố thí ba la mật bị ô nhiễm, không thanh tịnh. Bố thí ba la mật phải được vun bồi tới mọi chúng sinh, không phân biệt. Nếu ta có những suy nghĩ sai lầm về vật thí và đối tượng thọ thí, ta cần thẩm xét đặc tính của bố thí ba la mật. Ở những khoảnh khắc ấy, nó bị ô nhiễm, không thanh tịnh. Chúng ta cần có hiểu biết tinh tế về các ba la mật trong đời sống hàng ngày. Chúng cần được vun bồi từ kiếp này sang kiếp khác trong vòng sinh tử luân hồi để có thể đạt tới độ hoàn mãn.

Chúng ta đọc về trì giới ba la mật:

*“Suy nghĩ sai lầm về chúng sinh (đối tượng) và thời điểm là ô nhiễm của trì giới”.*

Có lúc chúng ta có thể giữ giới với một số người cụ thể, những người ta tôn kính chẳng hạn như cha mẹ. Chúng ta có thể giữ giới bằng cách bày tỏ sự kính trọng của ta với họ bằng các cử chỉ và lời nói, nhưng chúng ta không làm được vậy với những người khác. Hoặc chúng ta có những suy nghĩ sai lầm về thời điểm giữ giới, chỉ vào ngày Bồ tát (Uposatha)<sup>1</sup> hoặc một ngày ta chọn để giữ giới, và rồi ta có thể cho rằng mình đã toàn hảo về giới, mặc dầu những ngày khác ta không giữ giới. Đó là ô nhiễm của trì giới ba la mật. Chúng ta đọc tiếp trong Chú giải của *Hạnh Tạng* về ô nhiễm của các ba la mật khác như sau:

*“Suy nghĩ sai lầm về dục ái và hữu ái, và bất mãn với sự suy giảm của chúng là ô nhiễm của xuất gia ba la mật. Suy nghĩ sai lầm về ‘tôi’ và ‘của tôi’ là ô nhiễm của trí tuệ ba la mật...”*

Ngay khi ta nghĩ về trí tuệ theo cách như vậy, nó đã bị ô nhiễm rồi, chúng ta dính mắc với ý nghĩ “trí tuệ của

---

1. Ngày Bồ tát là ngày trai giới, là các ngày trăng tròn, mùng một và hai ngày giữa của hai chu kỳ trên. Vào những ngày này, các cư sĩ Phật tử thường tới chùa và thọ bát quan trai giới.

tôi”. Chúng ta đọc tiếp về ô nhiễm của các ba la mật:

*“Suy nghĩ sai lầm thiên về thụ động hay tăng động là ô nhiễm của tinh tấn ba la mật. Suy nghĩ sai lầm về mình và người khác là ô nhiễm của kham nhẫn ba la mật; Suy nghĩ sai lầm khi thừa nhận đã thấy cái thực chất không được thấy v.v là ô nhiễm của chân thật ba la mật; Suy nghĩ sai lầm khi thấy khiếm khuyết nơi các phẩm trợ đạo và ưu điểm trong các pháp đối nghịch của chúng (là ô nhiễm) của quyết định ba la mật; suy nghĩ nhằm lẫn cái có hại với cái có lợi (là ô nhiễm) của tâm từ ba la mật; Suy nghĩ sai lầm về khả ái và bất khả ái (là ô nhiễm) của tâm xả ba la mật. Các ô nhiễm cần được hiểu như vậy”.*

Có lúc ta có thể có tâm xả với thứ bất khả ái nhưng lại không có với thứ khả ái.

Càng hiểu pháp một cách tỉ mỉ, ta càng muốn thực hành pháp. Trước đây có thể ta nghĩ rằng mình không thể thực hành các ba la mật, rằng chúng ngoài tầm với của mình. Tuy nhiên, nếu chúng ta thấy được lợi ích của mỗi ba la mật, và nếu ta vun bồi chúng dần dần, cuối cùng chúng sẽ trở nên hoàn mãn. Chúng ta có thể tự kiểm chứng cho bản thân rằng nghe Pháp và nghiên cứu Giáo Pháp mang lại lợi ích tối thượng. Nó giúp chúng ta áp dụng Giáo Pháp trong cuộc đời mình để vun bồi Tứ niệm xứ song hành với tất cả mười ba la mật.

# TÌM HIỂU MƯỜI BA LA MẬT

**Những phẩm chất đưa tới giác ngộ**

***Sujin Boriharnwanaket***

Dịch giả Anh ngữ: Nina Van Gorkom

Vietnam Dhamma Home dịch Việt

---

HỘI LUẬT GIA VIỆT NAM

NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC

65 Tràng Thi, Quận Hoàn Kiếm, Hà Nội

Email: nhaxuatbanhongduc@yahoo.com

Điện thoại: 04.39260024 Fax: 04.39260031

\*

Chịu trách nhiệm xuất bản:

Giám đốc Bùi Việt Bắc

Chịu trách nhiệm nội dung:

Tổng biên tập Lý Bá Toàn

Biên tập: Nguyễn Thế Vinh

Bìa: Thanh Mai

Trình bày: Hồng Sương

---

In 1.000 cuốn, khổ 13.5x20.5cm, tại Xí nghiệp in Fahasa. 774 Trường Chinh, P. 15, Q. Tân Bình, TP. HCM. Số ĐKKHXB: 2821-2015/CXBIPH/34-62/HĐ. Số QĐXB của NXB: 2288/QĐ-NXBHĐ cấp ngày 02/10/2015. Mã số sách tiêu chuẩn quốc tế (ISBN): 978-604-86-7281-2. In xong và nộp lưu chiểu quý IV năm 2015.