

# Sám Hối Theo Quan Điểm Phật Giáo

Thiện Phúc

Sám nghĩa là sám trừ cái lỗi lầm xưa, cảm thấy hổ thẹn với những lỗi lầm đã phạm phải trong quá khứ. Hối là cải sửa, quyết tâm sửa đổi để không còn tái phạm nữa. Sám hối hay Sám ma có nghĩa là thân nên kiên trì nhẫn nại nói ra những lỗi lầm của mình, và thỉnh cầu tiên nhân tha thứ. Trong vô số kiếp luân hồi của ta kể từ vô thủy cho đến ngày nay, vì vô minh tham ái tài, sắc, danh, thực, thù, của cải, quyền uy, vân vân phủ che khiến cho chơn tánh của chúng ta bị mê mờ, do đó thân khẩu ý gây tạo không biết bao nhiêu điều lầm lạc. Hơn nữa, do từ nơi ngã và ngã sở chấp, nghĩa là chấp lấy cái ta và cái của ta, mà chúng ta chỉ muốn giữ phần lợi cho riêng mình mà không cần quan tâm đến những tổn hại của người khác, vì thế mà chúng ta vô tình hay cố ý làm não hại vô lượng chúng sanh, tạo ra vô biên tội nghiệp, oan trái chất chồng. Ngay cả đến ngôi Tam Bảo chúng ta cũng không chừa, những tội nghiệp như vậy không sao kể xiết. Nay may mắn còn chút duyên lành dư lại từ kiếp trước nên gặp và được thiện hữu tri thức dạy dỗ, dắt dìu, khiến hiểu được đôi chút đạo lý, thấy biết sự lỗi lầm. Thế nên chúng ta phải phát tâm hổ thẹn ăn năn, đem ba nghiệp thân khẩu ý ra mà chỉ thành sám hối. Sám hối là một trong những cửa ngõ quan trọng đi vào đại giác, vì nhờ đó mà nội tâm chúng ta luôn được gội rửa. Người tu Phật đừng nên buông lung tạo tội lỗi, mà ngược lại cần phải làm nhiều việc công đức. Làm được như vậy mới mong bù đắp được phần nào tội lỗi mà mình đã gây tạo từ trước. Tuy nhiên, nếu phạm lỗi chúng ta cần phải phát lồ sám hối, vì tội lỗi dẫu lớn tày trời, nếu biết sám hối, tội thì tiêu tan. Phật tử chân thuần phải sám hối như thế nào? Chúng ta phải ở trước tứ chúng kể ra tất cả tội lỗi mà mình đã phạm phải, phải nói rõ mọi chi tiết của các tội và phát nguyện rằng từ nay về sau tuyệt đối sẽ không tái phạm. Như vậy chư Phật và chư Bồ Tát sẽ hộ trì cho chúng ta tu tập trừ sạch nghiệp tội. Vì những tội lỗi trước kia của chúng ta đều là "Vô tâm sở phạm," tức là do vô ý mà phạm. Nếu mình đã phát lồ sám hối mà vẫn còn tiếp tục tái phạm, tức là đã biết rõ mà vẫn cố ý vi phạm, thì gọi là mình tri cố phạm, thì dẫu cho có sám hối đi nữa cũng không có tác dụng, bởi vì nó thuộc loại định nghiệp, tương lai tất nhiên chúng ta phải chịu quả báo. Phật tử chân thuần đừng nên có tư tưởng tạo tội rồi sám hối là hết, là kể như vô tội. Rồi từ đó cứ gây nghiệp tạo tội, gây xong rồi lại sám hối, sám hối rồi lại gây. Nếu như vậy thì tội của chúng ta sẽ chất chồng cao lên như hòn núi Tu Di, kết quả tất nhiên là con đường địa ngục không thể tránh khỏi.

### ***I. Tổng Quan Về Sám Hối:***

Nói tổng quát, sám hối hay Sám ma có nghĩa là thân nói ra những lỗi lầm của mình, phát tâm hổ thẹn ăn năn, đem ba nghiệp thân khẩu ý ra mà chỉ thành sám hối. Sám hối là một trong những cửa ngõ quan trọng đi vào đại giác, vì nhờ đó mà nội tâm chúng ta luôn được gội rửa. Sám hối nghiệp chướng là hạnh nguyện thứ tư trong Phổ Hiền Thập Hạnh Nguyện. Sám hối nghiệp chướng là vì từ vô thủy tham, sân, si đã khiến thân khẩu ý tạp gây vô biên ác nghiệp, nay đem trọn cả ba nghiệp thanh tịnh thân, khẩu và ý thành tâm sám hối trước mười phương tam thế các Đức Như Lai. Chúng ta từ vô thủy kiếp đến nay, do nơi chấp ngã quá nặng nên bị vô minh hành xử, thân, khẩu, ý vì thế mà tạo ra vô lượng nghiệp nhân, thậm chí đến các việc nghịch ân bội nghĩa đối với cha mẹ, Tam Bảo, vân vân chúng ta cũng không từ. Ngày nay giác ngộ, ắt phải sanh lòng hổ thẹn ăn năn bằng cách đem ba nghiệp thân khẩu ý ấy mà chỉ thành sám hối. Hành giả nên luôn nhớ rằng trong kiếp luân hồi, mọi loài hằng đổi thay làm quyến thuộc lẫn nhau. Thế mà ta vì mê mờ lầm lạc, từ kiếp vô thủy đến nay, do tâm chấp ngã muốn lợi mình nên làm tổn hại chúng sanh, tạo ra vô lượng vô biên ác nghiệp. Thậm chí đến chư Phật, Thánh nhơn, vì tâm đại bi đã ra đời thuyết pháp cứu độ loài hữu tình, trong ấy có ta, mà đối với ngôi Tam Bảo ta lại sanh lòng vong ân hủ phá. Ngày nay giác ngộ, ta phải hổ thẹn ăn năn, đem ba nghiệp chỉ thành sám hối. Đức Di Lặc Bồ Tát đã lên ngôi bất thối, vì muốn mau chứng quả Phật, mỗi ngày còn lễ sám sáu thời. Vậy ta phải đem thân nghiệp kính lễ Tam Bảo, khẩu nghiệp tỏ bày tội lỗi cầu được tiêu trừ, ý nghiệp thành khẩn ăn năn thề không tái phạm. Đã sám hối, phải dứt hẳn tâm hạnh ác, không còn cho tiếp tục nữa, đi đến chỗ tâm và cảnh đều không, mới là chân sám hối. Lại phải phát nguyện, nguyện hưng long ngôi Tam Bảo, nguyện độ khắp chúng sanh để chuộc lại lỗi xưa và đền đáp bốn ân nặng (ân Tam Bảo, ân cha mẹ, ân sư trưởng, ân thiện hữu tri thức, và ân chúng sanh). Có tâm sám nguyện như vậy tội chướng mới tiêu trừ, công đức ngày thêm lớn, và mới đi đến chỗ phước huệ lưỡng toàn.

