



# PHẬT PHÁP CHO SINH VIÊN (BUDDHA DHAMMA FOR STUDENTS)

*Tỳ kheo Phật Lệ*  
*(Buddhadasa Bhikkhu)*  
*Thiện Nhựt phỏng dịch*

Nguyên tác Thái ngữ: "*Lak Dhamma Samrab Nak Seuksa*",  
Bản dịch Anh ngữ: "*Buddha Dhamma For Students*", của *Rod Bucknell*

---

## ***NHẬP ĐỀ***

Thưa các Bạn Đạo,

Buổi nói chuyện hôm nay được mạng danh là "*Phật Pháp Cho Sinh viên.*"

Tôi muốn nói rõ với các bạn rằng buổi nói chuyện này sẽ bàn đến các điều chủ yếu và các nguyên lý căn bản, và đặc biệt dành cho các sinh viên, tức là các người trí thức. Tôi sẽ bàn luận đến các nguyên lý rộng rãi về Giáo pháp (Chơn lý Thiên nhiên), dưới hình thức vấn đáp, trước đặt câu hỏi với các bạn, rồi sau sẽ cung ứng câu trả lời. Được nghe câu hỏi trước, các bạn sẽ thấy câu trả lời dễ hiểu và dễ nhớ hơn. Tôi nghĩ rằng cách này phù hợp nhất để trình bày với các bạn sinh viên, tức là những người thông minh. Người ta thường kể rằng, vào thời Đức Phật, các bậc thông minh chẳng hỏi gì ngoài các điểm chủ yếu và các nguyên lý căn bản. Họ chẳng bao giờ chờ đợi những lời giải thích tẻ nhạt. Điều đó có nhiều lợi điểm, nhất là tiết kiệm được thời giờ.

Và đây là việc tôi sẽ làm ngày hôm nay: đặt một câu hỏi nêu ra một đề tài cho chúng ta, rồi trả lời câu hỏi đó với các nguyên lý căn bản. Bằng cách ấy các bạn sẽ có được các điều thiết yếu về một số lớn đề tài cùng các sự kiện sẽ giúp các bạn dùng làm nền tảng tổng quát và vững chắc. Có được một nền tảng kiến thức sẽ

đem lại thành quả tốt đẹp trong tương lai; nó sẽ giúp các bạn nghiên cứu và hiểu rõ các diễn giả khác.

Một điểm nữa. Hình thức của buổi nói chuyện của tôi còn chuẩn bị cho các bạn được sẵn sàng khi gặp người ngoại quốc, hoặc người thuộc tôn giáo khác hỏi đến. Nó sẽ giúp các bạn trả lời các câu hỏi, trả lời đúng đắn, chẳng gây thêm sự hiểu lầm nào liên quan đến Giáo pháp. Xin nhớ kỹ các điều vừa nói, chúng hợp thành cốt lõi của vấn đề. Nếu các bạn khéo nhớ được chừng ấy, thì đó sẽ là một việc rất tốt, và tôi tin rằng, sẽ có lợi thật to lớn cho tất cả các bạn.

Giờ đây, tôi xin lần lượt bàn luận về các đề tài.

Thí dụ như chúng ta được hỏi:

### ***01.- Đức Phật đã dạy về đề tài nào?***

Cách hay nhất để trả lời điều ấy là viện dẫn lời nói của chính Đức Phật. "*Này các tỳ kheo, Như Lai chỉ dạy về ĐAU KHỔ (Dukkha, đau khổ, bất toại nguyện) và sự chấm dứt Đau khổ.*"

Cho dầu các bạn có đồng ý với câu trả lời đó hay không, tôi cũng xin bạn ghi nhớ lấy nó. Còn có nhiều cách khác để trả lời, nhưng lời giải đáp này chính là lời của Đức Phật đã tóm tắt lại tất cả giáo pháp của Ngài rất ngắn gọn.

Đức Phật chỉ dạy có *Đau khổ* và sự dập tắt *Đau khổ*. Điều này đã khiến cho các câu hỏi chẳng liên quan trực tiếp đến sự chấm dứt *Đau khổ* trở thành chẳng thích nghi với vấn đề. Các bạn khoan nghĩ đến các câu hỏi khác, như: "*Sau khi chết, còn có tái sinh không?*" hoặc: "*Tái sinh diễn ra như thế nào?*" Các câu hỏi đó sẽ được cứu xét đến sau này.

Vậy thì, nếu một người Tây phương hỏi chúng ta câu hỏi trên, chúng ta sẽ trả lời rằng: "*Đức Phật chẳng dạy điều gì khác hơn là Đau khổ, cùng sự chấm dứt Đau khổ.*"

\* \* \*

Tiếp theo câu hỏi vừa qua, chúng ta có thể được hỏi thêm:

## ***02.- Đức Phật đã dạy đặc biệt điều gì?***

**A.-** Như các bạn thấy, đây là một vấn đề lớn có thể trả lời nhiều cách tùy theo quan điểm khác nhau. Nếu được hỏi như trên, chúng ta có thể đáp, quan trọng hơn hết, Ngài dạy chúng ta *đi theo con đường Trung Đạo*, đừng quá khổ hạnh mà cũng đừng quá dễ dãi; đừng ngã theo cực đoan này cũng chẳng theo cực đoan kia. Một mặt, chúng ta tránh sự tự ép xác quá nhọc nhằn của các phái du già (yiga) chỉ tạo thêm sự khó khăn và rối rắm. Mặt khác, chúng ta phải tránh xa

đường lối thực hành còn chấp thuận các thú vui nhục dục, cũng như bảo: "Cứ ăn, cứ uống, cứ vui đùa, vì ngày mai chúng ta sẽ chết mất!" Đây là lời nói rất trơ trẽn, chỉ thích hợp với hạng người đắm đuối trong thú vui vật chất.

Ngược lại, *con đường Trung Đạo*, một mặt chẳng tạo thêm các cực nhọc cho ta, và mặt khác, chẳng chiều theo dục vọng để hưởng thọ các thú vui nhục dục. *Đi theo con đường Trung Đạo* sẽ mang đến cơ duyên nhằm tạo điều kiện thuận lợi cho sự học tập và thực hành, và thành công trong việc chấm dứt *đau khổ*. Từ ngữ *Con Đường Trung Đạo* có thể ứng dụng vào nhiều tình trạng khác nhau. Nó chẳng thể nào đưa bạn đi lạc đường cả. Nó chủ trương sự tiết chế. Biết các nguyên nhân, biết các hậu quả, biết chính mình, biết đến mức nào gọi là đủ, biết đúng thời, biết người khác, biết các cộng đồng: đó là Bảy Điều Hiểu Biết Cao thượng lập thành các bước *đi theo Con Đường Trung Đạo*.

Đó là một cách để trả lời câu hỏi trên.

**B.-** Chúng ta cũng có thể trả lời đúng đắn bằng cách nói rằng Đức Phật dạy *Sự Tự Lực*. Các bạn đều hiểu rõ cả thể nào là *tự lực*, chắc chẳng cần phải giải thích thêm. Nói cách vắn tắt, chúng ta chẳng nên tin cậy vào thời vận và định mạng. Chúng ta chẳng nên tin cậy vào các bậc Trời, ngay cả bậc thường được gọi là

"Thượng Đế". Chúng ta phải tự lực, trông cậy vào chính mình. Viện dẫn chính lời Đức Phật: *"Ta là nơi nương tựa của Ta."* Ngay cả trong các tôn giáo hữu thần cũng nói rằng Thượng Đế chỉ cứu giúp những ai biết tự cứu lấy mình. Trong các đạo giáo khác, vấn đề *tự lực* có thể được nói đến hoặc ít hoặc nhiều, nhưng trong Phật giáo, vấn đề *tự lực* rất là quan trọng. Khi một người bị phiền muộn và bị lừa phỉnh, đau đớn và thống khổ, người ấy phải biết quay về con đường tự cứu. Đức Phật bảo: *"Như Lai chỉ chỉ con đường. Còn nỗ lực là điều mọi người phải tự mình làm lấy."* Nói cách khác, Đức Phật dạy *tự lực*. Ta nên ghi nhớ kỹ điều ấy.

**C.-** Một cách khác để đáp câu hỏi trên là nhắc lại lời Đức Phật dạy rằng: *"Mọi sự vật đều được gây nên và bị điều kiện hoá. Mọi sự vật xuất hiện tùy thuộc vào nguyên nhân và điều kiện, đúng theo định luật."* Lời phát biểu đó cũng giống với câu giải đáp của một vị tỷ kheo - Tôn giả Át bệ (\*) - cho Tôn giả Xá lợi phất (\*) trước khi vị sau này gia nhập Tăng Đoàn: *"Đức Phật có dạy rằng, mọi sự vật khởi lên do nguyên nhân. Ta phải biết nguyên nhân của sự vật đó cùng sự chấm dứt nguyên nhân của nó."* Nguyên lý này của Giáo Pháp rất là khoa học, ngay tự nơi bản chất, và chúng ta có thể khẳng định rằng các nguyên lý của Phật giáo đều phù hợp với khoa học. Đức Phật chẳng hề dùng các dữ kiện cá nhân hay chủ quan để làm tiêu chuẩn; nói cách khác, Phật giáo là một tôn giáo của Lý trí.

[\*Át bệ = Asjavit; Xá lợi phát = Sariputta.]

**D.-** Lại còn một cách khác để giải đáp câu hỏi số 02, là Đức Phật đã dạy, như một qui tắc cho sự thực hành: *"Hãy tránh các điều ác, siêng làm các việc lành, thanh lọc tâm ý."* Ba điều ấy hợp lại thành *Ovāda pātimokkha* (*Khích lệ Giới bốn*), có nghĩa là "tóm tắt các lời khuyên khích": tránh điều ác, siêng làm lành, thanh lọc tâm ý cho trong sạch.

Tránh điều ác và siêng làm lành chẳng cần phải giải thích thêm; nhưng cách làm cho tâm thức con người trở nên trong sạch thì còn chưa nhận thấy được hiển nhiên. Nếu một người cứ lo chụp nắm và bám níu, ngay cả vào điều lành đi nữa, trong tâm thức người ấy sẽ khởi lên sự ô uế: lo sợ chẳng nhận được điều lành, lo sợ bị từ khước các điều tốt đang có, ưu sầu, phiền muộn, và quỵên luyến cái này, cái nọ coi như là *"của tôi"*. Tất cả những thứ đó tạo nên *đau khổ*. Dầu cho chúng ta có thành công trong việc tránh ác và làm lành, chúng ta vẫn còn phải biết cách làm sao cho tâm thức mình được thanh tịnh. Đừng chụp nắm và bám níu vào bất cứ sự vật gì coi như là *ta*, hoặc là *của ta*. Bằng không, sẽ có khốn khó và *đau khổ* (*dukkha*) đè nặng trĩu lên. Nói cách khác, chụp nắm và bám níu là gánh nặng trên mình. Đeo bên vai hay đội trên đầu một bịt ngọc ngà châu báu cũng nặng y như đang vác một bịt sỏi đá vậy. Vậy thì, đừng mang sỏi đá, ngọc ngà chi cả. Hãy đặt chúng xuống. Bạn đừng



để vật nặng nào trên đầu (*đầu* , ở đây, có nghĩa là tâm thức). *Thanh lọc tâm ý* chính là nghĩa đó.

Thứ nhất tránh việc ác, thứ hai siêng làm lành, còn thứ ba là thanh lọc tâm thức, đó là lời dạy của chư Phật.

**E.-** Và đây là một lời dạy quan trọng khác nữa đáng được nhắc nhở luôn. Đức Phật dạy rằng: "*Tất cả những sự vật hữu vi* (những vật tổ hợp tức là tất cả mọi sự vật, mọi chúng sanh trên thế giới) *đều chuyển trôi mãi mãi, luôn luôn tan vỡ* (nghĩa là *đều vô thường*). *Mọi người phải nên luôn luôn tỉnh thức!*" Xin các bạn hãy nghe cẩn thận các chữ này: *mọi vật trên cõi đời này luôn luôn chuyển trôi, rồi tan vỡ; tất cả đều vô thường*. Đừng chạy theo vui đùa với chúng! Chúng sẽ câu xé bạn. Chúng sẽ tát vào mặt bạn. Chúng sẽ trói buộc bạn thật chặt chẽ. Rồi bạn sẽ ngồi bệt xuống đất mà khóc than, và biết đâu lại muốn ... tự tử!

Giờ đây, hãy đúc kết lại các cách khác nhau để trả lời câu hỏi số 02. Nếu được hỏi, *Đức Phật đã dạy điều gì*, ta sẽ trả lời bằng một trong các câu sau đây:

- Ngài dạy chúng ta nên đi theo *con đường Trung Đạo*;
- Ngài dạy chúng ta phải *tự lực*;
- Ngài dạy chúng ta phải quen thuộc với *Định luật Nhơn quả* và thích ứng với nguyên nhân để hưởng như ý muốn cái hậu quả sẽ theo sau;
- Ngài dạy chúng ta một nguyên tắc thực hành: *tránh điều ác, siêng làm lành, thanh lọc tâm ý*;
- và Ngài nhắc nhở chúng ta phải biết *các sự vật hữu vi đều vô thường*, luôn luôn chuyển biến và lúc nào chúng ta cũng phải *tỉnh thức*.

\* \* \*

Giờ đây nếu gặp một người ngoại quốc hỏi:

***03.- "Xin nói vắn tắt, thông điệp của Phật giáo là gì?"***

Có thể đáp ngay bằng lời nói vắn tắt của Đức Phật: ***"Chẳng có bất cứ điều gì có thể chụp nắm và bám níu vào cả."***

Lời Phật, "Chẳng có chi để chụp nắm và bám níu vào cả" là là một câu cách ngôn, ngay trong tầm tay của ta, đâu cần mất thêm thời giờ đi tra cứu trong Tam Tạng Kinh Điển (các lời dạy về Giáo pháp được ghi chép lại), vì câu ngắn gọn ấy nói lên đầy đủ và rõ ràng. Trong tất cả các bản Kinh, trong toàn thể Giáo pháp, nhiều đến tám vạn bốn ngàn đề tài, tất cả đều có thể tóm gọn trong một câu duy nhất: ***"Chẳng có chi để chụp nắm và bám níu vào cả."*** Câu ấy dạy ta rằng hề chụp nắm sự vật và bám níu vào chúng là *đau khổ (dukkha)*. Một khi đã hiểu rõ được lời nói ấy, thì có thể bảo là đã biết tất cả các lời Phật đã thốt ra, toàn bộ tám vạn bốn ngàn Pháp môn. Và hề đem câu ấy ra thực hành, đó là đang thi hành trọn vẹn Giáo pháp, trong mọi giai đoạn và dưới mọi hình thức.

Lý do vì sao một người thất bại trong việc giữ gìn *giới cấm*, chính là vì y đã chụp nắm và bám níu vào sự vật.

Nếu y biết tự kèm chế chẳng chụp nắm và chẳng bám níu vào bất cứ sự vật chi và dẹp được sự thèm khát cùng sự oán ghét, thì y chẳng thể nào phạm vào *giới* được. Lý do vì sao tâm trí một người lại luôn xao lãng và chẳng *định tâm* được, là vì y đang chụp nắm và bám níu vào một điều gì. Lý do vì sao một người còn thiếu *trí huệ* cũng giống như vậy. Một khi anh ta đã biết tập tánh buông bỏ chẳng chụp nắm nữa, liền đó anh tiến theo *Con Đường Chánh Đạo*, đạt được Quả vị và cuối cùng chứng đắc *Niết bàn* (Pali = Nibbàna; Phạn = Nirvāṇa).

Đức Phật là người chẳng hề nắm bắt điều chi cả. Chánh Pháp chỉ dạy sự thực hành việc buông bỏ chẳng bám níu và quả vị của sự từ khước nắm bắt. Tăng già (Cộng đồng các vị thánh đệ tử của Đức Phật) gồm có các vị thực hành sự chẳng chụp nắm, một số vị còn đang tập luyện, một số đã hoàn tất.

Khi được yêu cầu tóm tắt Giáo pháp của Ngài trong một câu ngắn, Đức Phật đã đáp: "*Chẳng có bất cứ điều nào mà ta nên chụp nắm và bám níu vào cả.*"

\* \* \*

***04.- "Làm thế nào để thực hành việc chẳng chụp nắm và chẳng bám níu?"***

Khi bạn gặp một người ngoại quốc hỏi, bằng cách nào mà thực hành được việc chẳng chụp nắm, thì bạn nên, một lần nữa, đem câu nói của chính Đức Phật ra mà trả lời. Khởi cần đưa ý kiên riêng của chúng ta ra. Đức Phật dạy thật đầy đủ như sau:

*"Khi mắt thấy một vật, chỉ thấy vật ấy. Khi tai nghe một tiếng, chỉ nghe tiếng ấy. Khi mũi ngửi một mùi, chỉ ngửi mùi ấy. Khi lưỡi nếm món gì, chỉ nếm món đó. Khi có cảm xúc trên da hay trên thân, chỉ biết đến cảm xúc ấy. Và khi một ý nghĩ, một đối tượng tâm linh, khởi lên trong tâm, như một tư tưởng xấu chẳng hạn, chỉ biết tư tưởng ấy."*

Tôi xin hãy đọc trở lại lời dạy trên, để giúp những bạn chưa từng nghe đến câu ấy. Khi nhìn thấy, chỉ có sự thấy mà thôi. Nếu có thể được, khi đang thấy, chỉ thấy thôi; khi nghe, chỉ nghe; khi ngửi mùi, chỉ ngửi mùi; khi nếm vị, chỉ nếm; khi nhận một cảm giác trên da hay trên thân, chỉ thể nghiệm cảm giác ấy; và khi một đối tượng tâm linh khởi lên trong tâm thức, chỉ biết đang có đối tượng đó. Điều này có nghĩa là chẳng nên để cho tư tưởng về *thân kiến* (ý nghĩ về *ta*) khởi lên. Đức Phật dạy, nếu một người năng thực tập như thế, cái *ta* (cái *tự ngã*) chẳng thể nào khởi sanh được; rồi thì sự vắng mặt của cái *ta* (*tự ngã*) tức là sự chấm dứt đau khổ (*dukkha*).

"Nhìn thấy một vật qua con mắt, chỉ thấy mà thôi." Cần giải thích thêm điều này. Khi có vật tiếp xúc với mắt, hãy quan sát cùng nhận ra vật ấy và biết cần phải làm điều gì khi thấy vật đó. Nhưng đừng để cho *thương, thích* hay *ghét, chê* khởi lên. Nếu bạn nổi lên *thương*, bạn sẽ ham muốn vật đó. Nếu bạn để cho *ghét* nổi lên, bạn sẽ muốn phá hủy nó. Như thế là hiện đang có mặt ở đó cả *người thương lẫn kẻ ghét*. Đây là điều được gọi là *cái Ta, cái Tự ngã*. Theo con đường của *cái Ta* là đang *đau khổ* và thất vọng. Khi một vật được nhìn thấy, cần phải có trí thông minh cùng sự nhận biết. Đừng để cho các ô nhiễm trong tâm buộc bạn phải chụp nắm và bám níu. Đào luyện trí thông minh để biết điều gì cần làm cho đúng và thích hợp. Nếu thấy chẳng cần làm gì, thì quên vật đó ngay đi. Nếu đang chờ đợi một kết quả nào về vật ấy, thì cứ tiến hành làm ngay, với sự nhận biết của trí thông minh, mà chẳng để cho thân kiến (ý tưởng về *cái ta*) có dịp sanh khởi lên được. Bằng cách ấy, bạn có được kết quả bạn mong muốn mà chẳng có sự *đau khổ* nào xảy ra cả. Đây là một nguyên tắc thực hành Giáo pháp rất gọn, đáng được xem là tuyệt hảo.

Đức Phật dạy: "Khi thấy, chỉ thấy. Khi nghe, chỉ nghe (...) Khi nhận biết một đối tượng tâm linh, chỉ nhận biết nó." Hãy ngưng lại ngay đó, và trí huệ tự nhiên sẽ chuyển động. Hãy chọn lấy lối đi đúng đắn và thích hợp. Đừng khai sanh thêm "người thương" hay "kẻ ghét", và từng theo đó là cái ý muốn hành động theo

sự thương hay sự ghét, vì đây chính là sự khởi sanh ra cái *tự ngã* trong tâm. Một tâm tư như thế trở nên náo động, chẳng được tự do. Tâm tư ấy hoạt động chẳng có chút trí huệ nào cả.

Tại sao ta lại chẳng nêu lên *giới, định, huệ, tạo phước đức* hay *bồ thí* liên quan đến một công đức đầy thắng quả như thế? Các điểm ấy (*giới, định, v.v.*) là những trợ duyên giúp cho hành giả, chớ chúng chẳng phải là cốt tủy của Giáo Pháp, còn chưa phải là phần thiết yếu. Chúng ta tạo phước đức, bồ thí, giữ giới, tập định, và phát triển trí huệ, chính là để trở thành người an định. Khi đang thấy, chỉ thấy; khi đang nghe, chỉ nghe. Thực hiện điều này, chúng ta trở thành an định. Chúng ta có được sự an định, sự chẳng lay chuyển và thể quân bình. Mặc dầu cảnh vật bên ngoài đến tiếp xúc với chúng ta hằng ngày, dưới nhiều hình thức qua các ngõ của giác quan, cái *tự ngã (Ta)* cũng chẳng sanh khởi ra được. Tạo phước đức, bồ thí là những phương cách để loại trừ cái *Ta* ra. Giữ giới là phương thức giúp chúng ta làm chủ mà trị được cái *Ta*, sự luyện tập định lực cũng có hiệu lực như thế. Phát triển trí huệ dùng để tiêu diệt cái *Ta*. Nơi đây, chúng ta chẳng bàn đến nhiều vấn đề khác nhau, chúng ta chỉ nói đến một vấn đề khẩn cấp hằng ngày. Hằng ngày, đôi mắt chúng ta nhìn thấy vật này, món nọ, tai chúng ta nghe tiếng nọ, tiếng kia; mũi chúng ta ngửi mùi này, hương nọ, và rồi cho chí đến sáu cửa của các giác quan. *Chỉ riêng có công phu thực tập này cũng đủ bao*

*trùng hết mọi công phu. Nó chính là bản chất, là tinh túy, của sự thực hành Giáo pháp.*

Nếu có người ngoại quốc nào hỏi bạn câu số 04 trên đây, xin hãy trả lời như vừa nói.

\* \* \*

Thí dụ như một người ngoại quốc hay một người khác tôn giáo với bạn, đến hỏi bạn rằng:

### ***05.- "Nơi nào chúng ta có thể tu học được?"***

Lại một lần nữa, chúng ta đáp bằng cách trích dẫn lời nói của Đức Phật, *"ngay trong tâm thân 'một thước tám' này, với các tri giác và các hoạt động tâm linh."* Tu học ngay trong tâm thân của con người cùng với các tri giác và hoạt động tinh thần. Tâm thân "thước tám" này, còn đang sống động, cùng với các tri giác, các hành động tâm thức, tất cả các phần đó lập thành *con người*. Sự hiện diện của tâm thức bao hàm các tri giác, và sự hiện diện của các hoạt động tâm linh bao hàm các kiến thức và tư tưởng.

Trong tâm thân "thước tám" đó cùng với các tri giác và các hoạt động tâm linh, đấng Như Lai (Đức Phật) đã cho biết rõ ràng thế giới, nguồn gốc của thế giới, sự tận diệt của thế giới, cùng đường lối thực hành để hoàn tất sự diệt tận đó. Khi Ngài nói đến nguồn gốc



của thế giới, sự hoại diệt của thế giới, cùng đường lối thực hành đưa đến sự tiêu diệt hoàn toàn thế giới đó, Ngài muốn nói rằng toàn thể Giáo Pháp đều phải tìm thấy ngay trong thân tâm này. Tu học ngay nơi đó. Đừng đi học ở trường, ở nơi hang động, ở cảnh rừng hoang, trên ngọn núi cao, hay ở trong tu viện. Các nơi đó đều nằm bên ngoài chúng ta. Hãy xây dựng một ngôi trường bên trong, thiết lập một đại học đường ngay trong thân thể. Rồi hãy nghiên cứu, học tập, điều tra, sưu tầm, thám thính đó đây, tìm cầu chơn lý về sự tạo khởi của thế giới, vì đâu thế giới lại là suối nguồn của đau khổ, thế giới có thể được huỷ diệt hoàn toàn chẳng (tức là sự huỷ diệt của đau khổ) và làm cách nào để tận diệt được nó. Nói cách khác hơn để diễn đạt lại ý này, đó là hãy tự mình khám phá trở lại Bốn Chơn Lý Nhiệm Mầu (Tứ Diệu Đế). Bực Đại Giác (Đức Phật) đôi khi dùng danh từ "*thế giới*", đôi khi dùng danh từ "*đau khổ*" (*Dukkha*). Bản chất của thế giới, của sự đau khổ, bản chất của sự sanh khởi và nguồn gốc của thế giới, bản chất của sự diệt tận hoàn toàn của thế giới, của đau khổ, cùng với bản chất của công phu tu tập theo Giáo Pháp để đi đến sự chấm dứt *đau khổ*: những vấn đề đó cần được tìm tòi và nhận thấy ra ngay trong thân tâm này, chớ chẳng ở nơi nào khác. Nếu ai đã tìm thấy các vấn đề đó tại một nơi nào khác, thì đó chỉ là bản tường trình ghi trong sách vở, hoặc là lời đồn đãi, hay là danh từ rỗng suông mà thôi, chớ chẳng phải là Chơn lý. Nếu đã được tìm thấy

ngay trong tám thân "thước tám" này (fathom long body), cùng với tâm thức, thì đó mới thật là Chơn lý.

Vậy thì, nếu được hỏi, *cần phải tu học ở nơi nào*, bạn sẽ đáp, chúng ta tu học ngay trong tám thân "thước tám" này, cùng với các tri giác và các hoạt động tâm linh.

\* \* \*

Giờ đây, chúng ta có thể được hỏi tiếp, để được hiểu thêm rõ ràng về Chánh Pháp:

#### ***06.- "Chánh Pháp được so sánh với điều gì?"***

Đức Phật nói: *"Chánh Pháp có thể được so sánh với chiếc bè,"* Ngài đã dùng chữ *chiếc bè*, vì ngày xưa chiếc bè thường được sử dụng để vượt sang sông và cách giải thích Chánh Pháp như thế rất dễ hiểu. Nhưng lời ví dụ này mang một ý nghĩa thật quan trọng. Ta chẳng nên quá quuyến luyến vào Chánh Pháp đến nỗi quên cả chính mình, quá hãnh diện mình là "ông thầy", một nhà học giả, hay một bậc trí thức học rộng. Nếu ta quên mất rằng Chánh Pháp chỉ như chiếc bè, các nguy cơ ấy sẽ lại nổi lên. Chánh Pháp là một chiếc bè, một phương tiện chuyên chở, để đưa ta sang đến bờ bên kia. Đã đến bờ bên kia và bước chơn lên đất liền, ta chẳng điên khùng gì mà mang vác chiếc bè đi theo ta nữa.

Ví dụ đó dạy ta phải biết nhận chân ra và xử dụng chánh Pháp như một phương tiện để đạt đến mục đích, chớ chẳng để chụp bắt và bám níu vào, cho đến mức quên cả chính mình đi. Nếu ta chẳng nhận chân ra nhiệm vụ thật sự của chiếc bè, chúng ta có thể giữ nó lại bên mình để phô trương hoặc để tranh cãi với kẻ khác. Đôi khi nó lại còn được đem dùng để đua thuyền, thật là hao phí và vô dụng. Nó phải được xử dụng đúng theo chủ đích, để bơi sang sông, để vượt dòng nước. Kiến thức về Chánh pháp cần phải được xử dụng để vượt qua biển khổ. Nó chẳng nên được cầm giữ lại vì mục đích có hại, như để chiến đấu nhau bằng miệng lưỡi sắc bén như gươm, hoặc để tranh luận, hay được dùng như một tế vật để tôn thờ, lễ bái. Sau cùng, xin đừng chụp nắm và bám níu vào nó, để đến nỗi khi đã sang bờ bên kia, bước chơn lên đất liền rồi mà vẫn còn muốn mang kè kè chiếc bè theo mình.

\* \* \*

Chánh pháp kia, được xem giống như chiếc bè, áp dụng cả cho người xuất gia cùng người vẫn còn sống trong gia đình. Giả dụ như chúng ta được hỏi rằng:

### ***07.- "Người Phật tử tại gia cần tu học những gì?"***

Chúng ta đừng để mất thời giờ mà đi tìm cách trả lời theo ý riêng của mình; nếu ai đã muốn như thế, thì cũng tốt, chẳng điều chi ngăn trở anh ta làm như vậy.

Nhưng nếu chúng ta muốn giải đáp đúng theo những gì Đức Phật đã dạy, thì chúng ta phải nên nói rằng: "*Người Phật tử tại gia nên học tất cả Kinh kệ*, nghĩa là, *tất cả những bản Kinh mà Đức Như Lai đã dạy về Tánh Không*." (*Sunnatà*, sự rỗng vắng).

Các bản Kinh Kệ hợp thành một bản trần thuyết khéo hệ thống hoá các lời giảng trong Giáo Pháp, là phần cốt tủy tinh túy của các lời Phật dạy. (...) Một bản Kinh là một bài giảng thật khéo sắp đặt, có thứ tự, và là tinh túy vừa đề mục (...)

Xin nhớ cho rằng Kinh kệ chính là lời nói của Đức Như Lai (Tathàgata). Tất cả Kinh kệ của Đức Phật thuyết giảng đều liên hệ đến *Tánh Không* (*Sunnatà*, sự rỗng vắng). Về vấn đề này, khi có người còn tại gia thưa hỏi, họ cần tu học và thực hành những gì để được lợi lạc to lớn và được hạnh phúc, Đức Phật đáp: "Các Kinh kệ là những lời nói của Như Lai, rất cao sâu, ý nghĩa thâm trầm, là những phương cách để vượt thoát cõi thế gian, và đều liên hệ đến *Tánh Không*."

Danh từ *Tánh Không*, *Sunnatà*, xem như quá xa lạ đối với các bạn, nhưng xin đừng vội chán nản, vì đây là một chữ quan trọng vào bậc nhất trong Phật học. Chữ *Sunnatà* có thể được dịch là *sự rỗng vắng*; nhưng *rỗng*, *vắng* thường có nhiều nghĩa và cách dùng khác nhau. Chữ *Tánh Không*, *Sunnatà*, trong Phật học chẳng phải là sự rỗng vắng về vật chất; nó

chẳng phải là một khoảng trống không chẳng chứa đựng một chất vật liệu nào. Chẳng phải thế! Đây là một trường hợp rỗng vắng theo cái nghĩa chẳng có được chút bản thể thiết yếu nào, bởi vì tất cả mọi sự vật khác vẫn còn hiện diện đầy đủ ở đó. Vẫn còn có đủ muôn vàn hình vật khác tràn đầy khắp thế giới, thế mà Đức Phật dạy rằng, muôn vật đều rỗng vắng, hay là muôn vật đều có tánh cách rỗng vắng, chỉ vì chẳng có một chút gì nơi muôn vật đó đáng được xem là *tự ngã*, là *Ta* (là chính mình) và thuộc về *của Ta*, thuộc về *tự ngã của Ta*. Lời dạy ấy nhằm mục tiêu là chỉ rõ, lại một lần nữa, là *chẳng có gì để chụp nắm và bám níu vào cả*.

Người còn tại gia cần tu học đặc biệt về các lời nói của Đức Phật liên quan đến *Tánh Không*. Thông thường, đề mục này bị hiểu lầm là quá cao xa đối với người đời. Lý do giản dị là rất ít người vui lòng thực hành theo các lời dạy đó của Đức Phật. Vậy xin các bạn ghi nhớ cho rằng, chẳng riêng gì cho các tỳ kheo, người tại gia cũng phải học hỏi, thực hành và nhiên hậu mới khám phá ra ý nghĩa của *Sunnatà*, của *Tánh không*.

Tôi hi vọng rằng, các bạn còn tại gia sẽ chẳng còn quá lo sợ về danh từ và đề mục *Sunnatà*, *Tánh Không* nữa. Hãy bước từng bước để gia tăng sự hiểu biết và kiến thức về *Tánh Không*. Đề tài này cần có sự giải thích tế nhị và phức tạp, nên đòi hỏi nhiều thời giờ. Vì lẽ đó,

chúng ta chỉ bàn ở đây các cốt lõi của vấn đề, bản chất thật sự của nó mà thôi, và đây cũng là đã khá đầy đủ rồi, vì ý niệm về *Tánh Không* chỉ là sự trống vắng chẳng có cái *Ta*, hay cái gì thuộc về *Ta*. Nếu tâm thức ai nhận chân ra rằng chẳng có gì là *tự ngã* (cái *Ta*) và chẳng có gì thuộc về *tự ngã*, thì tâm thức ấy được "trống vắng" và tự do. "Thế giới này trống vắng" chỉ có nghĩa là như thế đấy.

\* \* \*

Giờ đây, giả sử như có người hỏi, trong Phật học chữ nào là chữ tối thượng, như hỏi rằng:

### **08.- "*Amatadhamma, Vô sanh pháp, là gì?*"**

"*Amata*" có nghĩa là "chẳng hề chết", "bất tử", "vô sanh" Và "*Amatadhamma*" là một dhamma, một pháp (sự vật hay tình trạng) chẳng hề bị chết đi. Thế nghĩa là sao? Đức Phật có nói: "*Sự chấm dứt tham, sân, si chính là amatadhamma, là vô sanh pháp.*" Vô sanh pháp (vô sanh=bất tử, chẳng hề chết đi) là một cảnh giới bất diệt, một tình trạng chẳng bao giờ bị tiêu diệt. Bất cứ khi nào còn có *tham, sân, si*, thì gọi đó là tình trạng khả vong (sẽ bị chết mất). Ta thể nghiệm sự đau khổ. Ta có ngã kiến (ý kiến về cái *Ta*), khiến cho ta phải chịu sự sanh ra, sự già lão, bệnh tật và sự chết. Khi *tham, sân* và *si* chấm dứt (chấm dứt *si mê* là hết ngu muội và hiểu biết sai lầm), thì ý niệm sai lầm về

tự ngã (về cái *Ta*) chẳng khởi lên , thì làm gì còn có cái *Ta* nữa để chết đi. Do đó, nếu muốn đi tìm một cảnh giới bất tử (chẳng chết), *amatadhamma*, thì phải tìm ngay nơi, hay tình trạng, hoặc điều kiện, nào mà tham, sân, si hoàn toàn vắng mặt. Đây là lời dạy của Đức Phật. *Vô sanh pháp*, *Amatadhamma*, mà ta thường nghe nói đến, là chữ tối hậu, là lời dạy tối thượng của Phật học.

Các tôn giáo khác cũng có nói về sự "chẳng hề chết đi" nhưng lại mang ý nghĩa khác với Phật giáo. "Bất diệt", theo nghĩa *amata* trong Phật học, chỉ là sự chấm dứt tham, sân, si.

\* \* \*

Dưới nhiều tên khác nhau, người ta đã nói đến *Pháp* (*Chơn Lý*) *cao thượng nhất, thâm sâu nhất*. Thí dụ như có người hỏi:

**09.- "*Pháp nào là Pháp cao thượng và thâm sâu nhất để vượt khỏi thế gian và sự chết dưới mọi hình thức?*"**

Đức Phật gọi *Pháp* đó là *Sunnàtappatisamyuttà*, nghĩa là *Pháp luận về Tánh Không (Sunnatà)*, hay là chính cái *Tánh Không* ấy. *Pháp* nào luận về *Tánh Không* , đó là *Pháp cao thượng nhất và thâm sâu nhất*. *Pháp* ấy

vượt cả thế gian, sự chết, và chẳng là gì khác hơn *Amataadhamma*, tình trạng vô sanh, hay bất diệt.

Giờ đây, ta tự hỏi, Chánh Pháp, theo các thuyết mới nhứt, gần đây nhứt, là những gì? Đức Phật nói: *"Một bản Kinh, bất cứ thuộc loại nào, thuộc cấp bậc nào, dầu đã do một thi sĩ hay nhà hiền triết nào sáng tác, dầu dưới hình thức văn vần, hoa lệ, âm vận du dương đi nữa, cũng chẳng theo đúng Chánh Pháp nếu chẳng có liên hệ đến Tánh Không."* Xin các bạn hãy nhớ kỹ cho các chữ quan trọng này: *"chẳng liên hệ đến Tánh Không"*. Vì thế, nếu một bài Kinh nào chẳng liên hệ đến Tánh Không, thì đó là lời nói của một người đệ tử về sau, một sự canh cải, một giáo lý mới, chớ chẳng phải là lời nói của Đức Như Lai, và do đó, phải được xem là thấp kém hơn. Nếu đó là lời nói của một vị đệ tử và chẳng bàn đến Tánh Không, thì phải xem như ở ngoài Giáo pháp.

Nếu chúng ta muốn tìm thấy Chánh pháp trung thực với lời dạy nguyên thủy của Đức Phật, chẳng có cách nào khác hơn là tìm xuyên qua các bài giảng về *Tánh Không* (*Sunnatà*, sự rỗng vắng).



\* \* \*

Nếu bạn được một người ngoại quốc hỏi:

***10.- "Trong Kinh điển, như đã ghi ở Tạng Pali, điểm giáo lý nào được Đức Phật nhấn mạnh nhiều nhất?"***

Lại một lần nữa, ta hãy dùng lời của Đức Phật để đáp câu hỏi trên: "*Năm thủ uẩn là vô thường và vô ngã*". Năm thủ uẩn là năm nhóm tập hợp mà một "cá nhân" được phân tách ra làm năm phần. Phần thân thể vật chất được gọi là *sắc uẩn* (*rùpa*); nhóm cảm giác, cả vui thích lẫn đau đớn, gọi là *thọ uẩn* (*vedanà*); ký ức và các tri giác gọi chung là *tưởng uẩn* (*sanna*); các tư tưởng hoạt động gọi là *hành uẩn* (*sankhàra*); và tâm thức với khả năng biết được mọi đối tượng qua ngã các giác quan là *thức uẩn* (*vinñāṇa*). *Sắc uẩn*, *thọ uẩn*, *tưởng uẩn*, *hành uẩn*, và *thức uẩn* được gọi là *ngũ uẩn* (*khandas*). Năm nhóm tập hợp đó đều *vô thường* (*anicca*) và *vô ngã* (*anatta*). Đây chính là điểm giáo lý đã được Đức Phật nhấn mạnh đến nhiều nhất, hơn tất cả mọi phương diện khác của Giáo pháp. Năm uẩn đó *vô thường*, luôn luôn trôi chảy và liên tục biến đổi. Chúng *chẳng có tự ngã*, bởi vì chúng hằng lưu chuyển; chẳng có ai có thể xem chúng như là *Ta*, hoặc là *của Ta* được.

Tôi xin tóm lược lại lần nữa. Hãy ghi nhớ kỹ: trong tất cả giáo lý, Đức Phật chỉ nhấn mạnh đến điều này: *muôn vật đều vô thường, chẳng có vật chi được xem là Ta, hay của Ta.*

\* \* \*

Vấn đề kế tiếp mà chúng ta sẽ cứu xét là:

### ***11.- "Đức Phật dạy ta phải tin điều gì và tin ai?"***

Nếu bạn được hỏi như trên, thì hãy trả lời với lời dạy của Đức Phật trong bản Kinh *Kalama*: chúng ta chỉ phải tin vào những gì *chính chúng ta thấy rõ ràng*. Vấn đề ngay đây là rất cần thiết phải hiểu rành từ ngữ "*thấy rõ ràng*" là như thế nào. Nó có nghĩa là *thấy rõ* mà chẳng cần đến lý luận, dự ước hay phỏng đoán. Phải thấy rõ ràng như mắt đang nhìn tay cầm lấy một vật, rồi làm như vậy thì thấy kết quả ra như thế ấy. *Thấy rõ* là như thế, chẳng cần chi đến lý luận hay giả thiết mới hiểu. Trong Phật học, chúng ta được dạy, chẳng nên tin ai, chẳng nên tin điều gì, mà còn chưa *chính ta thấy rõ ràng sự thật là như thế*.

Các vấn đề sau đây giúp ta hiểu rõ thêm về ý nghĩa nêu trên. Tại sao chúng ta lại bị cảnh cáo là chẳng được nên tin vào

Tam Tạng Kinh Điển (*Tipitaka*, ba tạng Kinh, Luật, Luận của Phật giáo), chẳng được tin vào vị sư phụ nào, chẳng được tin vào lời đồn đãi hay báo cáo, chẳng được tin vào những gì đã do lý luận, hay biện luận mà ra? Các nguyên tắc đó giúp vào *chánh kiến* (sự hiểu biết đúng đắn), bởi vì mọi sự nhẹ dạ tin một cách mù quáng đều là ngu dại. Giả dụ như chúng ta mở Tam Tạng Kinh Điển ra và đọc một đoạn nào, rồi thì liền tin theo mà chẳng suy nghĩ, chẳng trắc nghiệm lại, chẳng chút phê phán xét đoán. Đó là một sự tin tưởng khờ dại vào Tam Tạng Kinh Điển, điều mà Đức Phật khiển trách. Tin lời thầy nói mà còn chưa chính mắt mình thấy, chính tai mình nghe điều thầy nói có đúng như sự thật không, đó là ý nghĩa của lời cảnh cáo "khi tin vào vị sư phụ nào". Đối với các lời đồn đãi, các báo cáo, lại cũng như vậy. "Tin vào những gì đã do đường lối biện luận mà suy ra" có nghĩa là, vì đã học qua và có kinh nghiệm về cách lập luận, ta thường đi đến kết luận là một mệnh đề nào đó, đúng theo luận lý học, thì phải xảy ra như thế; nhưng điều biện luận này xét ra vẫn còn chưa đủ đúng đắn, ta chẳng nên đặt tin tưởng vào lối biện luận như vậy.

Tuy nhiên ta nên cẩn thận để ý kỹ lưỡng rằng lời dạy trong Kinh Kalama chẳng hề cấm đoán ta đọc Tam Tạng Kinh Điển. Cũng như điều ấy chẳng cấm việc thưa hỏi các vị thầy, hoặc đọc các báo cáo, nghe lời đồn, hay là dùng phương pháp luận lý học. Trái lại, chúng ta có thể đọc, nghe, thưa hỏi, nhưng chẳng nên

ngây thơ chấp nhận ngay, trừ phi chúng ta đã suy nghĩ kỹ trước, kể đến cứu xét cẩn thận, đào sâu tận rễ, quán sát mọi khía cạnh, và sau hết, *chính chúng ta đang thấy rõ ràng* sự thật là như thế.

Hãy lấy một thí dụ, Đức Phật dạy rằng, tham, sân, si, là nguyên nhân gây ra đau khổ. Nếu chúng ta còn chưa biết rõ thế nào là tham, sân, si, thì chúng ta chẳng cách nào tin vào lời dạy đó, và cũng chẳng cần tin làm chi vì nếu cứ tin như thế, đó chỉ là nhẹ dạ mà tin. Nhưng nếu chính chúng ta đã có kinh nghiệm và biết tham là như thế nào, sân, si ra làm sao, và khi ba điều này khởi lên trong tâm chúng ta, chúng gây ra đau khổ tựa hồ như có ngọn lửa đang nung nấu chúng ta; bấy giờ chúng ta mới tin lời dạy trên, căn cứ trên kinh nghiệm bản thân của chúng ta.

Thế nên, lời Đức Phật dạy về lòng tin ghi trong Tam Tạng Kinh Điển là như sau đây. Đọc hay nghe được một điều gì xong, ta nên dò xét cho đến khi chúng ta *thấy rõ ràng* điều ấy. Bằng còn chưa thấy được rõ ràng, thì ta nên dùng lý luận rồi hãy để đó một thời gian xem sao. Và để bắt đầu, chúng ta sẽ tin tưởng và khởi công chỉ thực tập những gì chúng ta đã *thấy rõ ràng* sự thật là như thế ấy. Rồi lần lần, chúng ta sẽ tin tưởng thêm và lại càng *thấy rõ ràng* hơn lên. Đây là lời khuyên rất bình dân của Đức Phật. Nếu có người ngoại quốc hỏi bạn về lòng tin, bạn hãy nên giải thích cho đúng đắn bằng không, bạn sẽ trình bày sai lời Phật

dạy, vô tình phản lại Đức Phật. Chẳng tin ở Kinh Điển, chẳng tin vào sư phụ, chẳng tin lời báo cáo hay tin đồn, chẳng tin theo lập luận của luận lý học, các điều này còn có ý nghĩa ẩn kín mà ta phải cố tìm cho ra. Nhẹ dạ mà tin ngay là điên cuồng. Đức Phật kết án việc ấy rất nặng nề; Ngài dạy, trước khi đặt niềm tin vào đâu, hãy trải nghiệm nó cho đến khi nào *thấy nó thật rõ ràng* rồi mới tin, (...)

Chánh sách của Phật giáo về lòng tin là: chẳng tin tưởng một cách ngây thơ, chẳng tin cậy vào kẻ khác, vào sách giáo khoa, giả thuyết, lập luận hay bất cứ điều gì mà đa số người đang tin, và chỉ tin nhiệm vào những gì *chính mình đã thấy rõ ràng sự thật là như thế*. Người Phật tử chúng ta phải theo chánh sách đó.

\* \* \*

Câu hỏi kế tiếp là:

## ***12.- "Tâm thức của người thường và người Phật tử khác nhau như thế nào?"***

Giờ đây chúng ta sẽ cứu xét vấn đề khác biệt hơn kém giữa hai tâm trạng: Tâm trí của người thường và tâm trí của một người Phật tử "đúng danh hiệu". "Người thường" ở đây có nghĩa là người chưa thông hiểu và chưa hề tu tập theo đường lối của Phật giáo chánh hiệu. Một người thường, quá lắm cũng chỉ đáng được

"gọi là Phật tử", vì có cha mẹ theo đạo Phật, vì theo trong bộ sổ khai sanh hay lý lịch. Nói cách khác, y chưa hề tu theo đạo Phật, chỉ là người trong thế tục. Còn muốn trở thành một người Phật tử "chánh hiệu", muốn làm một *bực Thánh* (*Ariya*, bậc tu hành cao, đã đi rất xa trên đường tu học), ta phải thoả mãn các đòi hỏi về sự hiểu biết đúng đắn (*chánh kiến*) về các điều chung quanh ta, vào một trình độ cao hơn "người thường".

Đức Phật có nói, giữa cái nhìn của bậc Thánh và cái nhìn của người thường, có một hố cách vĩ đại. Như thế, dưới mắt của bậc Thánh, và trong giới luật của bậc này, ca hát cũng là một việc như than khóc; khiêu vũ là múa may điên rồ của người khùng; còn cười hô hố là thái độ ấu trĩ của trẻ con. Người thường cũng ca hát, cũng cười hô hố, để hưởng vui mà chẳng để ý đến khi họ thấm mệt. Trong giới luật của bậc Thánh, ca hát bị xem như đang khóc lóc. Ta thử nhìn vào một người đang ca hát, y cố gân cổ lên để hét to, đó chẳng giống như đang khóc sao; hơn thế, nó trào ngược ra từ xúc động tình cảm, nào có khác gì khóc. Khiêu vũ giống như kẻ điên quay cuồng; hãy cứ tự quan sát thì thấy, khi chúng ta đứng lên sàn nhảy, nếu chẳng điên đến mười phần trăm thì làm sao lại nhún nhảy lên như thế? Nhưng mà đa số đều nghĩ đây là cuộc vui giải trí, cho nên chúng ta chẳng nhận thấy bộ dạng của người mất trí. Vài người thích cười to, vì phát lên tiếng cười là có điều thích ý. Nhưng bậc thánh giả lại xem đó là

thái độ ấu trĩ của trẻ con,...) tốt hơn là nên ít cười ha hả. (...)