### ***II. Nghĩa Của Sám Hối:***

Sám nghĩa là sám trừ cái lỗi lầm xưa, cảm thấy hổ thẹn với những lỗi lầm đã phạm phải trong quá khứ. Hối là cải sửa, quyết tâm sửa đổi để không còn tái phạm nữa. Sám hối hay Sám ma có nghĩa là thân nên

kiên trì nhẫn nại nói ra những lỗi lầm của mình, và thỉnh cầu tiên nhân tha thứ. Hơn nữa, sám hối là sự thú lỗi về những hành động đã qua của mình, những sai lầm về vật lý và tâm lý, tâm ta được thanh tịnh do sự sám hối như vậy, và vì nó giải thoát cho ta khỏi một cảm giác tội lỗi nên ta cảm thấy dễ chịu hơn. Trong vô số kiếp luân hồi của ta kể từ vô thủy cho đến ngày nay, vì vô minh tham ái tài, sắc, danh, thực, thù, của cải, quyền uy, vân vân phủ che khiến cho chơn tánh của chúng ta bị mê mờ, do đó thân khẩu ý gây tạo không biết bao nhiêu điều lầm lạc. Hơn nữa, do từ nơi ngã và ngã sở chấp, nghĩa là chấp lấy cái ta và cái của ta, mà chúng ta chỉ muốn giữ phần lợi cho riêng mình mà không cần quan tâm đến những tổn hại của người khác, vì thế mà chúng ta vô tình hay cố ý làm náo hại vô lượng chúng sanh, tạo ra vô biên tội nghiệp, oan trái chất chồng. Ngay cả đến ngôi Tam Bảo chúng ta cũng không chừa, những tội nghiệp như vậy không sao kể xiết. Nay may mắn còn chút duyên lành dư lại từ kiếp trước nên gặp và được thiện hữu tri thức dạy dỗ, dắt dìu, khiến hiểu được đôi chút đạo lý, thấy biết sự lỗi lầm. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng những điều xấu mình làm từ trước thì hôm qua kể như là ngày cuối. Cũng kể từ hôm nay chúng ta bắt đầu một cuộc đời mới. Nếu như mình không siêng năng sám hối nghiệp tội do mình tạo ra sẽ tiếp tục khiến mình mãi đọa lạc thêm mãi mà thôi. Thế nên chúng ta phải phát tâm hổ thẹn ăn năn, đem ba nghiệp thân khẩu ý ra mà chí thành sám hối. Sám hối là một trong những cửa ngõ quan trọng đi vào đại giác, vì nhờ đó mà nội tâm chúng ta luôn được gội rửa. Sám hối không có nghĩa là dàn xếp với chính mình, không phải là có một thái độ lãnh đạm hay mập mờ, mà là đánh bóng Phật tánh của mình bằng cách loại bỏ dần những ảo tưởng và ô nhiễm ra khỏi tâm mình. Sự thực hành sám hối chính là hạnh Bồ Tát, qua đó không những người ta đánh bóng Phật tánh của mình mà còn phục vụ tha nhân nữa. Sám hối là điều tiên quyết không thể thiếu được trong đời sống tôn giáo. Hy vọng là mọi người sẽ không ngừng liên tục thực hành sám hối trong cuộc sống hằng ngày của mình. Chính vì vậy mà Đức Phật dạy trong Kinh Pháp Hoa: “Trong tương lai, nếu có ai thực hành (tu tập) pháp sám hối thì hãy nên biết rằng người ấy đã mặc áo của hổ thẹn, được chư Phật che chở và giúp đỡ, chẳng bao lâu người ấy sẽ đạt được trí tuệ tối thượng.”

Sám hối vì “như thị đẳng tội, vô lượng vô biên.” Nghĩa là sám hối vì những tội như vậy không bờ bến, không hạn lượng. Không những tội

mình không thể kể hết được mà nó còn nhiều không biên tế. Nếu như đã biết tội nghiệp của mình sâu dày như vậy thì mình nên đối trước Phật tiền mà sám hối. Trong sám hối, sự thành tâm là tối yếu. Khi sám hối phải thành tâm mà sám hối, ví bằng gian dối thì dù có trải qua trăm ngàn vạn ức, hằng hà sa số kiếp cũng không thể nào làm cho tội nghiệp tiêu trừ được. Cổ đức có dạy một bài sám hối như sau:

Mọi thứ ác nghiệp trong quá khứ  
 Đều do vô thủy tham, sân, si  
 Nơi thân, khẩu, ý mà sanh ra,  
 Con nay thấy đều xin sám hối.

Bài sám văn này chẳng những có thể làm mình sám hối được tội chướng, mà nó còn cho mình thấy nguyên nhân của việc tạo tội. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng bất luận là tội do thân tạo ra như là sát sanh, trộm cắp, tà dâm; hoặc do nơi miệng tạo ra như nói láo, nói lời độc ác, nói lời thêu dệt, nói lưỡi hai chiều; hoặc là tội phát sinh từ nơi ý như tham, sân, si, vân vân, mình phải khẩn thiết sám hối. Nếu không thì mình sẽ ngày càng sa lầy trong biển nghiệp chướng nặng nề.

Cảm giác tội lỗi thường hiện diện mỗi khi chúng ta nói hay làm điều gì bất thiện và gây nên đau khổ cho người khác, mặc dầu họ không biết. Người Phật tử không nên mang thứ mặc cảm này, mà nên thay vào đó bằng sự hối cải sáng suốt. Người Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng lời nói và việc làm bất thiện sẽ mang lại hậu quả xấu nên mỗi khi làm việc gì không phải chúng ta nên thành thật chấp nhận và sửa sai. Ngoại đạo tin rằng có cái gọi là “Đấng cứu chuộc” trên thế gian này, nhưng đạo Phật không nhấn mạnh đến sự chuộc lỗi. Theo đạo Phật, mỗi người phải tự tu để cứu lấy chính mình. Chúng ta có thể giúp đỡ người khác bằng tư tưởng, lời nói hay việc làm, nhưng chúng ta không thể nhận lãnh hậu quả thế cho những nghiệp dữ mà người ấy đã gây tạo. Tuy nhiên, Phật giáo nhấn mạnh đến lòng bi mẫn của các vị Bồ Tát nhằm giúp chúng sanh nhẹ bớt khổ đau phiền não. Theo Phật giáo, hối hận có nghĩa là cảm thấy tiếc cho những hành động trong quá khứ. Hối hận cho những việc làm bất thiện hay không có đạo đức trong quá khứ là hối hận tích cực; tuy nhiên nếu hối tiếc cho những việc làm tốt trong quá khứ là hối hận tiêu cực. Theo Phật giáo, Phật tử chân thuần nên luôn luôn sám hối nghiệp chướng là vì từ vô thủy tham, sân, si đã khiến thân khẩu ý tạp gây vô biên ác nghiệp. Cũng do ba thứ độc này làm chủ nên thân thể mình mới phạm vào những tội như sát sanh,

trộm cắp, tà dâm. Nơi miệng thì sản sinh ra những tội vọng ngữ, nói lời thêu dệt, ác độc, nói lưỡi hai chiều. Nay đem trọn cả ba nghiệp thanh tịnh thân, khẩu và ý thành tâm sám hối trước mười phương tam thế các Đức Như Lai. Sám Hối Nghiệp Chương còn là hạnh nguyện thứ tư trong Phổ Hiền Thập Hạnh Nguyện. Bên cạnh đó, nghi thức phát lồ sám hối tội lỗi là nghi thức tu tập thường xuyên trong các khóa lễ của chư Tăng Ni.

Người tu Phật đừng nên buông lung tạo tội lỗi, mà ngược lại cần phải làm nhiều việc công đức. Làm được như vậy mới mong bù đắp được phần nào tội lỗi mà mình đã gây tạo từ trước. Tuy nhiên, nếu phạm lỗi chúng ta cần phải phát lồ sám hối, vì tội lỗi đâu lớn tày trời, nếu biết sám hối, tội thời tiêu tan. Phật tử chân thuần phải sám hối như thế nào? Chúng ta phải ở trước tứ chúng kể ra tất cả tội lỗi mà mình đã phạm phải, phải nói rõ mọi chi tiết của các tội và phát nguyện rằng từ nay về sau tuyệt đối sẽ không tái phạm. Như vậy chư Phật và chư Bồ Tát sẽ hộ trì cho chúng ta tu tập trừ sạch nghiệp tội. Vì những tội lỗi trước kia của chúng ta đều là “Vô tâm sở phạm,” tức là do vô ý mà phạm. Nếu mình đã phát lồ sám hối mà vẫn còn tiếp tục tái phạm, tức là đã biết rõ mà vẫn cố ý vi phạm, thì gọi là minh tri cố phạm, thì dầu cho có sám hối đi nữa cũng không có tác dụng, bởi vì nó thuộc loại định nghiệp, tương lai tất nhiên chúng ta phải chịu quả báo. Phật tử chân thuần đừng nên có tư tưởng tạo tội rồi sám hối là hết, là kể như vô tội. Rồi từ đó cứ gây nghiệp tạo tội, gây xong rồi lại sám hối, sám hối rồi lại gây. Nếu như vậy thì tội của chúng ta sẽ chất chồng cao lên như hòn núi Tu Di, kết quả tất nhiên là con đường địa ngục không thể tránh khỏi. Có người tin nơi “Thủ tướng sám hối”, tức là phép sám hối cầu sự có mặt của Phật để được tận trừ tội lỗi. Định tâm tin chắc rằng Phật xoa đầu và xá tội cho mình. Tuy nhiên, hành giả nên tu tập thiền và quán tưởng lẽ vô sanh, dứt các phiền não, tránh được những tư tưởng sai trái cũng như ảo tưởng và màn vô minh che lấp Trung đạo.

Đức Phật dạy: “Thân là nguồn gốc của tất cả nỗi khổ, là nguyên nhân của mọi hình phạt và quả báo trong tam đồ ác đạo.” Chúng sanh vì ngu muội nên chỉ biết có thân mình chớ chẳng cần biết đến thân người khác. Chỉ biết nỗi khổ của mình chớ chẳng nghĩ đến nỗi khổ của người. Chỉ biết mình cầu được yên vui, mà không biết rằng người khác cũng mong được yên vui. Hơn nữa, cũng vì vô minh mà ta khởi tâm bỉ thử, từ đó mà sanh ra ý tưởng thân sơ, dần dần kết thành thù oán lẫn

nhau, gây nghiệp oan trái tiếp nối đời đời kiếp kiếp. Thân nghiệp có ba lỗi lớn là sát sanh, trộm cắp và tà dâm. Muốn sám hối nơi thân, phải đem thân lễ kính Tam Bảo, nghĩ biết rằng sắc thân này vô thường, nhiều bệnh hoạn khổ đau, và hằng luôn thay đổi, chuyển biến, rốt lại chúng ta chẳng thể nào chủ trì hay chỉ huy được thân này. Vì thế chúng ta chớ nên quá lệ thuộc vào thân và đừng nên vì thân này mà tạo ra các điều ác nghiệp. Cũng theo Đức Phật, miệng là cửa ngõ của tất cả mọi oán họa. Quả báo của khẩu nghiệp nặng nề vào bậc nhất. Khẩu nghiệp có bốn thứ là nói dối, nói lời mạ lỵ, nói lời thù ghét, và nói lưỡi hai chiều. Do nơi bốn cái nghiệp ác khẩu này mà chúng sanh gây tạo ra vô lượng vô biên tội lỗi, hoặc nói lời bay bướm, ngọt ngào, giả dối, lừa gạt, ngôn hành trái nhau. Một khi ác tâm đã sanh khởi thì không nói chỉ đến người khác, mà ngay cả cha mẹ, sư trưởng, chúng ta cũng không chừa, không một điều nào mà ta không phỉ báng, chúng ta không từ một lời nói độc ác, trù rửa nào, hoặc nói lời ly tán khiến cho cốt nhục chia lìa, không nói có, có nói không, nói bừa bãi vô trách nhiệm. Phật tử chơn thuần phải luôn sám hối khẩu nghiệp, phải dùng cái miệng tội lỗi ngày xưa mà phát ra những lời ca tụng, tán thán công đức của chư Phật, tuyên nói những điều lành, khuyên bảo kẻ khác tu hành, ngời thiền, niệm Phật hay tụng kinh. Sau đó, thể trọn đời không dùng miệng lưỡi đó nói ra những lời thô tục, hỗn láo. Đối trước Tam Bảo phải thành kính bày tỏ tội lỗi chẳng dám che dấu. Cũng cùng cái miệng lưỡi tội lỗi ngày xưa đã từng gây tạo ra biết bao ác khẩu nghiệp, thì ngày nay tạo dựng được vô lượng công đức và phước lành. Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng tất cả năm thức từ nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, sở dĩ gây nên vô số tội lỗi là do ở nơi ý thức. Ý thức này cũng ví như mệnh lệnh của vua ban xuống quần thần. Mắt ưa ngắm bậy, tai ham nghe âm thanh du dương, mũi ưa ngửi mùi hương hoa, son phấn, lưỡi ưa phát ngôn tà vạy, thân ưa thích sự súc chạm mịn màng. Tất cả tội nghiệp gây ra từ năm thức này đều do chủ nhân ông là tâm hay ý thức mà phát sanh ra. Cuối cùng phải bị đọa vào tam đồ ác đạo, chịu vô lượng thống khổ nơi địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Phòng ý như phòng thành, giữ tâm như giữ gìn tròn con mắt. Giặc cướp công đức, một đời hay nhiều đời, không gì hơn ý.” Nay muốn sám hối ý nghiệp, trước hết phải nghĩ rằng ba nghiệp tham sân si của ý là mầm mống gây tạo nên vô lượng nghiệp tội, là màng vô minh che mắt trí huệ, là phiền não bao phủ chơn tâm.