Đức Phật cũng chẳng cấm đoán chúng ta làm những việc trên, khi chúng ta thích muốn làm; nhưng Ngài muốn ta hiểu rằng, còn có thái độ cao, có cử chỉ thấp, và chẳng nên có những hành động chẳng cần thiết. Khi chúng ta còn chưa là bậc Thánh, có thể chúng ta muốn thử làm chơi vài cử chỉ thấp kém đó. Nếu làm thử một đôi lần, chúng ta thấy chúng lúc đầu có chút thích thú, nhưng về sau, ta sẽ chán ngấy chúng đi. Và như thế, chúng ta có thể vươn lên đến gần hàng thánh thiện.

Vài người chẳng ưa nghe nói đến kỷ luật, bàn đến giới luật. Họ ngại rằng sự kềm chế sẽ đưa đến đau khổ (*dukkha*). Tuy nhiên, tập tự kiềm thúc để chẳng buông trôi theo tính khí (thay đổi thất thường) là một nguyên tắc quan trọng trong Phật học. Thúc liễm thân tâm để khỏi chiều theo sự thay đổi tính khí như thế, đâu phải là đau khổ. Trái lại, đó chính là phương cách để chiến thắng được đau khổ. Ta phải nên tránh khỏi sự đè nén của các ý tưởng vị kỷ hay ô nhiễm. Ta phải nên quyết tâm chẳng để cho các điều ô nhiễm cám dỗ, thúc dục và ngự trị chúng ta. Hãy nhìn vào các cặp khiêu vũ, và xem các ô nhiễm đang kích thích ra sao, áp đảo, chế phục như thế nào; gọi đó là tự do sao?

Hoá cho nên, chúng ta phải tìm cách cải thiện qui chế của chúng ta phần nào. Đừng mãi mãi là "người thường"! Hãy ghi tên xin gia nhập vào "làng" của Phật, tức là có kiến thức, trí huệ, tinh thức và chánh kiến, để khiến cho sự đau khổ phải giảm dần đi. Tránh làm các điều chẳng cần thiết, chỉ khiến thêm bất lợi và khó nhọc cho chúng ta. Đây chính là phần thưởng mà bạn sẽ gặt hái được; bạn sẽ bước từ cấp thường nhơn lên hàng Phật tử chơn chánh, rồi đến bậc Thánh, an trú trong giới luật của hạng này. Đức Phật thường hy vọng rằng sẽ có thật nhiều bậc thánh giả trong hàng các người chẳng muốn mãi mãi làm người phàm tục.

\* \* \*

Ngay đây, tôi xin bàn đến Con đường Đạo. Nếu có ai hỏi bạn:

***13.- "Tu tập thế nào là theo con đường thông thường và tu cách nào là theo con đường ngắn và nhanh nhứt?"***

Bạn có thể trả lời, con đường thông thường là *Bát Chánh Đạo* -- có lẽ bạn đã được nghe nhiều lần rồi -- gồm có: *Chánh kiến, Chánh tư duy, Chánh ngữ, Chánh mạng, Chánh nghiệp, Chánh tinh tấn, Chánh niệm và Chánh định*. Tám ngành của con đường đó được khéo sắp xếp, có thể qui về ba nhóm: *giới, định, và huệ*. Chúng hợp thành một đại hệ thống về tu tập,



được chúng tôi xem như là con đường tu tập theo lối thông thường. Nó dành cho những ai còn chưa theo được con đường ngắn và nhanh. Con đường thường này chẳng phải là con đường sai lầm, nó thật là đúng đắn; tuy nhiên, đi theo nó, phải mất nhiều thời gian.

Đức Phật cũng có chỉ dạy một con đường tắt. Ngài bảo, khi chúng ta chẳng chụp nắm và bám níu vào sáu căn (*àyatanas*, các giác quan) cùng vào các đối tượng liên hệ với chúng, để xem như là *tự ngã*, thì con đường Bát Chánh Đạo sẽ tự nó mà tự động khởi lên, dưới đầy đủ tám phương diện. Đây là một nguyên tắc Giáo Pháp quan trọng và căn bản nhưt.

Trước nhưt, ta nên nhớ lại: sáu căn (*àyatanas*) là mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và tâm thức. Mỗi căn có năm phương diện. Như về mắt, phương diện thứ nhưt là chính con mắt; thứ hai là hình sắc của vật đang có sự tiếp cận với mắt; thứ ba là thức (*vinna*) có khả năng làm cho ta nhận thấy được vật đối tượng; thứ tư là tác động của sự xúc chạm (*phassa*) xảy ra giữa nhãn thức, con mắt và vật đối tượng; và thứ năm là cảm giác (*vedanà*), vui thích hoặc đau đớn có thể khởi sanh lên nhưt kết quả của sự tiếp cận. Đó là năm phương diện của nhãn căn. Còn tai, mũi, v.v... mỗi căn cũng có năm phương diện như vậy.

Mỗi phương diện có tác dụng làm ta trở nên thiếu tỉnh giác và khiến ta có chụp bắt nó (một phương diện) rồi

xem đó như là "*Ta*". Như thế, chúng ta đã chụp bắt *nhãn thức* (phương diện thứ ba) làm "*Ta*", vì nó đã khiến "*Ta*", qua đôi mắt, đã thấy và biết về vật đối tượng. Bởi vì chúng ta đã hay biết đến vật đối tượng ấy, nên chúng ta liền vội kết luận ngay là phải có cái "*Ta*" để làm cái công việc thấy biết đó. Cũng theo lối giống như vậy, chúng ta chụp bắt và bám níu vào *mắt* và *sự tiếp cận* (phương diện thứ tư) làm cái "*Ta*" để thấy được, hoặc bám níu vào tương quan giữa ba yếu tố: *mắt* - *tiếp cận* - *cảm giác* (phương diện thứ năm) làm cái "*Ta*" để biết có được cảm giác vui thích hay đau đớn.

Đôi khi một âm thanh du dương đến bên tai, chúng ta liền nắm bắt cái nghe biết có âm điệu ấy làm cái "*Ta*" đang nghe. Đôi khi một vị khoái khẩu đến với lưỡi, chúng ta liền bám níu vào sự nếm biết khẩu vị đó làm cái "*Ta*" đang thưởng thức món ăn.

Mỗi căn có năm phương diện, tính tổng cộng lại là ba mươi tất cả. Mỗi phương diện đó đều có thể bị chụp nắm lấy làm cái *Ta* và bám níu mãi vào một cách hết sức dễ dàng, biết bao nhiêu lần trong một ngày. Vừa chụp bắt và bám níu đó, tức thì đau khổ liền nổi lên ngay. Chúng ta đã làm lỡ và tự đẩy mình sa vào cái khối đau khổ chằng chịt. Đây chẳng phải là đang đi theo con đường đạo. Tuy nhiên, Đức Phật chỉ dạy chúng ta chớ có chụp bắt và bám níu vào sáu căn cùng các đối tượng liên hệ với chúng. Nhờ luôn luôn canh

phòng, chúng ta sẽ chẳng xem bất cứ căn nào, đối tượng nào, làm cái *Ta* cả, và tức thì con đường Bát Chánh Đạo liền hiện lên rõ với chúng ta, chính ngay vào cùng lúc ấy. Ngay trong lúc (chẳng bám níu) đó, liền hiện hiện lên *chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh mạng, chánh nghiệp, chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định*. Thực tập được sự chẳng bám níu vào sáu căn khiến cho con đường Bát Chánh Đạo đồng thời hiện khởi lên ngay tức khắc. Đức Phật xem đó là *con đường tắt*.

Trong một bản Kinh, Đức Phật có dạy con đường tắt: *sự rộng vắng*. Chẳng bám níu vào mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và tâm thức làm cái *Ta*, sẽ khiến cho con đường Bát Chánh Đạo khởi lên ngay lúc đó, một cách trọn vẹn. Nếu chúng ta chẳng quyết định chọn *con đường tắt*, thì chúng ta nên học tập kỹ lưỡng Con đường Bát Chánh Đạo về giới, định, và huệ vậy. Từ từ tu tập từng bước một, khởi đầu, rồi lần lần tiến xa qua các giai đoạn, như thế ắt phải tốn nhiều thời gian hơn.

Trong Phật học, chúng ta tìm thấy được một con đường thông thường (là Bát Chánh Đạo) và một con đường thẳng tắt (là nhiếp phục các căn, chẳng chụp nắm và bám níu.)

\* \* \*

Giờ đây, tôi sẽ bàn về *Nghiệp lực* trong đạo Phật, bằng cách đặt ra câu hỏi này:

#### ***14.- "Nghiệp lực có vai trò nào trong Phật học?"***

Nhiều người Tây phương viết sách về Phật giáo, có vẻ rất hãnh diện về các Chương bàn về *Nghiệp lực* (Pali: *kamma*; Sanskrit: *Karma*), và *Tái sanh*. Nhưng những lời giải thích của họ đều sai lầm, hoàn toàn sai lầm! Các người Tây phương đó tuyên bố đã giải nghĩa chữ *Kamma*, *Nghiệp lực*, nhưng tất cả những gì họ viết cũng chỉ là, "thiện nghiệp là tốt lành, ác nghiệp thì dữ ác"; "Làm điều lành, được việc tốt; làm việc ác, chịu điều xấu", cũng chẳng có gì thêm hơn, giống y như giáo lý của các tôn giáo khác. Đây chẳng phải là *Nghiệp lực*, *Kamma*, được giảng dạy trong Phật học.

Đối với *Tái sanh*, cũng vậy. Họ tuyên bố rất mạnh mẽ, làm như chính mắt họ trông thấy rõ ràng chính các cá nhor này đang tái sanh lại. Họ trình bày rất sai lầm bức thông điệp chánh yếu của Đức Phật đã dạy rằng chẳng có sự hiện hữu của "cá nhor", hoặc của "Tự ngã" (cái Ta). Mặc dầu "Tôi" đang ngồi đây, nhưng chẳng có cá nhor nào ở đây cả. Khi đã chẳng có cá nhor nào, thì lấy ai để mà chết? Rồi có ai đâu để tái sanh? Đức Phật giảng dạy sự bất hiện hữu của "cá

nhơn", của "con người". Như thế, sanh và chết là những chơn lý tương đối. Tác giả các quyển sách nhan đề là "Phật giáo" đó thường giải thích *Nghiệp lực*, và *Tái sanh* hoàn toàn sai lầm.

Xin các bạn hãy lưu tâm cẩn thận về vấn đề *Nghiệp lực*. Một bản trần thuật của Phật học cần phải trình bày đầy đủ về sự chấm dứt của *Nghiệp lực*, chớ chẳng phải chỉ có *Nghiệp lực* và các hậu quả của nó -- như đã tìm thấy trong mọi tôn giáo. Chỉ đáng được gọi là giáo lý nhà Phật, khi có sự trình bày về việc chấm dứt *Nghiệp lực*.

Kẻ đã đạt đến sự chấm dứt hoàn toàn *Nghiệp lực*, tiếng Pali gọi là *sabbakammakkhayaṃ patto* (*sabba* = hoàn toàn; *kamma* = nghiệp; *khaya* = chấm dứt, tận diệt; *patti* = chứng đắc, đạt đến). Đức Phật đã dạy rằng, *ngiệp lực* chấm dứt với sự tận diệt của *tham* (*rāga*), *sân* (*dosa*) và *si* (*moha*). Điều này thật dễ nhớ. *Nghiệp lực* chấm dứt khi *tham*, *sân*, *si* chấm dứt hoàn toàn, nghĩa là, khi các lậu hoặc (cấu nhiễm về tinh thần, hay các lỗi lầm ô uế bên trong tâm) đã dẹp dứt xong hết. Nếu *tham*, *sân*, *si* còn chưa chấm dứt, thì *ngiệp lực* vẫn chưa chấm dứt. Khi *tham*, *sân*, *si* đã chấm dứt, thì *ngiệp cũ* cũng chấm dứt, *ngiệp hiện nay* chẳng được tạo thành, và chẳng có *ngiệp tương lai* mới nào được tạo nữa -- như thế, *ngiệp quá khứ*, *hiện tại* và *tương lai* phải chấm dứt. Khi một người đã chấm dứt được *tham*, *sân*, và *si*,

thì *nghiệp lực* chẳng còn nữa. Đây là lối giải thích cần phải được giảng dạy.

Chỉ một bản tường trình về *nghiệp lực* như thế mới đáng được gọi là của Phật học.

Như thế, chúng ta thấy còn có một loại *nghiệp lực* thứ ba. Phần đông người ta chỉ biết có hai loại nghiệp lực, loại thứ nhất là *thiện nghiệp* hay nghiệp lành, loại thứ hai là *ác nghiệp* hay nghiệp dữ. Họ còn chưa biết đến loại *nghiệp lực* thứ ba. Đức Phật gọi loại thứ nhất là *bạch nghiệp* hay *thiện nghiệp*, tức là nghiệp trắng, tốt lành; loại thứ hai là *hắc nghiệp* hay *ác nghiệp*, tức là nghiệp đen, dữ ác. Loại thứ ba có thể gọi là *chẳng trắng chẳng đen* nhằm chấm dứt cả hai loại nghiệp trắng và nghiệp đen. Chính Đức Phật đã dùng các tiếng *bạch nghiệp*, *hắc nghiệp* và *bất hắc bất bạch nghiệp*. Loại thứ ba này mới thật là *nghiệp lực* đúng theo nghĩa của Phật học. Như đã nói qua, hề chấm dứt tham, sân, si là chấm dứt ngay được *nghiệp lực*. Nói cách khác, loại *nghiệp lực* thứ ba này, chính là con đường Bát Chánh Đạo; nó chẳng trắng, chẳng đen, nó chỉ riêng mang lại sự chấm dứt vừa bạch nghiệp, vừa hắc nghiệp. Con đường đó là con đường vượt cõi thế gian (*lokuttara*, *siêu thế*), vượt lên cả điều thiện lẫn điều ác.

Loại *nghiệp lực* thứ ba này chẳng hề được các người Tây phương bàn đến trong các Chương sách của họ

về "*Nghiệp lực và Tái sanh*". Lời dẫn giải của họ đều sai lầm cả, nên chẳng phải là Phật học. (...)

Giờ đây, xin nói thêm vài điều về loại thứ ba của *Nghiệp lực*. Về điểm này, Đức Phật có nói: "Nhu Lai đã đạt đến sự hiểu biết rõ ràng về điều này, *ngiệp lực*, xuyên qua trí huệ cao cả của chính Như Lai." Bậc Đại Giác (Đức Phật) đã chẳng hề vay mượn của ai, hay của tín ngưỡng hoặc của tôn giáo nào, Ngài đã biết được với trí huệ của chính Ngài và chỉ dạy lại cho mọi người. (...) Các bạn nên chú trọng đến vấn đề và nghiên cứu nó cho cẩn thận, Nghiệp lành, nghiệp ác đều được nói đến ở mọi tôn giáo, (...) làm lành là điều tốt, làm ác là việc dữ, họ đều dạy giống nhau như thế. Nhưng Đức Phật bảo rằng, chỉ riêng tạo nghiệp lành thì cũng chẳng dập tắt được hẳn các đau khổ về tinh thần, một cách hoàn toàn và tuyệt đối, bởi vì ta có thể say đắm rồi bám chặt vào *thiện nghiệp*. Nói cách khác, *thiện nghiệp* vẫn còn đưa đẩy con người vào trong vòng sanh và chết của Luân hồi, dầu là sẽ được sanh vào các cảnh giới an lành. Nó chưa phải hẳn là sự tận diệt, sự thanh lương của *Niết bàn (Nibbàna)*.

Vậy thì, về *Nghiệp lực*, chỉ riêng có Đức Phật mới thuyết giảng đầy đủ về vai trò của loại thứ ba là chấm dứt các lậu hoặc tham, sân, si. Chính xuyên qua loại *Nghiệp lực* này mà bậc tu hành mới chứng đắc quả vị *Niết bàn (Nibbàna)*.

## **- Phần 2 -**

Bây giờ tôi muốn lưu ý các bạn đến một vấn đề mà tôi nghĩ có lẽ các bạn sẽ quan tâm nhiều. Câu hỏi nêu ra như sau:

### ***15.- "Có cần phải nghe chính Đức Phật giảng Pháp mới có thể chấm dứt đau khổ chăng?"***

Có vài người quả quyết rằng ta cần phải được nghe Chánh Pháp từ nơi chính Đức Phật thuyết giảng, thì bấy giờ mới có thể thật sự hiểu rõ được. Nhưng ngay Đức Phật cũng có nói, nhiều người, mặc dầu chẳng được nghe Chánh Pháp do Ngài thuyết giảng, vẫn có đủ sức để đi theo con đường chánh đạo. Cũng có nhiều người, dầu chẳng được nghe Pháp từ nơi Đức Phật, nhưng qua sự quán sát bên bờ và thực tập miên mật, vẫn có thể dần bước lên con đường chánh đạo.

Thế nên, chúng ta nên chấp tay ngưỡng mộ sự thành thật của Đức Phật đã chẳng xem Chánh Pháp là sở hữu độc quyền của mình, và chẳng hề tự xem mình là cần thiết.

\* \* \*

### ***16.- "Làm cách nào để giải quyết khi nghi rằng một giáo lý chẳng phải do Đức Phật dạy?"***



Đức Phật có đặt ra một nguyên tắc để trắc nghiệm: cứu xét và đối chiếu với *Kinh Tạng* (*Suttas*, các bản Kinh) và *Luật Tạng* (*Vinaya*, các giới luật). Nguyên tắc là chẳng được tin tưởng ngay vào điều gì chỉ được sao lại (*second hand*) và chẳng được đặt niềm tin vào kẻ nào xem như đã có đủ thẩm quyền. Nếu có sự nghi ngờ về lời tuyên bố của một người nào xác định chính y đã nghe nói từ nơi Đức Phật, hoặc từ một nhóm Trưởng lão thông thái, liên quan tới việc đưa đến sự chấm dứt đau khổ, thì Đức Phật bảo rằng cần phải trắc nghiệm điều ấy theo hai cách:

**1.- Cứu xét và đối chiếu với Kinh Tạng.** Các bộ Kinh là một hệ thống sắp xếp tất cả các loại bài pháp lập thành một đường hướng phân minh. Nếu một lời phát biểu nào chẳng theo đúng đường hướng đó thì phải được gạt bỏ đi.

**2.- Đối chiếu với Luật Tạng.** Các Giới luật là khuôn mẫu, tiêu chuẩn, một hệ thống cố định. Nếu lời phát biểu đang được cứu xét chẳng phù hợp với hệ thống đó, nếu nó chẳng tuân theo các giới luật, thì phải gạt bỏ đi.

Đừng quá tin cậy vào một vị tỳ kheo nào, một thành phần nào của Tăng già, một nhóm Trưởng lão, một tập đoàn các nhà thông thái, hay các tu sĩ cá nhân, thường hay xác định là họ đã nghe điều này, điều nọ từ nơi Đức Phật. Đức Phật luôn luôn đòi hỏi chúng ta trước

hết mọi việc, phải khởi lên sự nghi ngờ và bắt đầu điều tra. Rồi đối chiếu lại với Kinh Tạng, xem có thích nghi không; đối chiếu với Luật Tạng, xem có phù hợp không?

Nguyên tắc trên đây nếu được khéo xử dụng mãi, sẽ là một phương kế để giữ vững Phật Đạo chẳng bị bóp méo và bị làm mù mờ đi, dầu cho nền Phật học có thể kéo dài hai ngàn năm, ba, bốn, ... chín, mười ngàn năm về sau. Nguyên tắc ấy được gọi là Đại Tiêu Chuẩn (...). Tuy nhiên, trong việc đối chiếu, Đức Phật không nói đến Luận Tạng (Tạng Diệu Pháp), tạng thứ ba của Tam Tạng Kinh Điển Pali.

\* \* \*

Giờ đây, chúng ta bàn đến "dân chúng", để có cái nhìn kỹ hơn về chính chúng ta.

### ***17.- "Đức Phật đã phê phán dân chúng qua các thời đại như thế nào?"***

Trong một bản Kinh, Đức Phật đã khiển trách "chúng ta ngày nay", có nghĩa là, kể từ thời Đức Phật cho đến ngày nay, mỗi thế hệ mới "cứ lo thọ hưởng các thú vui chẳng chánh đáng, lại quá tham lam và hay nghiêng về các giáo lý tà đạo." Họ thích thú đi tìm cho mình các sự kích thích chẳng đúng đắn, nói cách khác, họ quá hướng ngã (chỉ nghĩ đến chính mình). Họ hoàn

toàn thiếu sự tỉnh giác, và như thế sự tham luyến của họ rất mãnh liệt và thái quá. Họ rơi vào các giáo lý tà ngụy, bởi vì họ đã lọt hoàn toàn vào vòng thế lực của các lậu hoặc (ô nhiễm tinh thần).

Lời tuyên bố của Đức Phật đã có hơn hai ngàn năm, tuy nhiên Ngài đã dùng từ ngữ "dân chúng các thời đại sau", khoảng thời gian kể từ khi Ngài có lời phán xét đó cho chí đến ngày nay. Ở đây, chúng ta có bốn phần phải nhìn lại chính chúng ta ngay trong hiện tại. Dân chúng trên thế giới ngày nay có quá thích thú đi tìm các lạc thú chẳng chánh đáng, quá ích kỷ, và nghiêng về các tà thuyết hay không? Rõ ràng, dân chúng thời nay khác xa với dân chúng vào thời Đức Phật. Tuy nhiên, nếu ngày nay họ muốn sống đúng theo mẫu mực của Đức Phật đã đưa ra, thì tuy vẫn tìm thấy thích thú trong màu sắc, hình dạng, âm thanh, hương, vị và các kích động xúc giác, họ vẫn có thể sống như thế mà vẫn hằng giữ sự tỉnh giác và chánh tri kiến, và chẳng để cho lòng tham luyến trở nên thái quá. Điều này có nghĩa là, họ chẳng muốn có được màu sắc, hình dạng, âm thanh, mùi, vị, và kích thích xúc giác một cách nhiều hơn mức cần thiết, chẳng được có đến quá mức. Chỉ riêng danh từ "thái quá" này, tức là hơn mức cần thiết, cũng đã nói lên đầy đủ ý nghĩa của các nguyên nhơn gây nên sự xáo trộn, khó khăn và biến động trên thế giới ngày nay.

Tôi có được đọc và biết, theo Thiên chúa giáo, khi muốn lấy quá hơn sự cần thiết, đó là một "tội". Theo tiêu chuẩn trong Thiên chúa giáo, người nào lấy nhiều hơn sự cần thiết cho mình là một người có tội. Tuy nhiên phải chăng ngày nay chúng vẫn chưa cho là mình có tội, bởi vì chúng ta chẳng quan tâm (đến tội phước) hay bởi vì chúng ta thật xem mình như còn chưa đi quá mức? Phải chăng chúng ta nghĩ rằng chúng ta đã có điều gì quá mức đâu? Về vấn đề này, chỉ có thể bàn luận với những người thành thật với chính mình.

Trong một quyển sách ngụ ngôn rất hay của Tây tạng, (ta đọc thấy) các loài chim tụ tập lại với nhau, và bàn luận về cách nào thực hành Chánh pháp để mang lại hạnh phúc. Mỗi loài phát biểu ý kiến, rồi chúng cùng đồng ý rằng: "Chúng ta sẽ chẳng tìm kiếm vật thực một cách quá mức cần thiết. Đó là tối hậu." Sau cùng, tất cả được yêu cầu đừng đi kiếm ăn quá mức mình cần. Câu chuyện chấm dứt ở đó.

Ai ai cũng nên nghĩ rằng, tìm cầu cho được nhiều hơn mức mình cần dùng, chính là nguồn gốc của sự đau đớn và thống khổ, nguyên nhân tạo nên các rối loạn cho cá nhân và xã hội. Nên suy nghĩ kỹ về điều đó! Ngã theo các tà thuyết có nghĩa là dấu biết rõ một điều nào đó rất sai lầm, mà vẫn cứ muốn điều đó chẳng chút lo ngại hoặc hổ thẹn, bởi vì các lậu hoặc (cấu nhiễm tinh thần) đang tràn ngập và áp đảo. Kẻ nào quá

thâm nhiễm theo lối suy tư như thế thì thật là chẳng chút thích hợp với Chánh pháp.

Vậy, nếu ta muốn vượt khỏi khổ đau, chúng ta phải quay về với Chánh pháp.

\* \* \*

Chúng ta sẽ nói về Đức Phật, và đặt câu hỏi này:

### ***18.- "Đức Phật kính lễ những ai?"***

Chính Đức Phật có nói: "Như Lai kính lễ Chánh pháp và kính lễ Cộng đồng Tăng già có đầy đủ các đức tánh gương mẫu." Một cộng đồng Tăng già với các tu sĩ cư xử tốt và tu tập tinh tấn được gọi là Cộng đồng có đầy đủ đức tánh gương mẫu. (...) Chúng ta nên suy gẫm về điều chính Đức Phật cũng kính ngưỡng Chánh pháp và tôn trọng kính lễ các tập đoàn tỳ kheo giữ gìn giới hạnh vẹn toàn.

Điểm này ngày nay có thể áp dụng vào xã hội Thái lan của chúng ta, cũng như trên toàn thế giới. Kính Pháp, trọng Tăng là điều mà hiện nay chúng ta nên làm theo đúng.

\* \* \*

### ***19.- "Tìm thấy Phật ở nơi nào?"***

Đức Phật có nói: "Kẻ nào nhìn thấy Chánh pháp, kẻ ấy thấy được Như Lai. Kẻ nào chẳng nhận thấy Chánh pháp thì còn chưa thấy được Như Lai. Bất cứ ai còn chưa thấy Chánh pháp mà dẫu có nắm áo của Như Lai và giữ lấy chặt, cũng chẳng thể nào thấy được Như Lai." *Như Lai (Tathàgata)* là danh hiệu mà Đức Phật thường tự xưng.

Lời nói trên có nghĩa là, Đức Phật chẳng có thể tìm thấy ra được ở ngoài tám thân vật chất. Hay đúng hơn, chỉ tìm thấy Đức Phật ở đức tánh cao quý nơi tâm của Phật, còn được gọi là Chánh pháp. Đó là phần (thân thể) cần được nhận thấy ra trước khi tìm thấy được Đức Phật.

Mỗi khi chúng ta quỳ lạy trước tượng Phật, tâm chúng ta trú vào hình tượng, rồi vượt qua đó thấy được thân tướng của Đức Phật mà hình tượng đang phô diễn. Kế đến, chúng ta nhìn vượt qua thân tướng đó, để đi sâu vào tâm Phật, cho đến khi nào chúng ta thấm vào các đức tánh cao quý nơi Phật tâm. Chúng ta nhận ra các đức tánh ấy như là Chánh pháp thật trong suốt, chói lọi, hiền hoà, chẳng gợn chút chấp thủ nào, hoàn toàn giải thoát. Và như thế, ta có thể nói là đang tìm thấy được Đức Phật.

\* \* \*

***20.- "Đức Phật có hiện hữu vào giờ phút này không?"***

Nếu được hỏi như trên, chúng ta có thể viện dẫn chính lời Đức Phật nói với Ngài A nan: "Này A nan, Chánh pháp và Giới luật mà Như Lai giảng dạy và mình chúng, hãy lấy đó làm Thầy của ông, khi Như Lai qua đời."

Ngày nay chúng đang học tập Chánh pháp và tuân hành Giới luật, thừa hưởng lợi lạc do Chánh pháp và Giới luật mang lại. Như thế thì vị Thầy, bậc Đại Đạo Sư, vẫn còn hiện hữu đó.

Bài Kệ trên đây rất được nhiều người biết đến, vì được Đức Phật thốt lên ngay vào lúc Ngài sắp qua đời. Vậy, các bạn nên ghi nhớ kỹ, bài Kệ đó dạy ta rằng Đức Thầy vẫn còn hiện hữu.

\* \* \*

***21.- "Đức Phật có chấm dứt xong Nghiệp lực của Ngài hay không?"***

Nếu được hỏi như vậy, chúng ta phải dè dặt đừng làm giảm thanh giá của Đức Phật bằng các câu trả lời bất cần và liều lĩnh. Thật ra, chúng ta chẳng thể nào hạ

thấp nổi Đức Phật, nhưng lời nói của chúng ta có thể vô tình xem nhẹ giá trị của Ngài.

Đức Phật chắc chắn đã chấm dứt nghiệp lực của mình, bởi vì Ngài đã tận diệt tất cả các lậu hoặc, như đúng theo nghĩa của chữ "*dứt hết nghiệp lực*". Ngài đã siêu thoát hết tất cả các loại nghiệp lực, và chính việc này đã khiến danh tiếng Ngài lừng vang. Bức hiện giả Gotama (Đức Phật) đã trở thành vị *nghiệp tận đắc giả* (*sabbakammakkhayam patto*)(*sabba*=trọn vẹn; *kamma*=ng nghiệp lực; *khaya*=tiêu diệt; *patto*=chúng đắc), tức là một vị đã thành công trong việc chấm dứt hoàn toàn mọi nghiệp lực của mình. Tin tức về biến cố này được loan truyền khắp xứ Ấn độ, đến tai tín đồ các giáo phái ngoại đạo khác. Như, đã có một đạo sĩ người Bà la môn tên Bavari sai mười sáu đồ đệ đến yết kiến Đức Phật để thưa hỏi Ngài và thâm thập các kiến thức. Nhiều kẻ khác cũng đã đến, để trải nghiệm Ngài.(...) Dân chúng Ấn độ vào thời ấy tỏ ra vô cùng hân hoan được nghe lời nói của một bức *sabbakammakkhayam patto*, hay là một bức "*lậu tận thông*" [*Lậu tận thông*: chấm dứt hoàn toàn các cấu nhiễm về tinh thần]. (...)

Chúng ta nên noi gương Ngài để nỗ lực chấm dứt nghiệp lực.



\* \* \*

## **22.- "Đời sống nội tâm của Đức Phật như thế nào?"**

Đức Phật đã có lần nói về chính mình: "Nhu lai an trú trong ngôi đền *Tánh Không* (*Sunnatà vihàra*, đền đài *Tánh Không*, đền đài *Rỗng vắng*)."

"Đền đài" này là một đền đài tâm linh, chẳng phải một ngôi đền vật chất. "Ngôi đền" (*vihàra*) ở đây nói đến một tâm trạng, thuộc đời sống nội tâm. Ngôi đền *Rỗng vắng* này ám chỉ một tình trạng tâm linh thường trực, vắng bóng mọi tư tưởng về cái *Ta* và những gì thuộc về *của Ta*. An trú trong ngôi đền *Rỗng vắng* là sống luôn luôn trong sự tỉnh thức rằng muôn sự vật đều chẳng có tự ngã. Đó là *Tánh Không*, *Sunnatà*, *Sự Rỗng vắng*, và những gì gọi là ngôi đền *Rỗng vắng*.

Đức Phật an trú trong ngôi đền *Rỗng vắng* ấy, thể nghiệm luôn luôn sự an lạc tuyệt vời. Đây là những gì Đức Phật nói về chính mình.

\* \* \*

## **23.- "Tại sao lại bảo muôn vật đều rỗng vắng, thế giới này là một thế giới rỗng vắng?"**

Tín đồ các tôn giáo khác sẽ hỏi bạn: "Tại sao lại bảo thế giới này rỗng vắng khi nó chứa đầy các sự vật? Đó

chẳng phải là vật chất hay sao? Đó chẳng phải là tâm linh hay sao? Đó chẳng phải là thế giới đầy ắp những vật hay sao?"

Vấn đề chính là, thế giới này đang rỗng vắng, vắng bóng mọi *tự ngã* và những gì *thuộc về tự ngã*. Chẳng có chi để lấy đó làm một tự ngã. Tự ngã chẳng có thể tìm thấy ở cái chi cả, chẳng ở nơi tinh thần, chẳng ở nơi vật chất, chẳng ở nơi các sản phẩm khởi sinh từ tinh thần hay từ vật chất. Khi Đức Phật tuyên bố rằng muôn sự vật rỗng vắng, cũng chẳng bảo điều chi khác hơn là sự hay biết rằng nơi muôn sự vật đều vắng bóng cái tự ngã.

\* \* \*

***24.- "Tại sao một tâm trạng hiểu biết sự rỗng vắng lại được mô tả như một tâm trạng giải thoát?"***

Có một bài Kệ trong Kinh Tạng bảo rằng: "Thật sự rỗng vắng là rỗng vắng về tham, sân, và si." Một tâm thức rỗng vắng (chẳng bị ngăn ngại, chẳng bị ràng buộc, hay được tự do, giải thoát) khi tâm thức đó đã được thoát khỏi tham, sân, và si.

Khi một tâm thức được thoát khỏi mọi vết tích của tham, sân, và si, dầu đã theo bất cứ phương pháp nào hay đã dùng phương tiện ra sao, thì cũng được gọi là một tâm thức rỗng vắng, một tâm thức tự do (Thái ngữ

gọi là *cit waang*). Nhưng ở đây chúng ta chỉ nói đến những gì đã được tích cực thi hành. (...) Khi đang ngủ, tâm thức cũng rỗng vắng vậy nhưng chúng ta đâu có ý định tạo nên tình trạng đó. (...) Thực tập về Chánh pháp là phải có một cố gắng nào khiến cho tâm thức trở nên vắng bật tham, sân, si, cho dầu chỉ trong một thời gian ngắn đi nữa; được như vậy mới gọi là một tâm thức tự do, trống không, rỗng vắng. Sự tự do và rỗng vắng đó có thể được làm gia tăng lên từ từ cho đến khi trở thành trọn vẹn -- hoàn toàn tự do và rỗng vắng. Một bậc *A la hán* (hoàn toàn vô nhiễm) được tuyệt đối giải thoát. Bậc *thánh giả*, ở các giai đoạn đang tu tập, được giải thoát khá rộng rãi. Thường nhơn đôi khi cũng có sự rỗng vắng và thỉnh thoảng được tự do.

Nếu vào một lúc nào đó mà được giải thoát khỏi được tham, sân và si, thì trong lúc ấy chẳng có một tư tưởng nào về *ngã kiến* cả. Tâm thức ấy được gọi là tâm thức rỗng vắng và giải thoát (theo Thái ngữ là *cit waang*).

\* \* \*

## **25.- "Việc gì xảy ra khi có sự rỗng vắng hoàn toàn?"**

Sự rỗng vắng trọn vẹn, hay giải thoát hoàn toàn được gọi là *Niết bàn* (Phạn: *Nirvana*; Pali: *Nibbàna*). *Niết*

*bàn* là tình trạng rỗng vắng khỏi sanh từ sự tận diệt hoàn toàn và triệt để của *ngã kiến*.

Có thể nói vắn tắt, "Niết bàn là sự vắng lặng tối thượng." Đó là một cái nhìn độc đáo vượt qua mọi kiến thức thông thường. Chúng ta có thể vượt lên khỏi các loại kiến thức thông thường khi nhìn xuyên qua để thấy "Niết bàn là sự rỗng vắng tối thượng".

Niết bàn là sự rỗng vắng tối thượng, hoặc sự rỗng vắng tối thượng là Niết bàn. Xin bạn hãy nhớ, sự rỗng vắng hoàn toàn là điều chúng ta đề cập đến khi nói về Niết bàn.

\* \* \*

## **26.- "*Niết bàn là gì?*"**

Nếu bạn gặp kẻ nào cứ đòi nêu ra câu hỏi trên, bạn hãy đáp: *Niết bàn* là một yếu tố bất diệt (*amatadhātu*). Hãy nói đó là một nguyên tố chẳng hề chết, mất đi. Tất cả mọi yếu tố đều sẽ bị tiêu diệt, nhưng chỉ riêng nguyên tố này, Niết bàn, là chẳng hề tiêu diệt, bởi vì nó được giải thoát khỏi tham, sân, và si. Khi có sự giải thoát khỏi sự si mê, thì chẳng có ngã kiến, chẳng có sự chup nắm và bám níu vào tự ngã, và do đó chẳng thể có sự diệt mất được. Vì đã chấm dứt sự diệt mất, nên mới nói đó là yếu tố bất diệt. Yếu tố bất diệt này chính là sự chấm dứt của yếu tố khả diệt.

\* \* \*

**27.- "Có nên gọi sự 'thoả thích' trong Niết bàn là một sự ham thích chăng?"**

Phật tử chúng ta thường được dạy rằng chẳng nên ham thích hay chê ghét, hoặc cảm thấy thích thú về điều này, bất mãn về điều nọ. Nếu có ai tìm thấy sự thoả mãn về Niết bàn, chúng ta phải gọi sự thoả thích đó là gì?

Thường được nghe rằng sự thoả thích về Niết bàn được gọi là *Pháp ái* (*Dhamma rāga*, *Pháp luyến*, sự luyến ái về Pháp) hoặc là *Pháp lạc* (*Dhamma nandi*, lạc thú về Pháp). Khi nghe như thế, vài người tỏ ra có vẻ hơi hoảng hốt vì chữ Pali: *rāga*, (luyến ái) đã được dùng đi đôi với chữ *Dhamma* (Pháp). Nhưng chúng nên hiểu rằng chữ *luyến ái*, *rāga*, được dùng trong chữ *Pháp ái* chẳng phải hẳn là sự tham muốn về hình sắc, âm thanh, hương, vị và xúc giác; nó chẳng có nghĩa tham ái về nhục dục. Nó chỉ có nghĩa là sự thoả thích cao độ giống như xúc cảm của người gia chủ thông thường tìm thấy trong sự thoả mãn nhục dục. Và trong trường hợp được nói ở đây, sự thoả mãn đó được tìm thấy nơi sự trống vắng, nơi sự bất diệt, nơi *Niết bàn*.

Thời bây giờ, chúng ta thường ghê sợ và chẳng thích gì Niết bàn, đâu muốn đến gần nó. Vừa nghe nói đến

hai chữ ấy, chúng ta đã lắc đầu. Chưa bao giờ chúng ta có sự ham thích về Chánh pháp, hay về Niết bàn. Mọi ham muốn của chúng ta đều hướng về nhục dục: hình sắc, âm thanh, hương, vị . Để được công bằng, chúng ta phải dành sự ham thích cho Niết bàn cũng nhiều như chúng ta thích hình sắc, âm thanh... vậy. Rồi nhờ đó mà sự tu tập để vượt thoát lên khỏi sự đau khổ, sẽ được tiến hành dễ dàng hơn. Chính với nghĩa này mà Đức Phật đã dùng các danh từ *Dhamma ràga*, *Pháp ái* và *Dhamma nandi*, *Pháp lạc*.

\* \* \*

Đây là câu hỏi thế nào cũng được thường nêu lên:

**28.- "*Chúng đắc Niết bàn sau khi chết hay còn sống?*"**

Các vị Pháp sư thuyết giảng (...) thường chỉ nói đến cõi Niết bàn sau khi chết. Tuy nhiên trong Tam Tạng Kinh Điển, chúng ta chẳng thấy điều ấy. Có những từ ngữ như *sandittithika nibbàna* (*Niết bàn mà chính hành giả thấy được*) và *ditthadhamma nibbàna* (*Niết bàn tại đây và bây giờ*). Chúng ta được dạy rằng, các trạng thái an lạc của tâm thức đang thể nghiệm bốn cảnh giới *sắc thiền* (*rùpa jhānas*) và bốn cảnh giới *vô sắc thiền* (*arùpa jhānas*) (= tám đẳng cấp của sự thâm định) là *sandittithika nibbàna* hay là *ditthadhamma nibbàna*. Tuy nhiên, nhằm mục đích tiện lợi hiện giờ,

chúng ta có thể hiểu rằng các cảnh giới đó cũng như là những hương vị được nếm trước của Niết bàn. Chúng có hương vị giống với Niết bàn, nhưng chẳng phải là đồng nhất với Niết bàn thật sự. Bởi vì các cảnh giới đó còn chưa tuyệt đối và hoàn toàn, cho nên chúng chỉ được gọi là *sanditthika nibbàna* và *ditthadhamma nibbànam* mà thôi.

Lại còn có những từ ngữ hay hơn, rõ ràng hơn. Trong một dịp, Đức Phật có mô tả sự chấm dứt của tham, sân, và si như là: "thấy được trực tiếp" (*sanditthikam*), "có hiệu lực ngay tức khắc" (*akalikam*), "mời mọi người cùng nhìn thấy" (*ehipassikam*), "hướng nội" (*opanayikam*), và "được người hiền trí riêng thể nghiệm lấy" (*paccatam veditabbam vinnūhi*). Những từ ngữ này đều hàm chứa ý nghĩ có một người còn sống đang cảm thấy, nhận ra và thưởng thức *Niết bàn*, rồi gọi các bạn hữu đến cùng nhìn xem những gì người ấy vừa tìm thấy được. Điều này chứng tỏ rõ ràng kẻ ấy còn chưa chết, và y đang thưởng thức hương vị của Niết bàn ngay trong tâm khảm mình.

Lại còn có thêm những từ ngữ khác nữa, như: *Anupadā parinibbāna*, nghĩa là, những gì chúng đắc được khi còn sống; như *Parinibabbāyati* ám chỉ đến sự quét sạch khổ đau và lậu hoặc mà chẳng cần đòi hỏi đến sự tan rã và diệt mất của năm uẩn (tức là thân tâm), nói cách khác, là chẳng cần phải chết về thể xác.

Trong ngôn ngữ thông thường hằng ngày, chữ *Niết bàn* thường mang ý nghĩa là "sự mát mẻ, sự vắng bóng của nóng bức, sự thiếu mặt của đau khổ." Tôi muốn mời các bạn để ý chú ý đến sự minh triết của tổ tiên người Thái chúng ta qua câu nói: "*Niết bàn* tìm thấy trong sự hấp hối trước khi chết." (...) Xin hãy cẩn kẽ cân nhắc ý nghĩa của câu này, (tôi xin nói rõ thêm ra): "*Niết bàn* tìm thấy trong sự hấp hối (của cái *tự ngã*), trước khi (*thân xác* này) chết đi." Đâu đã cần thân xác này diệt đi mất; chỗ cần phải tiêu diệt, chính là sự chấp chặt vào *ngã kiến* (ý kiến về cái *Ta*). Đây mới là *Niết bàn*. Ai đã thực hiện được điều đó thì đang chứng đắc được niềm an lạc tối thượng, mà vẫn còn tiếp tục cuộc sống (như thường).

\* \* \*

Nhằm đào sâu vấn đề *Niết bàn* hơn, chúng ta xét đến câu:

### **29.- "*Thú vật thấp kém có đắc được Niết bàn không?*"**

Trong một bản Kinh, Đức Phật dùng các từ ngữ *parinibbāyati* và *parinibbuto* liên quan đến các thú vật được huấn luyện thuần thục đến mức chúng dứt hẳn tánh cương ngạnh đi. Thí dụ như chó, voi, ngựa, hay bất cứ con thú nào khác, khi được huấn luyện cho đến mức thuần hoá, chẳng còn ngỗ nghịch



nữa, thì chúng ta dùng chữ *parinibbuto*; chính chữ này lại được ứng dụng vào trường hợp một vị *A la hán*, bậc đã diệt trừ xong hoàn toàn tất cả các lậu hoặc. Hai từ ngữ trên đây cũng được áp dụng cho một người dập tắt hẳn các ngọn lửa, một người đã hoàn toàn lắng dịu lại. Trong ngôn ngữ Pali như đã được dùng vào thời Đức Phật, từ ngữ *parinibbàna* cũng được dùng theo cách đó. Khi ứng dụng vào con người, nó có nghĩa là sự hoàn tất công việc dập tắt các lậu hoặc, tức là đạo quả *A la hán* (sự toàn thiện tinh thần). Khi ứng dụng vào hạng súc sanh, nó có nghĩa là đã dứt hẳn thú tánh cương ngạnh. Ứng dụng vào lửa, nó diễn tả sự tắt ngúm và nguội lạnh của các tàn than nhỏ còn sót lại. Nói đến cơm nóng bốc hơi, từ ngữ *parinibbàna* được dùng để chỉ chén cơm đã nguội. Đó là một tiếng thông dụng hàng ngày, để nói đến các vật nào nguội lạnh, các vật nào chẳng còn gây tác hại nữa.

Vậy thì chúng ta nên biết khéo lợi dụng nghĩa chữ *Niết bàn* và đừng có làm tệ hơn ngay cả các thú vật mà chữ ấy còn áp dụng vào được nữa. Đừng chần chờ cho tới khi thân chết đến; đó là sự ngu muội tội cùng, lãng phí mất món quà quý báu của Đức Phật. Hãy học tập trở lại ngay các từ ngữ *Nibbàna* (*Niết bàn*) và *Parinibbàna* (*Đại bát Niết bàn*), cùng với tiếng phụ thuộc của nó là *Parinibbuto* (được thuần hoá, trở nên trầm tĩnh). Rồi khởi lên sự can đảm và nhiệt tâm tiến sâu vào, để sớm chứng đắc được *Niết*

*bàn*. Chớ có co rút lùi lại như những kẻ vừa nghe đến hai tiếng *Niết bàn* đã chóng mặt, lo âu, hay tỏ ra chán ngấy.

Xin tất cả các bạn hãy đặc biệt lưu tâm đến chữ *Niết bàn*. Sự vượt thoát các ảnh hưởng tai hại, ngay cả việc trải qua các giai đoạn khó khăn của tuổi thanh thiếu niên, có thể được gọi là một thứ *Niết bàn*, cũng tựa như các thú vật đã được huấn luyện để liả bỏ tánh cương ngạnh nguy hiểm của chúng; những điều đó là *parinibbuta*, nghĩa là, sự trầm tĩnh, sự nguôi lạnh, hoàn toàn nguôi lạnh. Vậy thì, chúng ta nên làm người trầm tĩnh, nguôi lạnh, để chẳng còn có điều gì làm "bốc lửa" lên trong chúng ta, để nung nấu, đốt cháy chúng ta nữa được. Đừng bao giờ khinh xuất để cho ngọn lửa bốc lên; trái lại cần đạt cho được phần thưởng *Niết bàn*. Hãy bắt đầu ngay với loại *Niết bàn sanditthika nibbàna* hay *ditthadhamma nibbàna*, rồi từ từ qua các giai đoạn mà thăng tiến đến bậc thang của *Niết bàn* thật sự.

\* \* \*

### **30.- "Điều gì là tốt lành tốt bậc cho nhơn loại?"**

Bực Đại Giác (Đức Phật) có lần nói rằng: "Tất cả chư Phật đều bảo, *Niết bàn* là tối thượng." Tối thượng ở đây có nghĩa là "điều tốt lành tối hậu và cao cả nhất cho nhơn loại." Trong ngôn ngữ quốc tế về các qui

điều hành động đúng qui tắc, có một từ ngữ La tinh là *summum bonum* (cực điểm tối hảo, điểm tốt cao tốt), có nghĩa là sự tốt lành cao tốt, điều tốt nhất và cao cả nhất mà một con người có thể đạt được ngay trong đời này. Các nhà học giả Phật giáo đồng ý rằng trong Phật học cũng có một *summum bonum*, và đó phải là chính Niết bàn. Vậy, nếu có người ngoại quốc nào hỏi bạn, *summum bonum* của Phật giáo là gì, bạn hãy trả lời rằng: "Chư Phật đều bảo, Niết bàn là tối thượng."

\* \* \*

### ***31.- "Vào thời buổi này, thế giới có được các bậc A la hán chăng?"***

Trả lời điểm này, ta có thể viện dẫn lời Đức Phật: "Nếu tất cả các tỳ kheo *sống chơn chánh*, thế giới chẳng vắng bóng các A la hán." Lời này được Đức Phật nói ngay vào ngày Ngài mất.