Thật là đáng sợ. Phật tử chơn thuần phải đem hết tâm ý sám hối ăn năn, thể không tái phạm. Chúng ta từ vô thủy kiếp đến nay, do nơi chấp ngã quá nặng nên bị vô minh hành xử, thân, khẩu, ý vì thế mà tạo ra vô lượng nghiệp nhân, thậm chí đến các việc nghịch ân bội nghĩa đối với cha mẹ, Tam Bảo, vân vân chúng ta cũng không từ. Ngày nay giác ngộ, ắt phải sanh lòng hối hận ăn năn bằng cách đem ba nghiệp thân khẩu ý ấy mà chí thành sám hối. Như Đức Di Lạc Bồ Tát, đã là bậc Nhất sanh Bồ xứ thành Phật vậy mà mỗi ngày còn phải sáu thời lễ sám, cầu cho mau dứt vô minh, huống là chúng ta! Người Phật tử chơn thuần nên phát nguyện sám hối nghiệp chướng nơi thân khẩu ý, hưng long ngôi Tam Bảo, độ khắp chúng sanh để chuộc lại lỗi xưa và đáp đền bốn trọng ân Tam Bảo, cha mẹ, sư trưởng, và chúng sanh. Thân nghiệp tỏ bày tội lỗi, nguyện không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, và phát lồ cầu được tiêu trừ, rồi dùng thân ấy mà hành thiện nghiệp như bố thí cúng dường, vân vân. Khẩu nghiệp tỏ bày tội lỗi, nguyện không nói dối, không nói lời đâm thọc, không chửi rủa, không nói lời vô tích sự, không nói lời hung dữ, không nói lời đâm thọc, không nói lưỡi hai chiều, và phát lồ cầu được tiêu trừ. Sau đó dùng khẩu ấy mà niệm Phật, tụng kinh, hay ăn nói thiện lành, vân vân. Ý nghiệp phải thành khẩn ăn năn, nguyện không ganh ghét, không xấu ác, không bất tín, không tham, không sân, không si mê, thể không tái phạm. Khi sám hối chúng ta phát nguyện:

“Con xin sám hối tất cả những hành vi bất thiện của con.

Mười hành vi bất thiện và năm trọng nghiệp.

Đã phạm từ vô thủy đến nay.

Bởi tâm thức bị vô minh lấn áp.”

Chúng ta cố gắng sám hối tất cả những hành động bất thiện đã phạm từ vô thủy. Chúng ta đã mang không biết bao nhiêu là thân xác mỗi khi chúng ta được sanh ra. Theo quan điểm Phật giáo, chết không phải là sự chấm dứt mà là một lối dẫn đến sự tái sanh khác. Tâm thức chỉ di chuyển từ đời này sang đời khác. Điểm bắt đầu của một tiến trình như thế thật không thể nào truy cứu được. Tuy nhiên, sự hiện hữu của chúng ta trong vòng luân hồi sanh tử thì không vô hạn một cách tự nhiên. Có thể thực hiện để chấm dứt nó. Cách duy nhất để làm được việc này là thực chứng sự vô ngã. Giống như một hạt giống không có sự bắt đầu nhưng bản chất của nó không phải là vô hạn. Nếu chúng ta đốt hạt giống ấy là chúng ta có thể hủy diệt khả năng mọc lên của nó.

Đó là sự chấm dứt. Rất khó cho chúng ta nhớ lại tất cả những hành vi bất thiện mà chúng ta đã làm trong tất cả những kiếp quá khứ, nhưng chúng ta có thể nghĩ đến những hành vi bất thiện mà chúng ta đã phạm từ lúc mà chúng ta có thể nhớ được. Khi sám hối, Phật tử thuần thành nên luôn nghĩ về những hành vi bất thiện đã phạm trong vô số kiếp quá khứ, càng xa càng tốt ngay cả không nhận ra chúng được. Sám hối không phải là chuyện giả dối để tưởng tượng những hành vi bất thiện mà không có ý nghĩ nghiêm túc về sự ăn năn. Cách thiện xảo để sám hối là sám hối với một cảm giác hối hận chân thật. Do đó, nhớ lại những hành vi bất thiện đã phạm trở nên cần thiết và nhờ đó chúng ta có thể nhớ và cảm thấy hối lỗi về chúng. Điều này sẽ dẫn đường cho chúng ta chuộc lỗi những tội ác của chính mình. Bản chất tự nhiên sẵn có của tâm chúng ta là ánh sáng trong suốt. Nó chính là sự nhân cách hóa của sự hoàn hảo. Nhưng bản chất trong suốt ấy tạm thời bị che đậy. Nó bị bẩn nhơ; bị che mờ bởi chính những cảm xúc tiêu cực của chúng ta. Đó là tại sao chúng ta nói trong khi sám hối rằng bởi vì tâm con bị vô minh lấn áp, từ vô thủy con đã phạm những hành vi bất thiện. Do tâm vọng tưởng, ngay cả trong cuộc sống hiện tại, chúng ta liên tục hoạt động với những hành động bất thiện. Chúng ta không có tự do để tránh những cảm xúc tiêu cực. Chúng ta bị nô lệ bởi chúng. Chúng ta là tên tù của chính chúng ta. Thí dụ như khi giận dữ khởi lên trong chúng ta, chúng ta trở thành hoàn toàn chịu sự kiểm soát của cảm xúc tiêu cực này. Nó làm chúng ta suy nghĩ và hành xử những điều mà chúng ta không muốn làm. Nếu chúng ta chịu lùi lại một bước và thử nhìn vào gương khi chúng ta giận dữ, thì chúng ta sẽ thấy sự giận dữ đã làm gì đến chúng ta. Lúc đó chúng ta sẽ thấy quyền lực của sự giận dữ nó phá hủy chúng ta và những người chung quanh. Chúng ta có thể tự hỏi không biết chúng ta có thể chuộc lỗi một hành vi bất thiện như là một trong năm trọng nghiệp hay không. Theo Trung Quán Luận, bất cứ hành vi bất thiện nào đều có thể được chuộc lỗi. Đây là tính chất của những điều bất thiện. Nếu chúng ta không quên lãng chúng, và chúng chưa được chín mùi, là chúng ta có thể thanh tịnh hóa chúng. Những hành vi không đạo đức thì bản chất là bất thiện nhưng chúng có một đặc tính là có thể được thanh tịnh hóa. Có người tin rằng họ có thể tránh khỏi những hậu quả của hành động tiêu cực đã phạm. Họ là những người không tin vào luật nhân quả. Chúng ta miễn bàn đến họ. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng theo luật nhân quả, hậu quả của



bất cứ hành động nào, dù thiện hay bất thiện, phải được đối diện bởi chính người đó. Nói cách khác, mọi người phải chịu trách nhiệm cho những hành động của chính mình.