Nếu có ai nghi ngờ, cật vấn rằng, ngày nay còn có bậc A la hán chăng, xin bạn đừng trả lời giản dị bằng "Có" hay "Không". Trả lời quá đơn giản như thế là một lỗi lầm nghiêm trọng. Phải nên dùng lời Đức Phật mà đáp: "Nếu các tỳ kheo *sống chơn chánh*, thế giới chẳng vắng bóng các bậc A la hán."

\* \* \*

Như thế, họ sẽ hỏi tiếp:

### ***32.- "Sống chơn chánh là nghĩa làm sao?"***

"Sống chơn chánh", thật ra, có một nghĩa đặc biệt của nó. Sống chơn chánh là giản dị duy trì các điều kiện khiến cho các lậu hoặc chẳng thể được nuôi dưỡng và phát triển nổi. Do vậy, điều đó chẳng là gì khác hơn là luôn luôn trong mọi thời, sống với một tâm trạng giải thoát và rỗng vắng (Thái ngữ: *cit waang*, đọc là "*chít-hoáng*"), có nghĩa là, chẳng hề chụp nắm và bám níu vào bất cứ sự vật gì để xem như là *Ta* hay là *thuộc về của Ta*. Rồi thì, mặc dầu ta vẫn cứ tiếp tục nói năng, suy nghĩ, và hành động; vẫn tầm cầu, hưởng dụng, và tiêu thụ; ta chẳng hề có một ý tưởng nào muốn nắm bắt sự vật nào để làm cái *Ta*; chỉ luôn luôn hành động với sự tỉnh giác thường trực, hành động khôn khéo, hành động với trí huệ, trong mọi trường hợp mà mình có liên hệ đến -- đây là những gì được biết là "sống chơn chánh". Nói cách khác, sống chơn chánh là sống cách nào khiến cho các lậu hoặc chẳng còn phương thể để khởi dậy và được nuôi dưỡng.

Chúng ta có thể nói cách khác hơn nữa, sống chơn chánh là giữ đúng theo con đường Bát Chánh Đạo. Sống như vậy là sống chơn chánh vì chánh tri kiến, phương diện thứ nhứt của Bát Chánh Đạo, cũng chỉ là

sự hiểu biết, kiến thức, trí huệ hoàn toàn chẳng bị che mờ, đã thấu rõ ràng, chẳng còn có gì để chụp nắm và bám níu vào. Như thế, khi phấn đấu, khi nói năng, trong bất cứ động tác nào, cũng chẳng hề có sự chấp thủ.

Nếu chúng ta sống chơn chánh y như đã mô tả, các lậu hoặc (các cấu nhiễm tinh thần như tham, sân, si...) đều bị thiếu bồi dưỡng mà trở nên "hốc hác", ("gầy ốm") để rồi tự chúng, chúng sẽ rơi rụng lần lần mà tiêu diệt mất đi hết. Chẳng còn cách nào cho chúng nổi lên trở lại, vì ta đã bỏ được thói quen dung túng chúng khởi lên rồi. Đây là điều quan trọng vì các khuynh hướng bất thiện (*anusaya*, xu hướng làm điều ác), mỗi ngày được chôn cất bên trong, chỉ là một vấn đề vì đã quá quen thuộc với các lậu hoặc. Tuy nhiên, những ai chẳng biết được điều này, cứ tưởng rằng các lậu hoặc là những thực thể thường hằng, riêng có cái *tự ngã*, đây là họ đang vướng phải tà kiến về *thường kiến* (*sassata ditthi*, ý kiến sai lầm về sự thường hằng). Ai bảo rằng các lậu hoặc là những thực thể thường còn nằm lắng sâu bên trong tâm tánh, đó là người đang mắc vào thường kiến, ôm chặt lấy niềm tin sai lạc là có một *tự ngã* vĩnh cửu, (và bất biến) hoặc là *linh hồn*. Còn những người có trí huệ và chánh tri kiến căn cứ trên các nguyên tắc của Phật học thì chẳng hề xem các lậu hoặc đó như những thực thể độc lập và thường hằng hay là *tự ngã*. Sự hiện hữu của các lậu hoặc đều có lý do: sở dĩ chúng khởi lên vì đã tuân đúng theo với

luật hơn quả. Khi chúng thường khởi lên quá nhiều lần, ta trở nên quen thuộc với chúng, rồi mới xem chúng như phương diện thường hằng của bản tánh mình. Tin rằng chúng là những thực thể thường hằng sẽ khiến ta cho rằng chúng đang nằm sâu bên trong tâm ta mãi mãi.

Bạn hãy nên hiểu, các khuynh hướng bất thiện (*anusaya*) chỉ là thói quen xu hướng của chúng ta, kết quả của một tiến trình tập làm quen (lâu ngày) đó thôi. (...)

\* \* \*

Rồi câu mà họ sẽ hỏi tiếp nữa là:

### ***33.- "Muốn trở thành A la hán, khó hay dễ?"***

Hầu hết mọi người đều trả lời là khó vô cùng. Chẳng ai dám nghĩ rằng việc đó cũng dễ. Ngay đây, ta nên giữ đúng nguyên tắc là đừng đưa ra các lời đáp chẳng được chính. Ai mà đáp chẳng chính như nói (...) "Dễ mà" hoặc "Khó lắm", là người ấy còn chưa xứng danh hiệu của một Phật tử.

Nguyên tắc của Đức Phật nêu lên là nguyên lý hơn quả. Nếu chúng ta hành động đúng đắn, xuyên qua sự hiểu biết về nguyên lý hơn quả, thì việc trở thành bậc A la hán là dễ. Nếu chúng ta đi ngược với nguyên lý

nhơn quả, thì việc đó rất chi là khó khăn. Chỉ vì chúng ta đã quen (sống) với các lậu hoặc cho nên việc trở thành bậc A la hán mới thấy khó khăn. Ở đây, chúng ta nên nhớ lại lời Đức Phật đã nói, "Nếu chúng ta sống chơn chánh, thế giới này sẽ chẳng vắng bóng các bậc A la hán." Cuộc sống chơn chánh đó đâu có quá khó, nó chẳng vượt quá khả năng của chúng ta. Chận đứng các lậu hoặc đừng cho chúng được nuôi dưỡng. Nếu chúng ta muốn giết chết một con cạp, chúng ta nhốt nó vào chuồng, bỏ đói; chẳng có gì ăn, nó sẽ chết mất. Đâu cần chi phải đi vào chuồng, tranh đấu với cạp, để bị cạp cắn xé. Đây là muốn nói rằng việc ấy chẳng vượt quá khả năng chúng ta đó. Và đó cũng là một kỹ thuật khéo, nằm ngay trong khả năng của chúng ta.

Do đó, muốn trở thành một bậc A la hán, khó hay dễ là tùy theo chúng ta có áp dụng phương pháp đúng hay sai. Nếu ta tuân theo lời Phật dạy, thì việc ấy cũng đâu khó khăn chi lắm. "Hãy sống chơn chánh, và thế giới này chẳng vắng bóng A la hán."

\* \* \*

Lại một câu hỏi nữa (về vấn đề trên) thường được nghe:

***34.- "Nếu gặp được một bậc A la hán, chúng ta có thể nhận ra không?"***

Người ta thường thích nêu câu hỏi trên đây lắm. Vài người nghi ngờ rằng, dầu có gặp một bậc A la hán, hiện ở thế giới này, đang cùng đi trên đường, chúng ta cũng khó lòng nhận ra được. (...) Hãy suy gẫm: nếu chúng ta chẳng nhận ra nổi người đó là vị A la hán và chẳng bao giờ nhận ra được bất cứ vị nào, thì ngay cả giữa các bậc A la hán với nhau, họ cũng chẳng nhận ra nhau được.

Truyện kể rằng ngay cả Trưởng lão Xá lợi phát cũng chẳng nhận ra được tỳ kheo Lakuntakabhaddiya đã chứng đắc A la hán rồi. Trưởng lão cứ theo giảng Chánh pháp cho vị tỳ kheo đó, với mục đích giúp cho vị ấy chứng được quả vị A la hán. (...)

(...) Tuy nhiên, một vị Trời ở cõi Phạm thiên, tuy chưa đắc quả vị A la hán, cũng có thể nhận ra ai được vào hàng A la hán. Vị Thiên tử này có thể tiên đoán ai khi chết đã chứng đắc Niết bàn, và ai khi chết thì chưa đắc.

Như thế, khi đáp câu trên, chúng ta nên bảo, có thể chúng ta nhận ra được, có thể chẳng nhận được, tùy theo trường hợp. Ngay cả các vị A la hán với nhau, còn chưa nhận được nhau ra. Chúng ta (nhớ) đừng đưa ra các câu trả lời chẳng chính, như vài vị pháp sư trong giảng đường thường hay tỏ ra "quá giáo điều" về vấn đề này.



\* \* \*

### ***35.- "Tìm gặp ở đâu ra một vị A la hán?"***

Chúng ta phải tìm gặp được một vị A la hán ở nơi nào có sự tận diệt các lậu hoặc (các cấu nhiễm tinh thần). Đừng nhọc công đi lòng kiếm trong rừng, nơi tu viện, trong hang động, trên đỉnh núi, trong làng mạc, nơi thành thị, hay ở trung tâm thiền định. Chỉ ở nơi nào có sự chấm dứt hoàn toàn các lậu hoặc mới tìm ra được một bậc A la hán mà thôi. Bạn có thể đưa ra các trắc nghiệm, điều tra hoặc thử nghiệm lấy, để chứng tỏ với bạn sự dập tắt hẳn các lậu hoặc. Nếu việc ấy chẳng thể làm nổi, thì cũng chẳng cần lòng kiếm thêm chi nữa, (...) tự bạn sẽ hiểu lấy đó thôi.

Nơi nào có sự tận diệt các lậu hoặc, nơi đó có vị A la hán.

\* \* \*

### ***36.- "Thường nhơn có thể trở thành A la hán chăng?"***

Chớ vội đưa ra câu trả lời chẳng chính, bảo rằng có thể được hoặc chẳng thể nào được. Nên đáp rằng, một vị A la hán đã vượt lên trên cả hai đời sống thế tục và tăng lữ. Bạn nên ghi nhớ kỹ cho điều này, tin rằng một người đã đắc A la hán phải gấp gấp xin thọ giới tỳ

kheo trong vòng bảy ngày, bằng không sẽ chết mất, đây chỉ là lời xác quyết của các "ông thầy" quá tự tín, quá cố chấp, của đời sau, và chỉ thấy ghi trong các Chú giải, Phụ giải hay các tác phẩm hậu kinh điển mà thôi. Một vị A la hán bao giờ cũng siêu thoát cả đời sống tại thế và xuất thế. Chẳng có ai bắt buộc được một vị A la hán phải quay về làm người thường như sống theo thế tục được, vì vị này đã vượt lên trên ngay cả cuộc đời tăng lữ nữa.

Do đó, đừng (để mất thời giờ) đi tuyên bố, một vị A la hán có thể sống tại nhà hay không. Cho dầu ta có thể bắt buộc một vị A la hán phải về nhà sống đời thế tục, nhưng chẳng ai ép Ngài trở thành một người gia chủ (còn bị ràng buộc) được. Ngài đã siêu việt cả hai: đời sống tại gia và nếp sống tăng lữ.

\* \* \*

Và đây là một câu hỏi khác, (cũng liên quan đến vấn đề):

***37.- "Một kẻ "sát nhân" mà thành A la hán được sao?"***

Trả lời câu hỏi này tưởng cũng khá dễ dàng. Nơi tiếng "sát nhân", chữ "nhân" là "cá nhon"; chính cái "cá nhon" đó cần phải giết chết trước đi, rồi mới trở thành A la hán. Nếu điều mà ta gọi là "cá nhon", là

"nhon", là "người" đó mà chưa được diệt hẳn, thì chẳng có cách nào để đắc quả vị A la hán cả. Ta cần phải trước hết là giết chết cái ý niệm "*người*", "*tự ngã*", "*Ta*", và "*nó*", "*thú vật*", "*chúng sanh*". Nói cách khác, cần phải chấm dứt mọi sự bám chặt vào các ý niệm, đây là "*thú vật*", đây là "*con người*", đây là một "*thực thể thường trú*", đây là "*tự ngã*". Và làm được như thế tức là phải loại trừ ra hẳn cái ý niệm về "*con người*", hoặc phải dẹp bỏ cho sạch hẳn cái gì mà ta xem như là "*tự ngã*". Đang làm được điều ấy là đồng thời đang trở thành một vị A la hán. Bởi lý do đó mới nói, ta có giết chết xong con người thì mới đặng thành A la hán. Đức Phật đôi khi lại dùng những tiếng còn mạnh hơn nữa. Trong nhiều dịp, Ngài có nói, phải giết chết cha mẹ đi mới có thể thành A la hán. "*Cha mẹ*", ở đây, ám chỉ cho các cấu nhiễm tinh thần (lậu hoặc) như si mê, khát ái, và cố chấp, hoặc bất cứ hành động tạo nghiệp nào đã đóng vai trò như cha mẹ, như người truyền giống đã hiệp với nhau để khai sanh ra cái "*con người*", cái ý niệm về "*Ta*". Vậy ta cần phải diệt trừ chúng cho tiệt hẳn, phải giết "*cha*", giết "*mẹ*" của "*con người*" đó, mới mong thành A la hán.

Giờ đây, (nhắc lại) chuyện Angulimàla, (Chỉ man hay Ương quật ma la), một kẻ "sát nhân" nổi tiếng (vào thời Đức Phật). Chỉ man trở thành A la hán khi ông tiêu diệt hẳn "*con người*". Khi ông nghe Đức Phật bảo "*dừng lại*", ông liền hiểu rõ ngay ý nghĩa đúng đắn của hai chữ đó. Vài người, vì sự hiểu lầm, đã cõ

giải nghĩa rằng, Đức Phật muốn nói, chính Ngài đã dừng lại, nghĩa là dừng sự chém giết người, trong khi đó Chỉ man vẫn còn tiếp tục giết chóc, lúc cả hai gặp gỡ nhau. (...) Giải thích như thế chẳng được đúng lắm. Khi Đức Phật nói: "Ta đã *dừng lại*", Ngài muốn bảo, Ta đã dừng lại việc làm "con người", Ta đã chấm dứt hoàn toàn là "con người" ". Chỉ man hiểu rất đúng thế nào là đã thôi, đã dừng lại, là "con người", hiểu rất đúng cho đến mức ông ta có đủ khả năng để tiêu trừ (tận gốc rễ) cái "con người" (nơi tâm ông), đã diệt bỏ được hẳn cái ý niệm về "con người", về "cá nhân" (ở trong đầu óc ông). Vì thế mà Chỉ man mới thành đặng một vị A la hán.

Chỉ có mấy chữ giản dị "*dừng lại*" trong tích chuyện mà đã có nhiều người hiểu ý nghĩa hoàn toàn sai lầm. Tích chuyện đó bị hiểu sai, giải thích sai, bàn cãi sai, giảng dạy sai, khiến nó đã trở nên mâu thuẫn. Bảo rằng thành đặng A la hán chỉ vì giản dị đã chấm dứt việc sát hại con người, (nói như thế chẳng) là buồn cười (lắm hay sao?)

Vậy thì, ta phải dừng lại chẳng là "người" nữa và giết chết cái việc tin tưởng (đã sai lầm lại) bèn bỏ vào (ý niệm về) "cá nhân", "tự ngã", "Ta", và "chúng nó", trước khi ta có thể làm đặng một bậc A la hán. Nói cách khác, muốn trở thành A la hán, hãy giết chết "con người".

\* \* \*

Đến đây, tôi xin xét một điểm nhỏ để giúp các bạn hiểu dễ dàng các vấn đề sắp tới. Câu hỏi như thế này:

### **38.- "*Thế giới hiện tràn đầy những gì?*"**

Vài người có viễn ảnh nhìn xa, sẽ đáp: "Thế giới này đầy tràn đau khổ (*dukkha*)". Thí dụ như họ nói, ngoài việc khởi lên, trụ lại rồi diệt mất ra, cũng chỉ là một nguồn khổ đau thôi. Điều này cũng đúng, nhưng khó cho ta hiểu rõ được.

Tương nên dùng lời Phật nói để đáp câu trên: "Thế giới này tràn đầy các vật rỗng vắng. Thế giới này rỗng vắng. Chẳng có sự vật gì là "Ta" hoặc "thuộc về của Ta"."

Bạn đừng thoả mãn với lời đáp đơn giản là "trong thế giới này chỉ có đau khổ; chẳng có gì ngoài nguồn khổ đau mà thôi." Lời tuyên bố đó, tuy đúng, nhưng hàm hồ, dễ bị hiểu lầm; bởi vì các sự vật nói đó, nếu chúng ta đừng chụp bắt và bám níu vào, thì chúng đâu hề là nguồn đau khổ. Hãy nghĩ lại cho đúng. Thế giới này và ngay cả các sự vật trên thế giới đó, tự chúng nó, chẳng hề gây ra đau khổ, đã chẳng từng là nguồn gốc của đau khổ. Chính vào lúc ta chụp nắm và bám níu, đau khổ sanh ra. Nếu chẳng chấp thủ, sao có đau khổ được? Bảo rằng đời là (bể) khổ, đó là lời nói cạn cợt,

quá đơn giản, và ấu trĩ. Đời sống, khi bị nắm bắt và bám níu vào, mới là đau khổ; chẳng chấp thủ vào đời sống thì chẳng đau khổ.

Cuộc sống này có mục tiêu, chứ chẳng phải vô nghĩa. Vài người thích bảo rằng đời sống chẳng có mục tiêu, chỉ vì họ chẳng biết cách đem mục tiêu lại cho đời sống. Nếu chúng ta biết cách dùng đời sống này làm một khí cụ để thám sát về thế giới, về các nguyên nhân của thế giới, và về cách thực hành để đi đến sự tận diệt của thế giới, thì đời sống sẽ có mục tiêu. Như thế, đời sống là một phương cách để nghiên cứu, thực tập, và nhận lãnh các thành quả của sự thực tập ấy. Nó là một phương tiện tiến tới để hiểu biết được một điều tốt nhất mà nhơn loại có thể biết, và phải biết, tức là *Niết bàn*. Vậy các bạn nên nhớ, đời sống có mục đích chứ chẳng không, mặc dầu người khờ vì chẳng biết cách dùng nó, mới khiến cho nó thành ra vô nghĩa.

Thế giới này tràn đầy những gì? Nếu nhìn ở quan điểm thấp, thì nói, nó đầy khổ đau. (...) Nhưng nếu nhìn trên quan điểm cao hơn, bạn có thể nói, thế giới này, chẳng là gì khác hơn một tiến trình chẳng ngừng của sanh, trụ, diệt, rồi lại sanh, trụ, diệt... Nếu chúng ta chụp nắm và bám níu vào nó, đau khổ sẽ được gây ra. Nếu chúng ta chẳng chụp nắm và bám níu vào nó, thì nó cứ giản dị tiếp diễn mãi việc sanh, trụ, và diệt. Do đó, chúng ta nên nhớ rằng, một người đã được giải

thoát, tự do, trở thành bậc A la hán, chẳng hề xem muôn vật như suối nguồn của đau khổ, hay cả của hạnh phúc nữa. Năm uẩn (tức là thân tâm) vô nhiễm của bậc A la hán chẳng thể được xem là đang vướng mắc vào sự đau khổ. (Nơi bậc A la hán), chỉ có sự trôi chảy, biến đổi, và chuyển hoàn của năm uẩn ấy, đúng theo nguyên lý nhơn duyên.

Tóm lại, thế giới này đầy tràn những gì? Nó bao trùm muôn vật đang sanh, trụ và diệt. Chấp thủ vào chúng, chúng sẽ gây ra đau khổ. Hễ đừng nắm bắt và bám níu vào chúng, chúng chẳng hề tạo nên khổ đau.

### **- Phần 3 -**

Thường nhơn hay hỏi câu này:

***39.- "Điều gì đem lại nhiều phước, điều gì đem lại ít phước?"***

Đức Phật dạy: "Giá trị của việc tạo phước, căn cứ trên sự tham lam, chẳng bằng một phần mười sáu giá trị của việc vun trồng tâm từ (*mettà*)."

Việc tạo phước căn cứ trên lòng tham bao gồm các việc làm phước vì danh vọng, làm phước vì muốn đánh đổi với việc sanh lên cõi Trời hay cảnh Thiên đàng, làm phước để được tái sanh lại làm bậc giàu sang, và làm phước để được hưởng các thú vui nhục dục. (...) Đó chỉ là nắm bắt và bám níu. Tạo phước như thế đó, tuy vẫn có được phước đức, nhưng giá trị của nó chẳng bằng một phần mười sáu của việc tu tập

tâm *Từ* (*Mettà*). Lòng *Từ* chẳng dựa trên tự lợi; nó được thực tập vì lợi ích của người khác. "*Từ* " là sự thương yêu phổ quát đến mọi chúng sanh. Sự tạo phước căn cứ trên tâm *Từ* có một giá trị cao rộng, to lớn hơn nhiều so với việc tạo phước căn cứ trên lòng tham.

[Trong ngôn ngữ Pali, khi muốn chỉ sự khác biệt to lớn giữa các vật, người ta thường dùng thành ngữ: "phần mười sáu lảy (chẻ nhỏ) mười sáu lần". Thí dụ như ta có một đơn vị của vật gì. Chẻ đơn vị ấy ra làm mười sáu phần, lảy một; rồi đem phần mười sáu đó chẻ ra làm mười sáu phần nữa, rồi lảy một... cứ thế cả thảy mười sáu lần chẻ, mới được phần mười sáu của phần mười sáu.]

(...)

\* \* \*

#### ***40.- "Phước đức to lớn nhất tìm thấy ở đâu?"***

Đã có lần Đức Phật nói: "Phát triển sự hiểu biết rõ về vô thường (*anicca*), dầu chỉ trong cái khảy ngón tay cũng đem lại nhiều hiệu quả và phước đức hơn là cúng dường thực phẩm cho cả Tăng đoàn có Đức Phật hướng dẫn."

Điều này có nghĩa là, nếu chúng ta có thể thỉnh Tăng đoàn và Đức Phật (...) đến hiến cúng thực phẩm, chúng ta vẫn còn chưa được phước bằng việc thành công trong sự phát triển ý thức về vô thường, dầu chỉ xảy ra ngắn ngủi như cái khảy ngón tay. Đây là điểm căn bản nhất.



Do đó, các bạn nên tỏ ra dè dặt trước các đại công tác bố thí của vài người được trưng bày trên tường các đền đài, bởi vì các thí chủ đó quan tâm đến các lạc thú nhục dục. Đại phước báu phải là điều mà Đức Phật đã mô tả. Phát triển ý thức về lẽ vô thường, dầu chỉ trong phút chốc, cũng còn quý hơn tất cả các loại cúng dường cho chư tỳ kheo.

\* \* \*

#### **41.- "Tìm ở đâu mà gặp được (...) hạnh phước?"**

Trong Kinh điển, có một đoạn thuật lại rằng, các vị Trời (*devatas*) hấp hối, sắp qua đời, vì đã hưởng hết phước đức, nên đã đến giai đoạn chót của đời họ. Đoạn Kinh còn nói, chư Thiên ước mong đạt đến một tình trạng an lạc, tìm cầu và hi vọng biết được nơi ấy. Sau cùng, họ đi đến kết luận là tình trạng an lạc đó có thể tìm thấy ở cõi nhơn gian. Họ đồng thanh nói lên trong sự vui mừng: "Nguyện cầu mọi ước mong được thành tựu! Hãy đi đến cảnh an lạc ở cõi nhơn gian!"

Từ ngữ "cảnh an lạc ở cõi nhơn gian" có nghĩa là, ở cõi nhơn gian lẽ vô thường, sự bất toại nguyện, và lý vô ngã đều có thể nhận thấy được dễ dàng hơn là ở cõi chư Thiên. Nơi cõi nhơn gian, có các bậc giác ngộ, có các bậc A la hán, và có cả Đức Phật, Chánh Pháp, cùng Tăng già. Trên cõi Trời, (giữa) rừng lạc thú nhục dục, chẳng có các điều (quý báu) vừa kể. Vì vậy, các bậc Trời đã đến cõi nhơn gian để tìm cảnh an lạc. Thật là buồn cười khi loài người lại muốn sanh lên Trời để được sung sướng! Vậy mà nhiều người muốn tìm cách sanh lên thiên đàng, để tìm hạnh phúc cho kiếp sau. Họ "đầu tư" vào việc đó bằng cách tạo phước, bố thí, bán nhà cửa của cải, và

xây cất (...) chùa chiền. Cảnh hạnh phúc thật sự ở vào đâu?  
Xin các bạn hãy suy gẫm kỹ lại.

\* \* \*

Tiếp theo đây, liên quan đến vấn đề *thần thông (iddhis)*, câu hỏi thường nêu lên là:

**42.- "*Chúng ta nên quan tâm đến mức nào về vấn đề thần thông (iddhis)?*"**

Trước hết, (...) chữ *iddhis* (tạm dịch là *thần thông*), có nghĩa là "năng lực". Nguyên trước kia, tiếng đó được dùng hằng ngày, để chỉ một đồ vật trong nhà có công dụng góp phần tiện lợi cho ta làm xong mỹ mãn một công việc một cách hoàn toàn thông thường. Bất cứ vật gì giúp ta được tiện lợi như thế đều được gọi là *iddhi*. Nghĩa gốc này sau đó được dùng rộng ra để nói đến các việc kỳ diệu, lạ thường, rồi sau cùng, mới chỉ đến các "*phép mầu thần thông*" vốn là những hiện tượng hoàn toàn về tâm linh. Vì các thần thông đó có tính cách tâm linh, chúng có được các đặc tánh tạo tác và tiện lợi khiến chúng trở thành kỳ diệu hơn và bao quát hơn, so với các sự việc vật chất. Chúng cũng tựa như các dụng cụ, máy móc để đỡ tốn nhọc lực của chúng ta ngày nay, (...) như các xe trục trơ (ủi đất) đắp đường, v.v... Các dụng cụ đó cũng có thể được gọi là *iddhis*, nhưng chúng chỉ là những "kỳ quan" vật chất mà thôi. Còn các *iddhis*, *thần thông*, mà chúng ta muốn nói đến, lại liên quan đến tâm thần, chúng (...) chẳng phải là vật chất.

Một người biểu diễn thần thông (*iddhis*) đã huấn luyện tinh thần mình cho đến mức mà y có thể khiến cho kẻ khác thể

nghiệm được bất cứ cảm giác nào mà y muốn cho kẻ khác cảm xúc được. Y có thể khiến cho các người khác thấy vật với chính mắt của họ, đúng như y muốn cho họ thấy; nghe được rõ ràng và phân biệt các âm thanh nào mà y muốn cho họ nghe; ngửi mùi hương nào mà y muốn họ ngửi được; nếm vị nào mà y muốn họ được nếm bằng chính lưỡi của họ; và cảm xúc qua làn da của họ sự mềm dịu hay cứng rắn và các kích thích khác về xúc giác. Phương cách đó còn tiếp diễn cho đến khi người biểu diễn thần thông có thể khiến cho kẻ khác thể nghiệm sự sợ sệt, sự thương yêu, hoặc là các tâm trạng khác nữa mà họ chẳng biết được lý do tại sao. *Thần thông, iddhis*, như thế đã tỏ ra rất tiện lợi và thật là kỳ diệu.

Nhưng thần thông là một loại hiện tượng thuộc về tâm linh, (...) chẳng thể tạo nên các món đồ vật chất thật sự có giá trị hữu dụng được. Chúng chẳng thể tạo dựng am cốc cho chư Tăng, đền miếu, lúa gạo, cá hay thực phẩm được (...) Các đối tượng (gọi lên đó) dường như có thật trước mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, hay tâm, nhưng chỉ kéo dài trong khoảng thời gian mà thần thông được thi triển, rồi sau đó chúng biến đi mất. Các thần thông, tự chúng, chẳng cất nổi am cốc, chùa chiền, (...), Kỳ viên tự, Trúc lâm tịnh xá đã phải do tín đồ xây dựng và cúng dường lên Đức Phật. Và đã nhiều phen, chính Đức Phật đã nhịn đói vì nạn đói kém; ăn lúa mã mạch dành để nuôi ngựa, và mỗi ngày chỉ một nắm lúa thôi.

Các điểm nêu trên nhắc nhở ta rằng, vật chất và tinh thần là hai cảnh giới khác biệt nhau. Có thể biểu diễn thần thông (*iddhis*) về cả hai mặt. Đức Phật chẳng phủ nhận các thần thông về tâm linh, nhưng Ngài cực lực cảm đoán sự biểu diễn chúng vì chúng chỉ là những ảo giác không hơn không kém. Ngài cấm các tỳ kheo thi triển thần thông, và chính Ngài

cũng tự chế, chẳng dùng đến. Chúng ta chẳng đọc thấy trong Tam Tạng Kinh Điển (*Tipitaka*) có đoạn nào nói đến việc Đức Phật thi triển thần thông. Cũng có nhiều đoạn kể lại việc Đức Phật thi triển thần thông, nhưng chỉ thấy ghi trong các bản Chú giải, Phụ giải, và các tác phẩm khác; do đó, sự thật của các lời tường thuật đó vẫn còn đáng nghi ngờ -- mặc dầu chúng ta nghĩ, đâu có cần gì phán đoán đúng hay sai.

Đức Phật đã có lần nói rằng: "Các loại thần thông được thi triển như bay trên không, tàng hình, thiên nhĩ, thiên nhãn, và các loại tương tự khác đều có liên hệ với các *lậu hoặc* và các *chấp thủ* (*sàsavà* và *upadhikà*)."  
*Sàsavà* có nghĩa là "liên hệ với các *lậu hoặc* (= *àsavà*s, tức là chất mù rỉ chảy (*lậu*) ra nơi các vết độc tinh thần như tà kiến và si mê). Nói cách khác, *thần thông hữu lậu*, *sàsavà iddhis*, được thi triển vì các *lậu hoặc* tà kiến hoặc si mê đã thúc dục. Còn chữ *upadhikà* nghĩa là *chấp thủ* (= bám níu), do đó *upadhikà iddhis* là các thần thông vì sự chấp thủ mà thi triển lên. Cả hai loại thần thông đó đã được người phô diễn ra với một tâm trạng nhiễm ô còn chụp nắm và bám níu.

Giờ đây, hãy chú tâm đến hai loại thần thông chơn chánh hơn, đó là *anàsavà iddhis* (*thần thông vô lậu*) và *anuppadhikà iddhis* (*thần thông miễn chấp*, nghĩa là chẳng chấp thủ), tức là cái khả năng biết kiểm soát và làm chủ được tâm trí mình theo như ý muốn. Thí dụ như khả năng nhìn bất cứ sự vật nào mà chẳng so đo phân biệt là đẹp hay xấu, là dễ thương hay đáng ghét: thấy vật đẹp, chẳng cho là đẹp; mà thấy vật xấu chẳng cho là xấu; cùng xem mọi vật chẳng đẹp, chẳng xấu, bình đẳng như nhau. Khả năng đó giúp ta kiểm soát hoàn toàn được tâm trí mình khiến cho mình giữ được sự tỉnh giác thường hằng và có tâm bình đẳng đứng trước các vật đối

trượng bên ngoài như hình sắc, âm thanh, hương vị, xúc giác. Sự tỉnh giác, tính hằng hay biết và bình đẳng tâm đó là những thần thông (iddhis) được gọi là thần thông vô lậu (anāsava iddhis) và thần thông miễn chấp (anuppadhikā iddhis) (chẳng có sự chấp thủ, bám níu vào), các thần thông này mới thật đáng cho ta lưu tâm đến chúng.

Các loại thần thông hữu lậu và chấp thủ (*sāsava iddhis* với *upadhi-kā iddhis*), nếu muốn thì triển được, cần phải có sự tập luyện rất khó khăn, đòi hỏi nhiều nỗ lực nhọc mệt. Chúng cũng có thể được thực hiện dàng hoàng, nhưng chỉ do một số ít người mà thôi; ngoài ra có nhiều biến loại khá phức tạp, xem ra chỉ là những mưu mẹo hoàn toàn phỉnh gạt, đôi khi lại còn lạm dụng đến các bùa chú, phù phép nữa.

Ngược lại, các loại được gọi là *anāsava iddhis*, *thần thông vô lậu* và *anuppadhikā iddhis*, *thần thông miễn chấp*, đều nằm trong khả năng luyện tập của đa số mọi người, khiến cho sự tỉnh giác và bình đẳng tâm được phát triển, mới thật là các *thần thông* đáng được người Phật tử quan tâm và tập luyện. (\*)

[\*- Người dịch xin chơn thành sám hối với Pháp Sư diễn giả, vì chẳng dịch đúng theo nguyên văn bốn đoạn chót của bài pháp về *Thần thông*, mà chỉ lấy ý trong bài ra viết lại. (Thiện Nhựt).]

\* \* \*

Giờ đây, ta bàn đến vấn đề:

**43.- "Hạnh phúc và Đau khổ bắt nguồn từ đâu?"**

Thường được nghe nói rằng, Hạnh phúc và Đau khổ bắt nguồn từ *Nghiệp cũ (Kamma)*. Đó là câu trả lời thiếu đúng đắn nhất. Đau khổ là những gì đã khởi lên do nguyên nhân và điều kiện; các nguyên nhân và điều kiện đó có rất nhiều loại, nhiều hạng, nhiều thứ khác nhau, như: vô minh (si mê) là một nguyên nhân; khát ái là một nguyên nhân; *nghiệp lực* cũng cùng là nguyên nhân nữa. Nay bảo rằng Đau khổ bắt nguồn từ *nghiệp lực*, ta phải nghĩ đến cái *nghiệp hiện tại*, ngay trong đời này, tức là sự si mê, sự khát ái, sự tham luyến, đang còn "mới toanh" đây. Xin hãy suy gẫm về các yếu tố đó có trách nhiệm gây ra Đau khổ, là cội nguồn của sự khởi sanh ra Đau khổ. Chúng ta phải nhận định ra là *nghiệp lực cũ* chẳng thể chống chọi lại với *nghiệp lực mới*, bởi vì chúng ta đang nắm trong tay quyền lực tạo nên *nghiệp mới*. Nơi câu hỏi số 14, chúng ta đã biết *nghiệp lực mới*, cái nghiệp loại thứ ba, có khả năng dẹp bỏ được hoàn toàn *nghiệp cũ*. *Nghiệp cũ* bao gồm cả *thiện nghiệp* và *ác nghiệp*. Chẳng còn có loại *nghiệp cũ* nào ngoài hai thứ vừa kể. Tuy nhiên, *nghiệp mới* có thể là một trong (hai) loại nghiệp (thiện và ác) đó, và là *nghiệp thứ ba*; nghiệp thứ ba này chẳng gì khác hơn *Con Đường Bát Chánh Đạo*. Khi chúng ta khiến cho Con Đường này rộng mở trước mặt ta và dần bước đi theo nó, Con Đường đó sẽ đàn áp và triệt tiêu loại nghiệp thứ nhất và loại nghiệp thứ hai. Nếu chúng ta sống hoàn toàn đúng theo Bát Chánh Đạo, tức là đang chấm dứt triệt để các lậu hoặc, thì *nghiệp mới* (do Bát Chánh Đạo tạo nên) sẽ tràn ngập đến và chôn vùi hết cả hai *ác nghiệp* và *thiện nghiệp* của *nghiệp lực cũ*. Nói cách khác, *nghiệp cũ* (gồm loại thứ nhất và thứ hai) chẳng chống cự nổi với *Nghiệp mới* (là loại nghiệp thứ ba).

Do vậy, chúng ta phải nên quan tâm đến cái điều mà ta gọi là "Con Đường Bát Chánh Đạo" đó. Trước đây, tôi có nói đến con đường đó như thế nào, nếu ta đi theo ngã thông thường mà tu tập, và phương pháp thực hành như thế nào nếu muốn theo lối tắt (Xin xem lại câu hỏi số 13). (Nay xin nhắc lại,) Sự thực hành theo con đường tắt là trực tiếp tự quán sát lấy mình, nhằm mục tiêu dẹp bỏ hẳn sự chấp bắt và bám níu vào cái ý tưởng về *Ta*, và những *gì thuộc về của Ta* (tức là chấp thủ vào *Tự ngã* và *Ngã sở*). Nghiệp lực mới này, thuộc vào loại nghiệp thứ ba, và mạnh mẽ nhứt trong mọi loại nghiệp. Một khi nó được khởi tạo lên, nó sẽ "bén như guom đao" và có thể tiêu diệt được một số thật lớn các nghiệp cũ đã lâu đời. Đau khổ cũng khởi lên từ *ngiệp mới* do hoạt động của sự si mê, khát ái và tham luyến của ngày nay. Các lậu hoặc này khởi lên xuyên qua các việc chúng ta đã tiếp xúc, ngày hôm qua, ngày hôm kia, với các hình sắc, âm thanh, hương vị bên ngoài. Các lậu hoặc đó có thể bị vệt bỏ qua một bên, do nghiệp mới mà chúng ta đang tạo khởi. Đừng để bị phỉnh gạt khi nghĩ rằng chúng đều do nghiệp cũ gây nên cả. Nghiệp cũ có thể tìm thấy lại qua một chuỗi dài các nguyên nhân (đã qua), mà trong hiện tại chúng ta có thể quét sạch được. Xin đừng quên rằng *ngiệp mới* rất mãnh liệt, nó có thể vô hiệu hoá hoàn toàn và triệt để *ngiệp cũ*.

\* \* \*

Giờ đây, chúng ta xét tiếp đến vấn đề:

#### **44.- "*Tại nơi nào, ta có thể chấm dứt được đau khổ?*"**

Chúng ta chẳng chấm dứt hết đau khổ tại trong tu viện, nơi rừng vắng, tại gia đình, hay trên núi. Chúng ta phải chấm dứt

đau khổ, ngay tại chính nơi nguyên nhơn sanh ra đau khổ. Điều chúng ta cần phải làm là tìm cho ra đau khổ đã gây ra hằng ngày ở nơi ta bằng cách nào và do từ cội nguồn nào nó đã sanh khởi. Rồi chúng ta phải cắt đứt ngay nguồn gốc đó. Sự đau khổ của ngày hôm qua đã diễn ra và đi qua rồi. Nó chẳng thể nào trở lại được; nó đã được giải quyết. Chính sự đau khổ ngày nay, ngay giờ phút này, mới là vấn đề. Sự đau khổ của ngày mai còn chưa phải là vấn đề; chỉ có sự đau khổ đang khởi diễn ngay phút này là cần phải được dập tắt. Vậy thì, phải dập tắt ngay ở chỗ nào đây? Dập tắt ngay nơi nguồn gốc của nó. Chúng ta cần học tập về đời sống cho đến khi nào nhận thức được, như lời Đức Phật đã nói, rằng *đau khổ chỉ sanh khởi lên do sự chấp nắm và bám níu* (do sự chấp thủ).

Thường được nghe tuyên bố hùng hồn, nhưng hơi mơ hồ rằng, sanh, già và chết là đau khổ. Nhưng sanh chẳng là khổ, già chẳng là khổ, chết cũng chẳng là khổ, khi mà chẳng có sự bám chặt vào sự sanh, già, chết để bảo rằng "tôi sanh", "tôi già", "tôi chết". Vào giờ phút ấy, chúng ta chấp nắm sự sanh, già và chết để lấy đó làm "của Ta". Nếu ta chẳng chấp bắt, chúng chẳng thể là đau khổ được, vì chúng chỉ là những sự thay đổi của tám thân mà thôi. Khi thân thể thay đổi như vậy, ta liền bảo là "sanh"; thay đổi thể kia, lại bảo là "già", thay đổi thể nọ, cũng bảo là "chết", và chẳng nhìn thấy ra được (cho rõ ràng) đó chỉ là sự thay đổi về thân thể. Chúng ta xem đó như thật có sự sanh, già, chết và hơn thế nữa, lại gọi đó là "Ta sanh", "Ta già", "Ta chết". Đây là một sự si mê đa dạng: tiên khởi là "Ta" là si mê thứ nhất, kế đến thấy sự thay đổi của thân thể rồi bảo "Ta sanh", hoặc "Ta già", đây là si mê thứ hai. Chúng ta chẳng nhận ra nổi đó chỉ là sự biến đổi của thân thể. Giờ đây, nếu chúng ta vừa nhận thấy đó chỉ là thân



thể đổi thay, thì "sinh", "già", "chết" đều biến mất, và cái "Ta" cũng lặn luôn biệt dạng cùng một lúc. Chẳng còn có "Ta" nào nữa, (lấy ai mà chịu Khô đây?), thì tình trạng này chẳng phải là đau khổ.

Đức Phật nói: "Sanh là khổ, già là khổ, chết là khổ." Đa số dân chúng đều hiểu lầm lời nói đó. Họ trở vào tình trạng sinh, tình trạng già, tình trạng chết như là đau khổ. Vài người chẳng thể giải thích được tại sao cả. Vài người, ngập ngừng và lưỡng lự, cắt nghĩa một cách mù mờ và ham hồ, ậm ờ lẫn tránh. Đó là vì họ quên mất lời Đức Phật nói: "*Năm thủ uẩn, khi bị bám níu, là đau khổ.*" (*Sankhittena pancupàdànakkhandhà dukkhà*). Năm uẩn là thân và tâm; chúng hợp chung lại thành con người. Nếu có sự chụm bắt và bám níu vào chút gì được xem như là "Ta", hoặc là "của Ta", tức thì năm uẩn là đau khổ. Năm uẩn ấy là một gánh nặng, là một cội nguồn của đau khổ. Bên trong chúng là lửa, là diêm sinh. Vậy thì, năm uẩn đó, nếu liên hợp với sự chấp thủ (=năm bắt và bám níu) thì là đau khổ.

Giờ đây, giả sử như năm thủ uẩn đó đang ở trong tình trạng "già". Nếu tâm ta chẳng chụm nắm và bám níu vào chúng như "già", hoặc như "Ta già", thì chúng chẳng thể sẽ là đau khổ. Ta sẽ xem thân này như rỗng vắng, cảm thọ này như rỗng vắng, tri giác này như rỗng vắng, các hành động cố ý này như rỗng vắng, và tâm thức này như rỗng vắng. Ta sẽ thấy được cái toàn thể đó đang trôi chảy và cuốn xoáy, chuyển hoá mọi thứ thành ra rỗng vắng. Chẳng bám níu, chẳng thể nào đau khổ được. Đó là trường hợp của *ngũ uẩn* thanh tịnh (*pancakkhandha*, năm uẩn, năm tập hợp, tách khỏi sự bám níu). Đó là năm uẩn của vị A la hán, hay đúng ra, đó là những gì mà ta giả thiết để gọi là năm uẩn của một vị A la

hán. Bởi vì, thật ra, với một vị A la hán, chẳng thể được (phép) mô tả vị ấy như đang làm sở hữu chủ của năm uẩn, nhưng chúng ta muốn nhìn phông vào các uẩn kia như là nơi chứa đựng các đức tánh của quả vị A la hán vậy. Tâm trạng ấy (của bậc A la hán) chẳng thể nào nắm bắt và bám níu vào năm uẩn như là "của Ta"; tuy nhiên chúng ta vẫn phỏng đoán để gọi chúng là "năm uẩn tinh khiết" (*pancakkhandha*) của một vị A la hán.

Dập tắt đau khổ tại nơi nào? Chúng ta phải loại trừ đau khổ ngay nơi nguồn gốc của nó, tức là nơi sự chụp bắt và bám níu vào sự vật. Đau khổ do tham luyện sự giàu có, cần loại trừ đau khổ ngay trong sự tham luyện đó. Đau khổ do sự chụp bắt và bám níu vào các ảo tưởng về quyền lực, về thể diện, về danh dự và tiếng tăm, cần loại trừ đau khổ ngay trong sự nắm bắt và bám níu đó. Rồi thì sự giàu có, quyền uy, và oai thế tự chúng chẳng thể là đau khổ được. Cho nên, ta nên tìm ngay nơi nào đau khổ khởi lên và dập tắt nó ngay tại chỗ đó. Thoi xa xưa, các bậc cổ đức lão luyện về Chánh pháp thường nói: "Theo ngõ nào nó đi lên, cứ đem nó xuống theo ngõ ấy."

\* \* \*

Giờ đây, tôi muốn bàn luận về điều thường được gọi là *"thật sự biết rõ"*:

***45.- "Khi gọi là "thật sự biết rõ", ta cần phải biết rõ đến mức nào?"***

Tôi thiết tha mong mỗi các bạn chú tâm lưu ý đến lời nói của Đức Phật mà tôi sắp trích dẫn ra sau đây. Đức Phật bảo rằng,

để thật sự hiểu biết rõ ràng về sự vật gì, ta cần biết rõ năm điều về sự vật đó. Đó là:

- 1.- Đặc tánh của sự vật đó là những gì?
- 2.- Sự vật đó khởi lên từ đâu?
- 3.- Vị ngọt quyến rũ (*assàda*) của sự vật đó là gì?
- 4.- Nguy cơ bất lợi (*àdinava*) dấu kín của sự vật đó là gì?
- 5.- Lối thoát (*nissarana*) khỏi sự kèm kẹp, chàm bẫy do sự vật đó chẳng ra là gì?

Do đó, muốn *thật sự hiểu biết rõ ràng* về việc gì, ta phải trả lời năm câu hỏi sau đây:

- Thứ nhất: Đặc tánh của nó là gì?  
Thứ hai: Nguồn gốc, sanh quán của nó là gì?  
Thứ ba: Sức quyến rũ (*assadà*) của nó ra sao?  
Thứ tư: Nguy cơ tác hại (*àdinava*) của nó là những gì?  
Thứ năm: Lối thoát (*nissarana*) khỏi thế lực của vật đó là gì?

Có cả thảy năm câu. Nếu bạn nghiên cứu bất cứ vật nào dưới năm quan điểm đó, bạn sẽ vượt qua và thắng được vật ấy. (...) Nhưng nếu chẳng nghiên cứu theo năm quan điểm đó, bạn sẽ bị chế ngự bởi các sự vật, nghĩa là, bởi thế giới. Nếu chúng ta nghiên cứu thế giới theo năm quan điểm đó, thì chẳng có cách nào mà chúng ta lại bị thế giới chế ngự. Cho nên chúng phải thận trọng trong việc nghiên cứu thế giới. Tại sao ta phải nghiên cứu? Vì mục đích tối hậu nào mà ta nghiên cứu? Nếu chúng ta muốn nghiên cứu việc xây dựng hoà bình cho thế giới, chúng ta nên tỏ ra thật thận trọng. Sự

nghiên cứu của chúng ta sẽ chẳng đem lại kết quả ích lợi nào cả, nếu chúng ta chẳng căn cứ trên nguyên tắc vừa nói của Phật học.

Có lẽ, các bạn chưa từng nghe nói đến các tiếng *assàda* (vị ngọt cảm dỗ), *àdinava* (nguy cơ tác hại), và *nissarana* (lối vượt thoát), mặc dầu trong Tam Tạng Kinh Điển ta thấy chúng nhan nhản. (...) Khi Đức Phật muốn đem chia xẻ kiến thức chơn thật về điều gì, Ngài chỉ dạy theo đường lối đó. Đôi khi Ngài rút ngắn lại và chỉ xét đến ba điều cốt lõi. Bản chất của sự quyến rũ (*assàda*) của nó là gì? Bản chất của tính tác hại (*àdinava*) của nó là gì? Mỗi vật đều có vừa đặc tánh hấp dẫn, vừa đặc tánh tác hại, bản chất của lối vượt thoát (*nissarana*) khỏi vương mắc vào nó, khéo chiến thắng được nó, là gì?