Theo Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Chương 3, Đức Phật dạy: “Người có lầm lỗi mà không tự sám hối để mau chấm dứt tâm tạo tội ác, thì tội lỗi sẽ chồng chất vào thân như nước chảy về biển, dần dần trở nên sâu rộng. Nếu người có tội mà tự nhận biết tội, bỏ ác làm lành thì tội lỗi tự diệt, như bệnh được đổ mồ hôi dần dần sẽ khỏi.” Trong Kinh Pháp Hoa, Đức Phật dạy về sự sám hối của ba hạng người như sau: Giả như một Thanh Văn phá bỏ tam quy, ngũ giới, tám giới, các giới của Tỳ Kheo, các giới của Sa di, Sa di Ni, Thức xoa ma na và các uy nghi; và giả như do người ấy ngu si, do tâm xấu ác hay tà vạy mà phạm các giới và uy nghi. Nếu người ấy muốn diệt trừ khiến không còn các lầm lỗi để trở lại thành một Tỳ kheo đầy đủ các pháp của hàng Sa môn thì người ấy phải chăm chỉ đọc các kinh Phương Đẳng, tư duy về pháp “Không” thâm sâu của đệ nhất nghĩa, khiến cái trí tuệ “Không” tương ứng với tâm của mình. Nên biết rằng trong mỗi một niệm, mọi ô nhiễm của tội lỗi của người ấy sẽ vĩnh viễn chấm dứt, không còn chút tàn dư. Đây gọi là người đầy đủ các pháp và giới của hàng Sa môn và đầy đủ các uy nghi. Người như thế sẽ xứng đáng được hết thấy trời và người cúng dường. Giả như có Ưu Bà Tắc vi phạm các oai nghi và làm các việc xấu. Làm các việc xấu tức là bảo rằng Phật pháp là sai lầm, là xấu; bàn luận những việc xấu của tứ chúng; phạm tội trộm cắp, tà dâm mà không biết hổ thẹn. Nếu người ấy muốn sám hối và đoạn trừ các tội lỗi thì phải chuyên đọc tụng các kinh Phương Đẳng và tư duy về đệ nhất nghĩa. Giả như có một vị vua, đại thần, Bà la môn, trưởng giả hay viên quan mãi mê tham cầu các dục lạc, phạm năm nghịch tội, phỉ báng các kinh Phương Đẳng, làm đủ mười điều ác. Quả báo của những điều ác lớn lao này sẽ khiến họ bị đọa lạc vào các đường ác nhanh hơn mưa bão. Chắc chắn họ sẽ rơi vào địa ngục A tỳ. Nếu họ muốn diệt trừ các nghiệp chướng này thì họ phải khởi lòng hổ thẹn và cải hối các tội lỗi. Nếu họ muốn diệt trừ các nghiệp chướng này thì họ phải khởi lòng hổ thẹn và cải hối các tội lỗi. Họ phải chánh tâm, không phỉ báng Tam Bảo, không gây chướng ngại cho hàng xuất gia, không làm ác đối với người thực hành phạm hạnh. Họ phải ủng hộ cúng dường người trì giữ Đại thừa, họ phải nhớ niệm đến cái “Không” của ý nghĩa đệ nhất của kinh pháp thâm sâu. Họ phải hiếu dưỡng cha mẹ, cung kính các bậc

thầy và các vị trưởng thượng. Họ phải trị nước theo chánh pháp và không ép uổng nhân dân một cách bất công. Họ phải ra lệnh khắp nước nên giữ sáu ngày trai giới và không được sát sanh. Họ phải tin vào nhưn quả một cách sâu đậm, tin vào con đường của cái thực tánh duy nhất và biết rằng Đức Phật bất diệt.

### ***III. Các Loại Sám Hối:***

Người tu Phật đừng nên buông lung tạo tội lỗi, mà ngược lại cần phải làm nhiều việc công đức. Làm được như vậy mới mong bù đắp được phần nào tội lỗi mà mình đã gây tạo từ trước. Tuy nhiên, nếu phạm lỗi chúng ta cần phải phát lồ sám hối, vì tội lỗi đâu lớn tày trời, nếu biết sám hối, tội thời tiêu tan. *Có hai loại sám hối:* Thứ nhất là vô tâm sở phạm sám hối. Phật tử chân thuần phải sám hối như thế nào? Chúng ta phải ở trước tứ chúng kể ra tất cả tội lỗi mà mình đã phạm phải, phải nói rõ mọi chi tiết của các tội và phát nguyện rằng từ nay về sau tuyệt đối sẽ không tái phạm. Như vậy chư Phật và chư Bồ Tát sẽ hộ trì cho chúng ta tu tập trừ sạch nghiệp tội. Vì những tội lỗi trước kia của chúng ta đều là “Vô tâm sở phạm,” tức là do vô ý mà phạm. Thứ nhì là minh tri cố phạm. Nếu mình đã phát lồ sám hối mà vẫn còn tiếp tục tái phạm, tức là đã biết rõ mà vẫn cố ý vi phạm, thì gọi là minh tri cố phạm, thì dầu cho có sám hối đi nữa cũng không có tác dụng, bởi vì nó thuộc loại định nghiệp, tương lai tất nhiên chúng ta phải chịu quả báo. Phật tử chân thuần đừng nên có tư tưởng tạo tội rồi sám hối là hết, là kể như vô tội. Rồi từ đó cứ gây nghiệp tạo tội, gây xong rồi lại sám hối, sám hối rồi lại gây. Nếu như vậy thì tội của chúng ta sẽ chất chồng cao lên như hòn núi Tu Di, kết quả tất nhiên là con đường địa ngục không thể tránh khỏi. *Lại có ba loại sám hối:* Thứ nhất là vô sinh sám hối (Vô Sanh Hối). Thiền quán tưởng lẽ vô sanh, dứt các phiền não, tránh được những tư tưởng sai trái cũng như ảo tưởng và màn vô minh che lấp Trung đạo. Thứ nhì là thủ tướng sám hối: Thủ Tướng Sám là phép sám hối cầu sự có mặt của Phật để được tận trừ tội lỗi. Định tâm tin chắc rằng Phật xoa đầu và xả tội cho mình. Thứ ba là tác pháp sám. *Theo tông Thiên Thai, có năm loại sám hối (Ngũ Hối Thiên Thai):* Thứ nhất là Sám Hối, nghĩa là phát lồ sám hối tội lỗi đã qua để ngăn ngừa tái phạm. Thứ nhì là Khuyến Thỉnh, có nghĩa là khuyến thỉnh thập phương chư Phật chuyển pháp luân. Thứ ba là Tùy Hỷ, có nghĩa là tùy hỷ thiện tác hay đối với mọi thiện căn đều hoan hỷ tán

thán. Thứ tư là Hồi Hưởng, có nghĩa là hồi hướng công đức hay đem tất cả thiện căn sở tu hướng vào chúng sanh và Phật đạo. Thứ năm là Phát Nguyện, có nghĩa là thệ nguyện thành Phật bằng cách làm tất cả các hạnh lành, tránh tất cả các việc ác, thanh tịnh tâm ý và hồi hướng công đức hay phát nguyện tu trì tứ hoằng thệ nguyện. *Theo Chân Ngôn tông, có năm loại sám hối hay năm pháp sám hối của tông Chân ngôn: qui mệnh, lễ kính chư Phật, Quảng tu cúng dường, xưng tán Như Lai, và sám hối nghiệp chướng. Lại có bảy loại tâm sám hối (Thất Chứng Tâm Sám Hối):* Thứ nhất là cảm thấy xấu hổ vì chưa thoát được luân hồi sanh tử. Thứ nhì là cảm thấy sợ hãi trước những khổ đau của địa ngục. Thứ nhì là cảm thấy sợ hãi trước những khổ đau của địa ngục. Thứ ba là tránh xa thế giới ác độc. Thứ tư là mong cầu xuất gia giác ngộ. Thứ năm là tình thương không phân biệt. Thứ sáu là cảm vì ân đức của Phật. Thứ bảy là thiền quán để thấy rõ bản chất không thật của tội lỗi; tội lỗi khởi lên từ sự tà vạy và không có thực hữu.

#### ***IV. Sự Sám Hối Của Ba Hạng Người:***

Trong Kinh Pháp Hoa, Đức Phật dạy về sự sám hối của ba hạng người. *Thứ nhất là sự sám hối của hàng Thanh Văn:* Giả như một Thanh Văn phá bỏ tam quy, ngũ giới, tám giới, các giới của Tỳ Kheo, các giới của Sa di, Sa di Ni, Thức xoa ma na và các uy nghi; và giả như do người ấy ngu si, do tâm xấu ác hay tà vạy mà phạm các giới và uy nghi. Nếu người ấy muốn diệt trừ khiến không còn các lầm lỗi để trở lại thành một Tỳ kheo đầy đủ các pháp của hàng Sa môn thì người ấy phải chăm chỉ đọc các kinh Phương Đẳng, tư duy về pháp “Không” thâm sâu của đệ nhất nghĩa, khiến cái trí tuệ “Không” tương ứng với tâm của mình. Nên biết rằng trong mỗi một niệm, mọi ô nhiễm của tội lỗi của người ấy sẽ vĩnh viễn chấm dứt, không còn chút tàn dư. Đây gọi là người đầy đủ các pháp và giới của hàng Sa môn và đầy đủ các uy nghi. Người như thế sẽ xứng đáng được hết thầy trời và người cúng dường.

*Thứ nhì là sự sám hối của Ưu Bà Tắc:* Giả như có Ưu Bà Tắc vi phạm các oai nghi và làm các việc xấu. Làm các việc xấu tức là bảo rằng Phật pháp là sai lầm, là xấu; bàn luận những việc xấu của tứ chúng; phạm tội trộm cắp, tà dâm mà không biết hổ thẹn. Nếu người ấy muốn sám hối và đoạn trừ các tội lỗi thì phải chuyên đọc tụng các kinh Phương Đẳng và tư duy về đệ nhất nghĩa.

*Thứ ba là sự sám hối của hàng vua chúa, quan quyền, và những công dân khác:* Giả như có một vị vua, đại thần, Bà la môn, trưởng giả hay viên quan mãi mê tham cầu các dục lạc, phạm năm nghịch tội, phỉ báng các kinh Phương Đẳng, làm đủ mười điều ác. Quả báo của những điều ác lớn lao này sẽ khiến họ bị đọa lạc vào các đường ác nhanh hơn mưa bão. Chắc chắn họ sẽ rơi vào địa ngục A tỳ. Nếu họ muốn diệt trừ các nghiệp chướng này thì họ phải khởi lòng hổ thẹn và cải hối các tội lỗi. Có năm pháp sám hối cho những bậc này. Pháp sám hối thứ nhất. Nếu họ muốn diệt trừ các nghiệp chướng này thì họ phải khởi lòng hổ thẹn và cải hối các tội lỗi. Họ phải chánh tâm, không phỉ báng Tam Bảo, không gây chướng ngại cho hàng xuất gia, không làm ác đối với người thực hành phạm hạnh. Họ phải ủng hộ cúng dường người trì giữ Đại thừa, họ phải nhớ niệm đến cái “Không” của ý nghĩa đệ nhất của kinh pháp thâm sâu. Pháp sám hối thứ hai. Họ phải hiếu dưỡng cha mẹ, cung kính các bậc thầy và các vị trưởng thượng. Pháp sám hối thứ ba. Họ phải trị nước theo chánh pháp và không ép uổng nhân dân một cách bất công. Pháp sám hối thứ tư. Họ phải ra lệnh khắp nước nên giữ sáu ngày trai giới và không được sát sanh. Pháp sám hối thứ năm. Họ phải tin vào nhưn quả một cách sâu đậm, tin vào con đường của cái thực tánh duy nhất và biết rằng Đức Phật bất diệt.

#### ***V. Sám Hối Tam Nghiệp:***

Chúng ta từ vô thủy kiếp đến nay, do nơi chấp ngã quá nặng nên bị vô minh hành xử, thân, khẩu, ý vì thế mà tạo ra vô lượng nghiệp nhân, thậm chí đến các việc nghịch ân bội nghĩa đối với cha mẹ, Tam Bảo, vân vân chúng ta cũng không từ. Ngày nay giác ngộ, ắt phải sanh lòng hổ thẹn ăn năn bằng cách đem ba nghiệp thân khẩu ý ấy mà chí thành sám hối. Như Đức Di Lạc Bồ Tát, đã là bậc Nhất sanh Bồ xứ thành Phật vậy mà mỗi ngày còn phải sáu thời lễ sám, cầu cho mau dứt vô minh, huống là chúng ta! Người Phật tử chân thuần nên phát nguyện sám hối nghiệp chướng nơi thân khẩu ý, hưng long ngôi Tam Bảo, độ khắp chúng sanh để chuộc lại lỗi xưa và đáp đền bốn trọng ân Tam Bảo, cha mẹ, sư trưởng, và chúng sanh.