Người ta thường bảo, có một lưỡi câu giấu kín trong miếng mồi treo thả ở đó. *Assàda*, sức quyến rũ, chính là miếng mồi béo bở đang dụ dỗ con cá phảiớp. Cái lưỡi câu giấu kín là *àdinava*, tức là sức tác hại độc ác, ngầm, nằm phục sẵn bên trong miếng mồi. Và *nissarana* là kỹ thuật khéo léo để phá hỏng mưu lừa của lưỡi câu và miếng mồi. Con cá phải có phương cách ăn mồi như thế nào mà chẳng mắc lưỡi câu. Miếng mồi ngon mọc ở lưỡi câu, khi đã bị phá rồi mất vai trò như cá của nó rồi, sẽ trở thành một miếng thực phẩm tốt để được cá ta vuiớp mà chẳng mắc câu.

Thế nên, ta phải biết cách nhìn thế giới này dưới năm quan điểm nói trên. Một phương diện của thế giới, *assàda*, miếng mồi ngon quyến rũ ta cho tới khi ta mãi mê đắm đuối trong ấy đến nỗi tai điếc mắt ngơ với mọi việc khác. Nhưng còn có cái lưỡi câu bên trong. Những ai đã vương mắc vào thế giới

rồi thì chẳng thể thoát ly ra được; họ đắm chìm sâu vào thế giới, nghĩa là, trong sự đau khổ. Riêng có bậc *thánh giả* (*ariyans*, hạng người đã tiến xa trên đường tu tập) mới biết nhìn thấy rõ, nhận ra được thế nào là *cám dỗ* (*assàda*), thế nào là *sức tác hại ngầm* (*àdinava*), và đâu là *lối vượt thoát* (*nissarana*). Các vị ấy có đủ khả năng để sống trong thế giới, "đớp mồi" của thế giới mà chẳng vướng lười câu. Các vị ấy biết rõ mỗi vật, để luôn luôn ý thức về cả năm điều: đặc tánh, nguồn gốc (*samudaya*), mồi cám dỗ (*assàda*), lười câu nguy hiểm (*àdinava*) và chiến lược (*nissarana*). Nay ta muốn *tìm hiểu thật sự rõ ràng*, thì đối với mỗi vật, ta phải học hỏi và biết tất cả năm yếu tố đó, hay ít nhất là ba yếu tố sau cùng.

Chẳng kể là vật nào ta tiếp xúc trong cuộc học tập, hay trong các hoạt động khác, ta đều nên áp dụng đầy đủ nguyên tắc trên đây. Rồi ta mới biết phân biệt như thế nào để gạt hái được phần thưởng to lớn nhất mà chẳng bị tổn thương. Đây là điều được gọi là "*thật sự hiểu biết rõ ràng*". Khi hành động dựa trên sự thông suốt đó, việc tu tập theo Chánh pháp sẽ dễ dàng và bỏ các lậu hoặc lại đằng sau. Nhìn thế giới dưới nhãn quan của năm quan điểm, ta sẽ thấy thế giới tràn đầy quyền rũ (*assàda*) phía bên ngoài, còn bên trong ăm ắp nguy cơ (*àdinava*). Ta sẽ có cái nhìn về thế giới như là một sự gian lận, một sự giả mạo, một sự lường gạt, một ảo ảnh, và chẳng để mình bị móc vướng vào đó, hay chìm đắm say mê trong đó. Một tâm hồn, được trí huệ sáng chói chiếu soi, khi đối trước cảnh vật: hình sắc, âm thanh, hương vị, xúc chạm và đối tượng tâm linh, sẽ nhìn chúng dưới cặp mắt đứng đắn đã sành thạo về năm yếu tố nêu trên. Tâm tư ấy chẳng để cảnh vật chế ngự mình, và chẳng hề để cho sự khát ái và tham luyến được phát triển nghiêng về ngã kiến. Tự do

sẽ trở thành tình trạng bình thường, ngày lại ngày. Sau cùng, việc tu tập theo Chánh pháp để hướng về Niết bàn chẳng còn quá tầm tay nữa.

\* \* \*

Giờ đây, tôi sẽ đặt câu hỏi như sau:

**46.- "*Thế nào là "Nhập Lưu", hay được bước vào "Dòng Nước Niết Bàn"?"***

Xin mời bạn nhớ lại chữ *Niết bàn* (*Nibbàna*) theo nghĩa chúng ta đã bàn luận, tức là điều tốt lành tối cao mà nhơn loại có thể chứng đắc được, nơi câu hỏi số 30. Nếu trong cuộc đời của ai mà còn chưa biết đến trạng thái gọi là Niết bàn, hoặc chưa từng nếm được hương vị của Niết bàn, cuộc đời đó kể như đã uổng phí.

Nói đến "*Dòng nước Niết bàn*" là nói đến một tiến trình đã tới giai đoạn chắc chắn là chỉ trôi chảy hướng về *Niết bàn*. Dòng nước đó chảy xuôi theo chiều đến nơi tận diệt khổ đau, chẳng thể ngược dòng quay lại với các khổ nạn hoặc đẩy xô vào các *Cảnh giới thâm sâu và dữ ác*. Chúng ta gọi đó là *Dòng* (*The Stream*). (\*)

[\* - Tạm dịch chữ *The Stream* là *Dòng*; nói cho đầy đủ có lẽ phải nói là *Dòng nước Thánh*. (Thiện Nhựt ghi chú thêm).]

Người đã bước vào *Dòng* (*Dòng nước Thánh*) là bậc *Nhập Lưu*, hay *Dự Lưu* (*Sotapanna*), còn gọi là *Tu đà huàn*. Bậc *Tu đà huàn* thì chưa chứng đắc hoàn toàn cảnh giới Niết bàn. Vị *Dự Lưu* (*Stream enterer*, kẻ bước vào *Dòng*) chứng

được *Ditthadhamma nibbàna*, "Niết bàn tại đây và bây giờ"; (Xin xem lại câu hỏi số 28), hoặc là *Tadanga nibbàna*, "Niết bàn trùng ngẫu" (coincidental *Nibbàna*, do sự gặp gỡ ngẫu nhiên), hay là bất cứ loại Niết bàn nào thích hợp với trường hợp mình. Nhưng một khi đã bước vào Dòng thật sự rồi, thì chẳng còn vướng bận với các *assàda* (quyền rũ) và *àdinava* (nguy cơ ngấm ngầm) (xem như là *mối thon* và *lưỡi câu*) của thế giới nữa. Thế giới chẳng bao giờ còn có thể trở lại gạc gắm được bực ấy nữa. Điều đó chẳng có nghĩa là, chẳng hạn như, phải từ bỏ hết mọi liên hệ với thế giới, hoặc chẳng được dung dưỡng các thú vui nhục dục. Nó chỉ có nghĩa là, tâm của vị ấy đã bắt đầu nhìn các điều vừa kể chẳng đáng để cho mình chụp nắm và bám níu vào nữa, (...) mặc dầu đôi khi vị ấy cũng còn lỡ lầm, vì thiếu tỉnh giác.

Muốn chứng đắc quả Dự Lưu, phải dẹp bỏ được ba món "xiềng xích", gọi là ba *kết sử* (*sanyojana*), gồm có: (1) *thân kiến* (*sakkàya ditthi*) là sự chấp chặt vào *Tự ngã*, xem tự ngã là một thực thể thường hằng; (2) *nghi ngờ* (*vicikicchà*) và (3) *mê tín dị đoan* (*silabbata paràmàsa*, giới cấm thủ). Bỏ thân kiến là bỏ được một loại si mê; bỏ được nghi ngờ là bỏ được một loại si mê khác; bỏ được mê tín dị đoan lại là bỏ được một loại si mê thứ ba. Vị Tu đà huàn còn chưa dẹp bỏ *sắc ái* (*kàma raga*, tham luyến về nhục dục) là kết sử thứ tư. Ngay cả vị *Tu đà hàm* (*Sakidàgami*, *Nhứt Lai*, quả vị thứ hai, cao hơn bậc Tu đà huàn hay Dự Lưu là sơ quả hay là quả vị đầu tiên), cũng còn chưa dứt được sắc ái. Điều này có nghĩa là, dầu chưa dứt được sắc ái, nhưng chẳng phải là té lợt hẳn vào hố tham nhục dục. Mặc dầu vẫn còn tiếp xúc hay dung dưỡng nhục dục, nhưng bậc này đã loại bỏ được xong thân kiến, nghi ngờ và mê tín. Đây là tiêu chuẩn để cho vị

nào đã bước vào "Dòng nước Niết Bàn" tin chắc rằng mình sẽ tiếp tục tiến mãi lên để hướng về Niết bàn chính hiệu.

Như thế, chỉ là vấn đề dẹp bỏ sự hiểu biết sai lầm. Ta phải dẹp bỏ sự hiểu biết sai lầm trước khi diệt trừ hắc sắc ái (kàma rāga), tức là sự tham luyến về nhục dục. Tình dục chưa phải là một vấn đề nguy hiểm và ghê gớm, hay là một kẻ thù. Điều ghê gớm là sự si mê. Trong Kinh Tạng, có đoạn kinh nói rằng, điều thoả tha nhưt là một tâm tư cố bám chặt vào tự ngã. Đức Phật chẳng chỉ vào tình dục để coi như một vật thoả tha nhưt; Ngài lại trở ngay vào sự si mê. Chúng ta thường có khuynh hướng ước lượng quá cao và định giá trị quá cao về tâm mức mà một vị Tu đà huờn đã thôi chẳng dính dấp vào tình dục. Khi tiêu chuẩn đã được quan niệm một cách lầm lẫn, thì toàn thể hình ảnh sẽ trở thành méo mó và chẳng cách nào khiến sự việc đưa đến thoả thuận với nhau được. Do đó, điều thiết yếu là chúng ta phải hiểu rõ điều gì cần làm, ở giai đoạn đầu tiên khi bước vào "Dòng nước Niết bàn". Điều cần phải thực hiện đó, đâu phải là dẹp bỏ tình dục, mà chính là sự si mê phải được dẹp bỏ trước nhưt.

*Thân kiến* hay *ngã kiến* (*sakkāya ditthi*) là sự tự kỷ hướng tâm (self centredness), như thường xảy ra hằng ngày, là do sự thiếu sót đã chẳng nhận thức được *tánh không* (*sunnatà*, sự rỗng vắng) dầu chỉ bằng một cách nhận thức thật thô sơ đi nữa. Tâm tư bị che mờ và chẳng được tự do; do đó nên mới có sự tin tưởng sai lầm về cái "Ta", tức là thân kiến, hay là ngã kiến. Vậy muốn trở nên một vị Tu đà huờn, ta phải dứt khoát, một lần và mãi mãi, dẹp bỏ cái ý tưởng chấp vào "Ta", cái "ngã thân kiến" đó. Trong cuộc sống hằng ngày với sự tiếp diễn thông thường của các sự việc xảy ra, ngã kiến khởi lên rồi diệt đi, lại khởi lên rồi diệt đi nữa... Mỗi ngày, ngã



kiến có mặt nhiều lần, khởi lên, khởi lại luôn. Nhưng cũng có nhiều lúc ngã kiến vắng mặt. Chúng ta cần phải quán sát kỹ, để xem như thế nào là đang có ngã kiến, như thế nào là thoát khỏi chẳng có ngã kiến. Khi có sự tự kỷ hướng tâm, đó là (đang có) thân kiến hay ngã kiến, *sakkàya ditthi*.

Giờ thì đến *vicikicchà*, là sự nghi ngờ hay sự do dự về điều nào phải được xem là chắc thật, sự phân vân có nên tin tưởng hay không vào Đức Phật, sự dùng dằng chẳng biết có nên tu tập để tiêu diệt đau khổ một cách hoàn toàn và tuyệt đối, trên bình diện siêu thế hay không. Bởi vì còn do dự, cho nên ta còn chưa có đủ sự quan tâm cần thiết đến Chánh pháp. Thật khó thấy có hứng thú để chú tâm đến Chánh pháp dầu chỉ trong năm phút! Thế mà ngay trong những việc như điếu cày, cười đùa, ăn và uống, nghiên cứu và học tập, hành nghề và kinh doanh, lại có thể làm giờ này qua giờ khác, trọn cả ngày. Nếu thời giờ dùng để điếu cày và cười đùa được đem ra xử dụng để nghiên cứu Chánh pháp (một cách thích thú), thì việc thông suốt Kinh kệ sẽ đến với ta mau chóng hơn. Trong các loại do dự, quan trọng bậc nhất là sự lưỡng lự chẳng chịu quyết định xem là tốt hay xấu về việc chấp nhận và tuân hành theo phương cách do Đức Phật dạy để dập tắt mọi khổ đau. Thiếu quyết tâm để dần bước lên Con Đường Đạo đi tới sự tận diệt khổ đau, đó là một vấn đề thật thiết yếu và là một nguy cơ rất trầm trọng. Đa số dân chúng xem viễn ảnh (tu tập) đó thật là thiếu cả hương vị, mất cả khoái cảm, chẳng chút toại ý, và vắng sự hấp dẫn, cũng bởi vì họ đã quá say đắm các cảm dỗ của thế gian. Vì vậy, sự do dự cần phải quét sạch. Chúng ta bị đau khổ không chế, thì phải quyết tâm tìm cách chấm dứt nó.

Kết sử thứ ba là *sìlabbata paràmàsa*, mê tín dị đoan "kinh niên", (giáo lý Bắc tông gọi là *giới cấm thú*). Hãy tự quan sát và bạn sẽ thấy, trong cử chỉ, thái độ của bạn đã có sẵn loại mê tín kinh niên. (Từ bé,) bạn được dạy dỗ, mấy con rắn mối vô hại kia và loài bò sát tương tự, đáng ghê sợ lắm, đến nỗi việc sợ mấy con thú hiền lành đó thành thói quen nơi bạn. Đây là một mê tín, vừa cổ lỗ vừa ấu trĩ. Bạn được nuôi dưỡng trong sự tin tưởng rằng các ngôi nhà cổ kính có thần thánh linh thiêng; một mê tín dị đoan khác. (...) Sự tuân hành một cách cứng rắn (và câu nệ) theo các qui điều (đã lỗi thời) về đạo đức, trong hàng tăng lữ cũng như trong giới tại gia, đó cũng là một loại mê tín nữa. (...)

Xin các bạn kiên nhẫn nghe tôi kể thêm một thí dụ nữa về loại kết sử thứ ba, có liên quan đến Bốn Cảnh Giới Thảm Ác. Các cảnh giới này được vẽ trên tường các chùa chiền: cảnh giới địa ngục, cảnh giới súc sanh, cảnh giới ngạ quỷ (*petas*) và cảnh giới a tu la (*asuras*, các vị thần phi thiên). Bốn cảnh giới này được gọi là Bốn Cảnh Giới Thảm Ác (sầu thảm và dữ ác). Thường nghe giảng rằng, khi chết đi, ta có thể bị rơi vào bốn cảnh đó, nên ta tin lắm. Nhưng chẳng có ai giảng cho ta nghe, hằng ngày ta thường lâm vào các thảm trạng. Các thảm trạng này có thật và còn quan trọng hơn bốn cảnh địa ngục, súc sanh, ngạ quỷ và a tu la trên tường nhà chùa kia. Nếu ngày nay, chúng ta chẳng sa vào một thảm cảnh nào, thì sau khi chết, làm gì chúng ta lại sa vào bốn cảnh giới thảm ác nói trên. Điều này chẳng được đem ra giảng, nên dân chúng còn chưa hiểu được ý nghĩa căn bản về Bốn Cảnh Giới Thảm Ác. Đức Phật đâu phải là một nhà duy vật; Ngài chẳng lấy tám thân vật chất làm tiêu chuẩn tham chiếu, có đâu lại nói giống theo như các câu chuyện địa ngục vẽ trên tường với

lắm thầy ma bị nấu sôi lên (...) trong các chảo đồng! Đức Phật đã lấy "tâm" làm tiêu chuẩn tham chiếu.

\* \* \*

#### ***47.- "Ý nghĩa của bốn Cảnh giới Thảm ác là gì?"***

Cảnh giới thứ nhất là địa ngục. Địa ngục có ý nghĩa là lo âu. (Theo tiếng Thái, địa ngục là "trái tim nóng bỏng"). Mỗi khi ta đang thể nghiệm sự lo âu, nóng bỏng hay cháy xém, đồng thời ta tái sinh làm một chúng sanh nơi cảnh địa ngục. Đó là một sự tái sinh tự phát, một cuộc tái sinh tâm linh. Mặc dầu thân thể vật chất này đang ở nơi cõi nhơn gian, nhưng khi lo âu vừa khởi lên, thì tâm đã rơi vào địa ngục. Lo âu vì ngại có thể bị mất uy tín và danh tiếng chẳng hạn, hay bất cứ lo âu thuộc loại nào -- đó là địa ngục đây.

Rồi đến sự tái sinh vào cảnh giới súc sanh, đó chỉ là sự ngu độn. Tỏ ra quá khờ khạo, ngu độn về một việc gì: ngu, khi chẳng biết Chánh pháp và Niết bàn là điều đáng quý; ngu, khi chẳng dám đến gần với Phật học; ngu, khi tin rằng kẻ nào tu tập theo Chánh pháp hay lưu tâm đến Phật học là hạng người hủ lậu và kỳ cục. Trẻ con, và ngay cả người lớn, đều nghĩ như vậy, và họ lánh xa Chánh pháp cùng tôn giáo. Đó là sự ngu mê. Chẳng kể ngu mê về loại nào, sự đần độn cũng tương đương với sự tái sinh làm súc sanh (thú vật). Hễ khi sự ngu mê vừa khởi lên và làm tràn ngập tâm trí ai, tức thì kẻ ấy trở nên hạng súc sanh; đó là sự tái sinh tự phát, một cuộc tái sinh tâm linh. Đây là cảnh giới thảm ác thứ hai.

Cảnh giới thảm ác thứ ba là hoàn cảnh của loài ngạ quỷ (*petas*, quỷ đói), loại chúng sanh ma quỷ bị đói khát kinh niên,

bởi vì sự đòi hỏi của chúng luôn luôn vượt quá sự cung ứng phẩm vật. Đây là tình trạng đói khát kinh niên về tâm linh, chẳng phải đói về thức ăn. Thí dụ như, (...) có người muốn được một ngàn đồng, vừa được một ngàn lại muốn mười ngàn, rồi trăm ngàn, cho đến cả triệu mà vẫn còn chưa mãn ý. Đây là trường hợp chạy đuổi theo mãi mà chẳng bao giờ bắt gặp; có đầy đủ triệu chứng của bệnh đói kinh niên. Lại còn giống với loài ngựa quỉ đói khát, bụng to như hòn núi mà miệng lại nhỏ như lỗ kim. Phần nội nhập để tiêu thụ chẳng bao giờ vừa đủ cho cơn đói, nên mới luôn luôn là *quỉ đói*. Đối ngược với *ngựa quỉ* là người, (...) dầu được hai mươi xu cũng tốt mà chỉ có mười xu cũng đành lòng. Nhưng bạn đừng vì thế mà vội nghĩ rằng, ưng dạ như thế có nghĩa là thôi chẳng còn muốn tìm cầu vật gì nữa. Trí thông minh dạy ta những gì cần nên làm và làm ngay việc đó một cách đứng đắn. Bằng cách đó, ta thấy thích thú thoả mãn, mỗi khi đuổi theo sự vật gì. Ta thường thức sự tìm cầu và (cảm thấy) được mãn nguyện sau đó. Đây là lối sống chẳng thành ngựa quỉ, nghĩa là, chẳng mắc bệnh đói kinh niên. Đuổi theo sự vật nào với lòng khao khát, là thành ngựa quỉ. Đuổi theo sự vật một cách thông minh chẳng phải là có bụng đang thèm thuồng; bởi thế, chẳng được xem đó như là cảnh quỉ đói, mà chỉ là giản dị làm những việc gì cần phải làm mà thôi.

Ước vọng chẳng phải là khao khát, nhưt là ước vọng muốn dập tắt hết đau khổ. Bạn chớ nên đi nói với kẻ khác rằng (...) ước vọng là khao khát, là tham lam. Khao khát hay tham lam khởi lên do có sự si mê dần dần. Ước vọng chứng đắc Niết bàn có thể là sự khao khát, nếu được đuổi theo với sự rò dại, sự mê đắm, hay sự hãnh diện. Theo học khóa thiền mà chẳng hiểu thiền là gì cả thì là khát vọng và tham lam; chính sự si mê đó đưa tới đau khổ vì đầy những chup nắm và bám níu.

Tuy nhiên, nếu một người có ước vọng chứng đắc Niết bàn, sau khi đã cảm nhận một cách rõ ràng và thông minh, thế nào là đau khổ, cùng phương cách theo đó để diệt tận khổ đau, và với một tâm trạng sẵn sàng và thật lòng học tập đứng đắn về thiền định và minh triết, thì ước vọng về Niết bàn đó đâu phải là khát vọng tham lam, đâu phải là đau khổ. (....). Vậy thì, (...) nếu ước vọng bắt nguồn từ sự si mê hay một lậu hoặc nào khác, hoặc các triệu chứng giống với bệnh đới kinh niên - - hằng theo đuổi mà chẳng hề bắt được -- thì đó là (...) cảnh giới thâm ác của ngã qui, một lối tái sanh (tâm linh) tự phát.

Cảnh giới Thâm ác chót là cõi *a tu la* (*Asuras*, loại yêu thần, quỷ thần, nhát gan). Trước hết, xin giải nghĩa chữ *Asura*: *sura* là can đảm; *asura* là chẳng can đảm, nhát gan, khiếp nhược. Vậy thì, khi nào ai đó trở nên nhát gan chẳng có lý do, kẻ ấy đang tái sanh, một cách tự phát động, vào cảnh giới *a tu la*. Nhát sợ loài rắn mỗi vô hại, loài đa túc, loài trùn là lo sợ vô cớ và cũng là một hình thức của đau khổ. Sợ hãi một cách chẳng cần thiết, hoặc sợ hãi một điều gì vì đã quá lo nghĩ đến, cũng là tái sanh làm *a tu la* một thứ. Ai cũng sợ chết, nhưng nỗi lo lắng đó được nhơn lên trăm vạn lần vì mình phóng đại quá đáng về nguy cơ sẽ chết.

Lo âu dày vò con người, ngày lẫn đêm. Sợ sẽ lọt xuống địa ngục và đang sợ như vậy là đã thành một *a tu la* mất rồi. Hoá cho nên, con người đang tái hạ sanh vào trong Bốn Cõi Thâm Ác hằng ngày, hằng tháng, lại hằng năm. Nếu ta biết hành động đứng đắn và chẳng để lâm vào các thảm trạng xem như Bốn Cõi Thâm Ác, ngay lúc này, thì sau khi chết đi, chúng ta đâu có phải rơi lọt vào Bốn Cõi đó, như đã được vẽ trên tường tại các chùa chiền.

Cách giải thích Bốn Cõi Thảm Ác như trên phù hợp với ý nghĩa và mục đích giảng dạy của Đức Phật. Các sự tin hiểu sai lầm về Bốn Cõi Thảm Ác phải nên được xem như là mê tín dị đoan. Điều đáng thương hại nhất cho các Phật tử là đường lối giải thích sai lầm lời giáo huấn của Đức Phật và việc đem ra thực hành một cách thiếu hẳn sự thông minh. Chẳng cần phải đi tìm các mê tín dị đoan ở đâu xa; ngay trong Kinh Tạng cũng đã có nhiều đoạn mô tả những giáo phái tu theo hạnh con bò, con chó, nhan nhân ở Ấn độ, vào thời Đức Phật. (...) Các sự mê tín dị đoan đó cần phải dẹp bỏ mới có cơ bước vào Dòng Nước Niết bàn. Bực Tu đà huàn, hay là Dự Lưu (Stream Enterer, Dự Lưu; dự=bước vào, lưu=dòng nước), đã dẹp bỏ được sự tin tưởng sai lầm vào một thực thể bản ngã thường hằng, sự nghi ngờ, và sự mê tín dị đoan, để bước vào dòng nước Thánh và chứng được pháp nhãn, đôi mắt nhìn thông suốt Chánh pháp và được tự do, giải thoát khỏi sự si mê.

Xin các bạn ghi nhớ rằng, thường nhơn chúng ta ai cũng còn ít nhiều si mê và vọng tưởng dưới hình thức ngã kiến, nghi ngờ và mê tín. Chúng ta cần bước lên một bậc và đả phá sạch ba mối si ám đó để có thể đặt chơn bước vào "Dòng nước Niết bàn". Từ điểm đó trở đi, sẽ có một sự tuôn chảy theo dốc cao đổ xuống rất thuận tiện để hướng về Niết bàn, tựa như một hòn đá rơi lăn từ sườn núi. Nếu bạn muốn trở nên quen thuộc với Niết bàn, bước vào dòng nước Thánh, và thẳng tiến đến bờ Niết bàn, tất nhiên bạn cần hiểu rõ ba mối kết sử đó phải được dẹp bỏ xong, trước khi ta diệt trừ được tham sắc ái và sân hận là hai kết sử cao hơn và vi tế hơn. Bước vào dòng nước Thánh là buông bỏ xong ba hình thức si mê (thân kiến, nghi và giới cấm thủ); lại cũng có nghĩa là dẹp xong sự tự kỷ hướng tâm, sự do dự (...) và các mê tín cố hữu.

Sự dứt bỏ này có giá trị phổ quát và ứng dụng cho tất cả mọi người trên thế giới.(...) Người vừa đẹp xong ba món kết sử đó liền trở thành bậc *Hiền trí*, bậc *Thánh giả* (*Ariya*, bậc Thánh). Khi đã tự cải thiện và tiến lên đến nấc cao nhất trong hàng thường nhơn, ta vẫn phải vượt lên nữa, cho đến giai đoạn mà chẳng còn ngõ nào khác hơn là bước vào "Dòng Nước Niết bàn", trở nên bậc Tu đà huờn. Rồi lại cứ thẳng tiến, thuận theo dòng mãi mà cặp bến vào Niết bàn.

Khi tu tập nhằm lánh xa việc chấp thủ, sự tự kỷ hướng tâm (self centredness), và vọng tưởng, ta phải nên quán chiếu rằng mọi sự vật đều chẳng đáng cho ta chụp nắm và bám níu vào. (...) Vậy thì, ngay trong giờ phút này, mỗi người trong chúng ta, tùy theo trình độ, hãy bắt đầu lưu tâm ngay đến việc khước từ tham luyến. Nếu chẳng may, bạn thi rớt, chẳng cần phải khóc than; hãy quyết tâm bắt đầu lại đi và nỗ lực hết mình. Còn nếu bạn thi đậu, thì cũng đừng vui mừng quá bùng bột; tưởng nên xem đó là việc thường ở đời. Được như thế đó, đây là có khởi lên sự hiểu biết về việc chẳng chụp nắm và bám níu vào (kết quả thi cử) đó.

Khi đi thi, các bạn nên quên chính các bạn đi. Nên nhớ điều đó nhé! Khi bắt đầu làm bài thi, bạn phải quên bạn đang là chính bạn. Hãy quên cái việc "Ta" đang bị khảo sát và "Ta" sẽ đậu hay rớt. Bạn có thể nghĩ sẵn trước làm cách nào để thi cho đậu và lập kế hoạch thi hành việc đó, nhưng đến khi bạn bắt đầu viết, bạn phải nên quên hết các điều đó đi. Chỉ giữ lại sự định tâm, nó sẽ giúp bạn xuyên thấu qua các câu hỏi và (chóng) moi ra câu trả lời. Một tâm trí, đẹp sạch được cái "Ta sẽ đậu hay rớt", lập tức trở nên thanh tịnh và linh hoạt. Nó nhớ thật mau và suy nghĩ sắc bén. Do vậy, ngồi thi với sự định tâm đúng mức sẽ mang đến kết quả tốt. Đó là biết cách

ứng dụng thế nào là nguyên tắc *cit waang, tâm không*, (*cit waang*, từ ngữ Thái, nghĩa là giữ tâm rộng vắng, chẳng có ngã kiến), một nguyên tắc Phật học về sự chẳng chụp nắm và bám níu (vào cái "Ta"), vào trường hợp đang ngồi thi. Theo cách đó, bạn sẽ được kết quả tốt.

Những ai còn chưa biết cách dùng kỹ thuật đó thì thường cảm thấy quá lo lắng là sẽ thi rớt. Họ trở nên quá căng thẳng, khiến cho chẳng thể nhớ hết lại được trong trí những điều đã học qua. Họ chẳng viết được các câu trả lời chính xác và có thứ tự, khiến cho họ phải thi hỏng. Vài người khác lại quá bông bột với ý nghĩ "Ta học giỏi, ta sẽ đậu chắc chắn". Sinh viên nào vướng vào việc bám níu vào cái "Ta" như thế, chắc là sẽ làm bài thi kém lắm, bởi vì thiếu *cit waang, tâm không*. Mặt khác, người có *cit waang, tâm không*, chẳng để cho cái "Ta", cái "của Ta" xen vào rối trí, nên chẳng hề quá lo sợ hoảng hốt hoặc quá tự tin. Chỉ có sự hiện diện của định tâm, vốn là một năng lực tự nhiên. Hoàn toàn quên hết "mình" đi, người ấy sẽ thành công. Đó là một thí dụ sơ đẳng, nhưng lại căn bản nhứt, làm nổi bật các hiệu quả của sự chẳng bám níu và của *cit waang, tâm không*.

(Nói đến *tâm không*), một người còn bị sự si mê che mờ tâm trí, khi nghe nói đến chữ "*Sunnatà*", trong thời thuyết pháp ở giảng đường các chùa, liền dịch là "sự hư vô, sự rộng vắng hoàn toàn". Cách dịch đó là một lối giải thích duy vật và là điều mà nhiều nhóm người đã hiểu sai nghĩa của chữ đó như thế.

Chữ "*Sunnatà*" của Đức Phật có nghĩa là sự vắng mặt của bất cứ sự vật gì mà ta nên chụp bắt và bám níu vào coi như một thực thể thường trú, hay là cái "*tự ngã*", mặc dầu về phương



diện vật lý, tất cả đều có đó trong sự toàn vẹn đầy đủ của mọi sự vật. Nếu chúng ta chụp bắt, thì liền có sự đau khổ (*dukkha*); nếu chúng ta chẳng chấp thủ, thì liền có sự thoát khỏi đau khổ. Thế giới này được mô tả như rỗng vắng, bởi vì chẳng có bất cứ gì mà chúng ta được quyền chụp nắm. Chúng ta phải nên đương đầu với thế giới rỗng vắng đó với một tâm trạng chẳng chụp nắm lấy. Nếu chúng ta muốn một vật nào, chúng ta phải nên đuổi theo vật đó với một tâm trạng chẳng chấp thủ, để rồi có được vật mong muốn mà nó chẳng hề trở thành một nguồn gây ra đau khổ.

Hiểu lầm ý nghĩa của vốn vẹn một chữ "rỗng vắng" đó, là một sự mê tín (*silappata paràmāsa*, giới cầm thủ, bám vào sự tin tưởng sai lầm) và tạo nên một trở ngại to lớn cho người (tu hành) bước vào "Dòng Nước Niết bàn". Do đó, chúng ta nên tìm hiểu cho thật đúng đắn và đầy đủ nghĩa của chữ "rỗng vắng" và các chữ khác được Đức Phật dùng. Ngài mô tả thế giới này như rỗng vắng bởi vì chẳng có chi ở trong đó mà ta có thể xem như là có "ngã" hay là "tự ngã" cả. Trả lời câu hỏi của Vua Mogha, Ngài bảo: "Nên luôn luôn xem thế giới này như là cái gì rỗng vắng. Nên luôn luôn xem thế giới này và các vật chứa trong đó như là cái gì rỗng vắng." Khi nhìn thấy nó rỗng vắng, tâm thức tự động vứt bỏ sự chụp bắt và bám níu. Rồi làm sao mà xảy ra được sự tham luyến, sân hận và si mê? Làm được như thế đó, là bậc A la hán. Nếu ta còn chưa thành công làm được như thế đó, ta cũng phải tiếp tục cố gắng mãi, (để rồi) mặc dầu vẫn còn là một thường nhơn tầm thường, nhưng sẽ ít bị đau khổ hơn. Bao lâu mà ta giữ được *tâm không*, *cit waang*, thì đau khổ chẳng thể khởi lên được. Bất cứ lúc nào ta bị quá kích thích và có sơ sót, thì liền có lại sự đau khổ ngay. Nếu chúng ta canh chừng cẩn mật, tạo sự rỗng vắng (của ngã kiến) càng ngày càng nhiều

và lâu bền, chúng ta sẽ thấm nhập thâm sâu vào cốt tủy của Phật học, và sẽ biết đến "Dòng Nước Niết bàn."

\* \* \*

Giờ đây, còn đôi chút thì giờ, tôi xin nêu câu hỏi chốt:

#### ***48.- "Lời giáo huấn cuối cùng của Đức Phật là gì?"***

Như mọi người đều biết, một người sắp chết thường lập bản chúc ngôn, trối lại các lời dặn cuối cùng. Khi Đức Phật sắp mất, Ngài thốt lên các lời nói chốt như sau: *"Tất cả các sự vật hỗn hợp đều phải suy tàn. Phải luôn luôn tỉnh thức!"* Muôn sự vật chẳng qua chỉ là một sự trôi chảy, nghĩa là, chúng rỗng vắng (chẳng có tự ngã). Muôn sự vật đều vô thường (*anicca*), chúng biến đổi chẳng ngừng, chúng trôi chảy chẳng dứt. Luồng trôi chảy đó chẳng có tự ngã hoặc những gì thuộc về tự ngã. Hãy thận trọng và luôn luôn sẵn sàng. Nói cách khác, đừng tỏ ra khờ dại, đừng trở nên đắm say sự vật, và đừng xem sự vật nào đáng để chụp nắm và bám níu vào. Đừng xao lãng mà tham luyến vào bất cứ sự vật gì. Đây là ý nghĩa của chữ "tỉnh thức" mà Ngài muốn dạy. Với sự tỉnh thức đó, chúng ta sẽ được trang bị đầy đủ luôn luôn.

Thanh thiếu niên ngày nay là cả một vấn đề! Hãy xem họ đã hoàn toàn xao lãng đến độ nào. Họ coi mọi sự vật như hết sức khả ái, rất đáng được chụp nắm và bám níu vào. Chấp chặt vào sự vật xem như khả ái hay khả ố, cuối cùng rồi cũng là nguồn gốc gây ra sự phiền muộn cho mình và cho kẻ khác. Đó là những người chẳng làm đúng theo lời trối của Đức

Phật. Họ đang làm uổng phí lợi ích được sanh ra làm người và làm con cái của mẹ cha theo đạo Phật. (...)

Tất cả chúng ta, trẻ cũng như già, đều có đầy đủ khả năng để tuân theo lời giáo huấn tối hậu của Đức Phật. Hãy nên nhìn thế giới này như chẳng hề có cái "Ta" hoặc những gì "thuộc về của Ta". Tâm tư ta sẽ dứt bỏ được sự chấp thủ; tham lam, sân hận và si mê chẳng thể còn khởi lên được. Như thế, chúng ta sẽ thực hiện được điều cao quý nhất của nhơn loại. (...)

Đức Phật còn dạy một lời giáo huấn cuối cùng nữa: "Hãy đi khắp bốn phương và truyền giảng Chánh pháp, vì diệu ở phần đầu, phần giữa và phần chót." Tôi muốn diễn giải câu này như là đang truyền lệnh cho tất cả chúng ta phải nên giảng dạy về sự chẳng chấp thủ (chẳng chấp nắm và bám níu) ở bậc sơ đẳng cho các trẻ con, bậc trung đẳng cho người lớn, và ở bậc cao đẳng, cấp tiến nhất cho những ai đã đạt đến Trạng thái Tối cao và những người mà chẳng còn điều chi là đáng quan tâm nữa cả. Đức Phật chỉ dạy có sự chẳng chấp thủ mà thôi, không điều gì khác. Ta có thể mang ra giảng ở mọi trình độ, cho trẻ con, cho người trung niên và cả cho lớp tuổi già. Hay là ta còn có thể hiểu lời nói của Đức Phật một cách khác hơn nữa, là đem Chánh pháp ra truyền giảng ở cấp thấp, cho những người còn sống trên thế giới này; rồi đến cấp trung gian, cho những ai ở các thế giới khác; và sau cùng, vì lợi ích tối cao, để siêu thoát cõi thế tục.

Toàn thể tinh túy của Giáo pháp có thể tóm lược vào việc giải thoát khỏi khổ đau qua sự chẳng chấp thủ (chẳng tham luyến).

Do đó, sự chẳng chụp nắm và bám níu, sự vắng bóng của mọi tư tưởng về cái "Ta" và những gì thuộc về của "Ta" sẽ là đề tài quan trọng vào bức nhứt được đem ra giảng dạy. Xin mỗi bạn ghi đậm vào tâm trí mình chỉ mỗi một chữ, một chữ duy nhứt có thể phát lộ toàn thể Chánh pháp, chữ *waang* (của Thái Lan) (=rỗng vắng, trống không, tự do), tương đương với chữ Pali là *Sunnatà* (*Tánh không*) -- đó là cốt lõi, là tinh túy của Phật học. Người ta phạm vào các điều răn của đạo đức chỉ vì thiếu *cit waang*, *tâm không* (tâm thức vắng bóng ngã kiến). Người ta thiếu sự định tâm, chỉ vì chẳng có được *cit waang*, *tâm không*. Người ta chẳng có trí huệ, chỉ vì chẳng có *cit waang*, *tâm không*. Đức Phật có *cit waang*, *tâm không*. *Cit waang*, *Tâm không*, đó chính là quả vị Phật. Chánh pháp giản dị chỉ là sự chỉ dạy về *cit waang*, *tâm không*, sự tu tập để đưa đến *cit waang*, *tâm không*, kết quả của sự thực tập cũng là *cit waang*, *tâm không*, và rốt ráo là *Niết bàn*. Tăng già là tập đoàn các tu sĩ tuân theo hệ thống giới luật của Đức Phật, cũng tu tập để chứng đắc được *cit waang*, *tâm không*. Tam Bảo: Phật, Pháp và Tăng, có thể qui kết gọn lại trong chữ *cit waang*, *tâm không*. Ta thành công trong việc tuân phục các điều răn đạo đức qua sự từ khước chẳng chụp nắm và bám níu, qua sự giải thoát khỏi các lậu hoặc. Khi *cit waang*, *tâm không*, đã được chứng đắc, các vọng tưởng si mê đều được tiêu trừ và định tâm đạt tới mức tối hảo. Khi ta đã bắt đầu biết nhìn vào mọi sự vật trong thế giới này đều rỗng vắng, ta chẳng còn chụp bắt và bám níu vào chúng nữa thì trí huệ minh triết sáng chói đến với ta. Đạo và Quả của Niết bàn gồm có sự thông suốt được *tánh không* và việc lần lượt gạt hái kết quả của sự rỗng vắng đến mức tuyệt đỉnh. Bồ thí, trì giới, quy y Tam Bảo (Phật, Pháp, và Tăng), Định, Huệ, Đạo với Quả, và Niết bàn, tất cả các điều đó có thể tóm tắt lại trong một chữ *waang* (rỗng vắng).

Đó là vì sao Đức Phật đã nói: "Sự rỗng vắng chính là điều Như Lai chỉ dạy. Giáo lý nào mà chẳng đề cập đến sự rỗng vắng là giáo lý của kẻ khác, một giáo lý chẳng chính thống đã do một kẻ đồ đệ hậu bối nào đề xướng. Tất cả những kinh kệ do Như Lai giảng đều thâm sâu, có nghĩa lý sâu xa, là phương sách để có thể siêu việt cõi thế gian, và bàn luận nhứt về *Tánh Không* (*Sunnatà*, sự rỗng vắng)." Mặt khác, Đức Phật cũng nói: "Một bài pháp, bất cứ thuộc loại nào, dầu được thốt lên từ một thi sĩ hay một người hiền triết, dầu được viết thành văn vần, đầy thi vị, hoa mỹ, du dương mấy đi nữa, nếu chẳng có liên quan đến *tánh Không* (*Sunnatà*), thì còn chưa theo đúng Chánh pháp." Như thế, có hai loại bài thuyết giảng giáo lý; loại nào nói đến *Tánh Không*, *Sunnatà*, thì đó là đúng theo lời giảng của Đức Phật; còn loại chẳng bàn đến sự rỗng vắng, đó là những luận văn của người sau.

Do đó, ta thấy Đức Phật xem *Tánh Không*, *Sunnatà*, và các bài pháp thuyết giảng về *Tánh Không*, là tinh túy chơn thật của Phật giáo. Vì vậy mà Ngài mới nói: "Khi giáo lý về *Tánh Không*, *Sunnata*, đã "chết" (suy tàn) rồi và chẳng còn ai quan đến nữa, thì bấy giờ bản chất thật sự của Chánh pháp hoàn toàn bị đánh mất."

Đấy cũng tựa như cái trống của các triều vua dòng Dasàraha vào thời cổ, được truyền lại từ thế hệ này sang thế hệ sau. Cùng với thời gian cái trống đã cũ nát, nó được vá đi vá lại thật nhiều lần, trải qua nhiều năm tháng, nhiều đời, cho đến khi trên mặt trống chỉ thấy còn những vật liệu mới mà thôi. Cái nguyên chất thật sự của nó đã hoàn toàn biến mất.

Khi cái ngày mà các tỷ kheo chẳng còn lưu tâm đến việc nghiên cứu và nghe bàn luận đến các đề mục có liên quan

đến *Tánh Không*, *Sunnatà*, nữa -- điều mà đáng lý họ phải cố công học tập và thực hành, thì vào thời buổi đó, ta có thể nói rằng cái bản chất nguyên lai của Phật giáo đã hoàn toàn mất hẳn, và chỉ còn lại những chất liệu mới, những lời bàn của các giáo đồ hậu bối mà thôi, cũng giống như điều đã xảy ra cho cái trống kia vậy. Xin các bạn hãy suy gẫm điều đó! Đức Phật thúc dục chúng ta truyền giảng Chánh Pháp, vì diệu ở phần đầu, phần giữa và phần chót, trên bình diện của sự chẳng chấp thủ (chẳng chấp nắm và bám níu). Nhưng Phật học hiện nay đang vào tình trạng nào? Có giống với cái trống cũ khi xưa hay là chỉ toàn những mảnh vá mới? Chúng ta có thể tự tìm hiểu lấy, bằng cách quan sát xem trong các hàng Phật tử, có còn ai lưu tâm đến và thực tập theo *tánh không*, (*Sunnatà*) nữa hay không.

Đây là những lời giáo huấn cuối cùng của Đức Phật dành cho các đệ tử của Ngài: tinh tấn tu tập giáo pháp của Ngài, truyền giảng giáo lý của Ngài và chấn hưng các nguyên liệu đã trở nên suy vi để trở lại tình trạng tươi mới, bằng cách nghiên cứu *Tánh Không*, *Sunnatà*. Thực hiện các điều đó, thì cần phải đào sâu, trải nghiệm, nghiên cứu và thảo luận cho đến khi nào sự thông suốt về giáo lý *Tánh Không* đó được khởi sắc trở lại; và bấy giờ mới có thể nói rằng chất liệu "thú" "thiệt" (chánh thống) đã phục hồi lại được tình trạng nguyên thủy.

\* \* \*

## ***KẾT LUẬN***

Chúng ta đã tóm lược Giáo pháp lại dưới hình thức những tiêu đề mục, sắp xếp lại để có thể hiểu dễ dàng và tiện ghi

nhớ, cùng với các lời trích dẫn trong Kinh Tạng. Tôi hi vọng rằng các bạn sẽ chẳng chóng quên được các điểm đã bàn luận vừa qua như chúng đã minh chứng các chơn lý căn bản mà các bạn cần giữ trong ký ức và chúng là những nguyên tắc tổng quát để xử dụng trong việc phán đoán và quyết định về các vấn đề đủ loại mà các bạn sẽ đối phó trong tương lai. Đức Phật có nói, nếu có sự nghi nan về một điểm nào, chúng ta nên đối chiếu lại với các nguyên tắc tổng quát. Nếu một đề án khả nghi nào xét thấy chẳng phù hợp với các nguyên tắc tổng quát, phải bác bỏ nó như chẳng phải là một giáo lý của Đức Phật. Kẻ nào đề xướng ra như thế, đã lầm nhận nó và đem ra giảng dạy một điều lầm lẫn. Ngay cả khi y quả quyết rằng đã được nghe từ Đức Phật; một chữ, bạn cũng đừng tin vào lời y. Nếu một lời tuyên bố chẳng phù hợp với các nguyên tắc tổng quát, nghĩa là, chẳng đúng theo Kinh Tạng (*Suttas*) và Luật Tạng (*Vinaya*), bạn hãy bác bỏ nó như chẳng phải là lời Đức Phật nói. Giáo lý của Đức Phật là chẳng chụp nắm và bám níu (chẳng chấp thủ), tánh không (*sunnatà*), vô ngã (*anatta*, chẳng có tự ngã), và những gì chỉ thuộc về nguyên tố, chớ chẳng phải thuộc về chúng sanh, cá nhon, tự ngã, Ta, anh ấy hay chị đó.

Nơi miền quê, tại quận nhà của tôi, người ta thường phải học thuộc lòng bài kệ ngắn tiếng Pali sau đây, ngay vào ngày đầu tiên họ bước chơn vào cổng chùa để xin đi tu:

*Yathà paccayam pavattamanam dhàtumattamavetam  
Dhàtumattako, nissatto, nijjivo, sunno. (...)*

Họ còn chưa được chỉ dạy phải lễ lạy tượng Phật như thế nào, đọc kinh niệm chú, hay tham dự các khoá lễ buổi sáng, công phu buổi chiều. Họ cũng chưa được học các thủ tục cần

thiết trước khi làm lễ thọ giới. Nói cách khác, những người mới chon ướn chon ráo vào chùa để đi tu, đã được trang bị ngay với các kiến thức cao siêu, tinh túy của Phật học, đúng vào ngày họ đến xin xuống tóc. Hiện nay, tôi chẳng biết cái tập tục đó còn giữ lại ở nơi nào; hay là, các người mới đến có hiểu được bài Kệ trên đây không, thật tôi chẳng biết nữa. Nhưng mà cái mục tiêu của tập tục này (theo tôi,) thật là tuyệt diệu! Nó tuyệt diệu vì ngay ngày đầu tiên, đã mang ra hiến tặng, cho người sắp đi tu, điều tinh túy nhứt của Đạo Phật:

*Yathà paccayam* là: muôn vật, do duyên sanh, đều vô ngã;

*Dhātumattamevetam* là: chúng chỉ là nguyên tố (tứ đại), tức là chẳng riêng có cái tự ngã;

*Nissatta, nijjivo, sunno* là: chúng rỗng vắng, chẳng có cá nhân tánh, thiếu vắng cái tự ngã.

Đây là điều mà họ được chỉ dạy ngay buổi đầu, nhưng con cháu của họ đã để cho tập tục đó tiêu diệt mất. Ai phải lãnh lời trách cứ đây, khi mà cái ngày ý niệm về *tánh không, sunnatà*, chẳng còn được tìm hiểu đến, và chẳng còn lưu giữ chút chi về nền Phật học nguyên thủy nữa?

Tôi hi vọng buổi nói chuyện này đem lại đôi chút khích lệ đến các bậc hiền giả để suy gẫm, trầm tư phân nào, và giúp nuôi dưỡng cùng duy trì nền Phật học.

Vì lợi ích cho hạnh phúc và hoà bình cho thế giới, xin các bạn hãy quên đi cái "Ta" của mình!