*Thứ nhất là Sám hối thân nghiệp:* Thân nghiệp tỏ bày tội lỗi, nguyện không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, và phát lồ cầu được tiêu trừ, rồi dùng thân ấy mà hành thiện nghiệp như bố thí cúng dường, vân vân. Đức Phật dạy: “Thân là nguồn gốc của tất cả nỗi khổ,

là nguyên nhân của mọi hình phạt và quả báo trong tam đồ ác đạo.” Chúng sanh vì ngu muội nên chỉ biết có thân mình chớ chẳng cần biết đến thân người khác. Chỉ biết nỗi khổ của mình chớ chẳng nghĩ đến nỗi khổ của người. Chỉ biết mình cầu được yên vui, mà không biết rằng người khác cũng mong được yên vui. Hơn nữa, cũng vì vô minh mà ta khởi tâm bỉ thử, từ đó mà sanh ra ý tưởng thân sơ, dần dần kết thành thù oán lẫn nhau, gây nghiệp oan trái tiếp nối đời đời kiếp kiếp. Thân nghiệp có ba lỗi lớn là sát sanh, trộm cắp và tà dâm. Muốn sám hối nơi thân, phải đem thân lễ kính Tam Bảo, nghĩ biết rằng sắc thân này vô thường, nhiều bệnh hoạn khổ đau, và hằng luôn thay đổi, chuyển biến, rốt lại chúng ta chẳng thể nào chủ trì hay chỉ huy được thân này. Vì thế chúng ta chớ nên quá lệ thuộc vào thân và đừng nên vì thân này mà tạo ra các điều ác nghiệp.

*Thứ nhì là Sám hối Khẩu nghiệp:* Khẩu nghiệp tỏ bày tội lỗi, nguyện không nói dối, không nói lời đâm thọc, không chửi rủa, không nói lời vô tích sự, không nói lời hung dữ, không nói lời đâm thọc, không nói lưỡi hai chiều, và phát lồ cầu được tiêu trừ. Sau đó dùng khẩu ấy mà niệm Phật, tụng kinh, hay ăn nói thiện lành, vân vân. Đức Phật dạy: “Miệng là cửa ngõ của tất cả mọi oán họa.” Quả báo của khẩu nghiệp nặng nề vào bậc nhất. Khẩu nghiệp có bốn thứ là nói dối, nói lời mạ lỵ, nói lời thêu dệt, và nói lưỡi hai chiều. Do nơi bốn cái nghiệp ác khẩu này mà chúng sanh gây tạo ra vô lượng vô biên tội lỗi, hoặc nói lời bay bướm, ngọt ngào, giả dối, lừa gạt, ngôn hành trái nhau. Một khi ác tâm đã sanh khởi thì không nói chi đến người khác, mà ngay cả cha mẹ, sư trưởng, chúng ta cũng không chừa, không một điều nào mà ta không phỉ báng, chúng ta không từ một lời nói độc ác, trù rửa nào, hoặc nói lời ly tán khiến cho cốt nhục chia lìa, không nói có, có nói không, nói bừa bãi vô trách nhiệm. Phật tử chơn thuần phải luôn sám hối khẩu nghiệp, phải dùng cái miệng tội lỗi ngày xưa mà phát ra những lời ca tụng, tán thán công đức của chư Phật, tuyên nói những điều lành, khuyên bảo kẻ khác tu hành, ngời thiền, niệm Phật hay tụng kinh. Sau đó, thể trọn đời không dùng miệng lưỡi đó nói ra những lời thô tục, hỗn láo. Đối trước Tam Bảo phải thành kính bày tỏ tội lỗi chẳng dám che dấu. Cũng cùng cái miệng lưỡi tội lỗi ngày xưa đã từng gây tạo ra biết bao ác khẩu nghiệp, thì ngày nay tạo dựng được vô lượng công đức và phước lành.

*Thứ ba là Sám hối Ý nghiệp:* Ý nghiệp phải thành khẩn ăn năn, nguyện không ganh ghét, không xấu ác, không bất tín, không tham, không sân, không si mê, thề không tái phạm. Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng tất cả năm thức từ nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, sở dĩ gây nên vô số tội lỗi là do ở nơi ý thức. Ý thức này cũng ví như mệnh lệnh của vua ban xuống quần thần. Mắt ưa ngắm bậy, tai ham nghe âm thanh du dương, mũi ưa ngửi mùi hương hoa, son phấn, lưỡi ưa phát ngôn tà vạy, thân ưa thích sự súc chạm mịn màng. Tất cả tội nghiệp gây ra từ năm thức này đều do chủ nhân ông là tâm hay ý thức mà phát sanh ra. Cuối cùng phải bị đọa vào tam đồ ác đạo, chịu vô lượng thống khổ nơi địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Phòng ý như phòng thành, giữ tâm như giữ gìn trồng con mắt. Giặc cướp công đức, một đời hay nhiều đời, không gì hơn ý.” Nay muốn sám hối ý nghiệp, trước hết phải nghĩ rằng ba nghiệp tham sân si của ý là mầm mống gây tạo nên vô lượng nghiệp tội, là màng vô minh che mất trí huệ, là phiền não bao phủ chơn tâm. Thật là đáng sợ. Phật tử chơn thuần phải đem hết tâm ý sám hối ăn năn, thề không tái phạm.

#### ***VI. Vô Tướng Sám Hối Theo Lục Tổ Huệ Năng:***

Khi Lục Tổ Huệ Năng thấy sĩ thứ bốn phương từ Quảng Châu, Thiều Châu đua nhau đến trong núi nghe pháp, Tổ mới đăng tòa bảo chúng rằng: “Đến đây, các thiện tri thức! Tánh này phải từ trong tự tánh mà khởi, trong tất cả thời, mỗi niệm tự tịnh tâm kia, tự tu, tự hành, thấy pháp thân của mình, thấy tâm Phật của mình, tự độ, tự giới mới được, không nhờ đến đây. Đã từ xa đến, một hội ở đây đều cùng có duyên, nay có thể mỗi vị quỳ gối, trước tôi vì truyền cho Tự Tánh Ngũ Phần Pháp Thân Hương, kế đó là trao Vô Tướng Sám Hối. Chúng đều quỳ gối, Tổ bảo: “Một là giới hương, tức là trong tâm mình không có quấy, không có ác, không tật đố, không tham sân, không cướp hại, gọi là giới hương. Hai là định hương, tức là thấy các cảnh tướng thiện ác mà tự tâm chẳng loạn gọi là định hương. Ba là huệ hương, tức là tâm mình không ngại, thường dùng trí huệ quán chiếu tự tánh, chẳng tạo các ác, tuy tu các hạnh lành mà tâm không chấp trước, kính bậc trên thương kẻ dưới, cứu giúp người cô bản, gọi là huệ hương. Bốn là giải thoát hương, tức là tự tâm mình không có chỗ phan duyên, chẳng nghĩ thiện, chẳng nghĩ ác, tự tại vô ngại gọi là giải thoát hương. Năm là giải thoát tri kiến hương, tức là tự tâm đã không có chỗ phan duyên thiện

ác, không thể trầm, không trệ tịch, tức phải học rộng nghe nhiều, biết bản tâm mình, đạt được lý của chư Phật, hòa quang tiếp vật, không ngã không nhờn, thẳng đến Bồ Đề, chơn tánh không đổi, gọi là giải thoát tri kiến hương. Nầy thiện tri thức! Mỗi người đồng thời nói theo lời tôi: “Đệ tử chúng con, từ niệm trước, niệm hiện tại và niệm sau, mỗi niệm không bị ngu mê làm nhiễm, từ trước có những nghiệp ác, ngu mê, vâng vâng, các tội thấy đều sám hối, nguyện một lúc tiêu diệt, hằng không khởi lại. Đệ tử chúng con, từ niệm trước, niệm hiện nay và niệm sau, mỗi niệm không bị kiêu cống làm nhiễm, từ trước có những nghiệp ác, kiêu cống, vâng vâng, các tội thấy đều sám hối, nguyện một thời tiêu diệt, hằng không khởi lại. Đệ tử chúng con, từ niệm trước, niệm hiện nay và niệm sau, mỗi niệm không bị tật đố làm nhiễm, từ trước đó có những nghiệp ác, tật đố, vâng vâng, các tội thấy đều sám hối, nguyện một lúc tiêu diệt, hằng không khởi lại.

Lục Tổ Huệ Năng dạy: “Nầy thiện tri thức! Nay tôi vì các ông mà trao ‘Vô Tướng Sám Hối’ để diệt tội trong ba đời, khiến được ba nghiệp thanh tịnh. Nầy thiện tri thức! Mỗi người đồng thời nói theo lời tôi: “Đệ tử chúng con, từ niệm trước, niệm hiện tại và niệm sau, mỗi niệm không bị ngu mê làm nhiễm, từ trước có những nghiệp ác, ngu mê, vâng vâng, các tội thấy đều sám hối, nguyện một lúc tiêu diệt, hằng không khởi lại. Đệ tử chúng con, từ niệm trước, niệm hiện nay và niệm sau, mỗi niệm không bị kiêu cống làm nhiễm, từ trước có những nghiệp ác, kiêu cống, vâng vâng, các tội thấy đều sám hối, nguyện một thời tiêu diệt, hằng không khởi lại. Đệ tử chúng con, từ niệm trước, niệm hiện nay và niệm sau, mỗi niệm không bị tật đố làm nhiễm, từ trước đó có những nghiệp ác, tật đố, vâng vâng, các tội thấy đều sám hối, nguyện một lúc tiêu diệt, hằng không khởi lại. Nầy thiện tri thức! Về trước là ‘Vô Tướng Sám Hối.’ Thế nào gọi là sám? Thế nào gọi là hối? Sám là sám những lỗi về trước, từ trước có những nghiệp ác ngu mê, kiêu cống, tật đố, vâng vâng, các tội thấy đều sám hết, hằng không khởi lại, gọi đó là sám. Hối là hối những lỗi về sau, từ nay về sau có những nghiệp ác ngu mê, kiêu cống, tật đố, vâng vâng, các tội nay đã giác ngộ, thấy đều hằng đoạn, lại không tạo lại, ấy gọi là hối, nên gọi là sám hối. Người phạm phu ngu mê, chỉ biết sám lỗi trước, chẳng biết hối lỗi sau, do vì không hối nên tội trước chẳng diệt, lỗi sau lại sanh. Tội trước đã chẳng diệt, lỗi sau lại sanh, sao gọi là sám hối được.





## ***Repentance In Buddhist Point of View***

***Thiền Phúc***

*Repentance means repenting of past errors, feeling a great sense of shame and remorse for the transgressions we made in the past (repent misdeeds and mental hindrances or karmic obstacles). Patience or forbearance of repentance or regret for error. From infinite reincarnations in the past to the present, we have existed in this cycle of rebirths. Because of ignorance and greediness for desires of talent, beauty, fame, food, sleep, wealth, and power, etc. which have masked and covered our true nature, causing us to lose our ways and end up committing endless karmic transgressions. Moreover, because of our egotistical nature, we only hold to the concept of self and what belong to us, we are only concerned with benefiting ourselves but have absolutely no regards on how our actions may affect others. Thus, in this way, whether unintentionally or intentionally, we often bring pains and sufferings to countless sentient beings, committing infinite and endless unwholesome karma, consequently, creating countless enemies. Even the most precious Triple Jewels, we still make false accusations and slander. All such karmic transgressions are countless. Now we are fortunate enough, having a few good karma leftover from former lives, to be able to meet a good knowing advisor to guide and lead us, giving us the opportunity to understand the philosophy of Buddhism, begin to see clearly our former mistakes and offenses. Therefore, it is necessary to feel ashamed, be remorseful, and bring forth the three karmas of body, speech and mind to repent sincerely. Repentance is one of the most entrances to the great enlightenment; for with it, the mind within is always stilled. Buddhists should not commit offenses. On the contrary, we should create more merit and virtue to offset the offenses that we committed before. However, if we commit offenses, we should repent, for once repented, great offenses will be eradicated. What should devout Buddhists repent? We should tell all of our offenses in front of the fourfold assembly and vow not to repeat those offenses again. To be able to do this, Buddhas and Bodhisattvas will support and help us eradicate our karmas, for our offenses from before were all committed unintentionally. If we already vowed to repent and we still deliberately commit the same offense again, repentance will not help. Our act will become fixed karma and in the future we will definitely receive the retribution. Devout Buddhists should not think that if we create offenses, we can simply repent to eradicate these offenses, and so keep on creating more offenses while continuously vowing to repent. In the future, the offenses accumulated will be as high as Mount Meru. This way, there is no way we can avoid falling into hells.*

### ***I. An Overview of Repentance:***

Generally speaking, repentance means repenting or regretting of past errors, to feel ashamed, be remorseful, and bring forth the three karmas of body, speech and mind to repent sincerely. Repentance is one of the most entrances to the great enlightenment; for with it, the mind within is always stilled. Repent misdeeds and mental hindrances is the fourth of the ten conducts and vows of Universal Worthy Bodhisattva. Repent misdeeds and mental hindrances means from beginningless kalpas in the past, we have created all measureless and boundless evil karma with our body, mouth and mind because of greed, hatred and ignorance; now we bow before all Buddhas of ten directions that we completely purify these three karmas. From infinite eons, because we have been drowning deeply in the concept of “Self,” ignorance has ruled and governed us. Thus, our body, speech, and mind have created infinite karmas and even great transgressions, such as being ungrateful and disloyal to our fathers, mothers, the Triple Jewels, etc, were not spared. Now that we are awakened, it is necessary to feel ashamed and be remorseful by using the same three karmas of body, speech, and mind to repent sincerely. Practitioners should always remember that in the endless cycle of Birth and Death, all sentient beings are at one time or another related to one another. However, because of delusion and attachment to self, we have, for countless eons, harmed other sentient beings and created an immense amount of evil karma. The Buddhas and the sages appear in this world out of compassion, to teach and liberate sentient beings, of whom we are a part. Even so, we engender a mind of ingratitude and destructiveness toward the Triple Jewel (Buddha, Dharma, Sangha). Now that we know this, we should feel remorse and repent the three evil karmas. Even the Maitreya Bodhisattva, who has attained non-retrogression, still practices repentance six times a day, in order to achieve Buddhahood swiftly. We should use our bodies to pay respect to the Triple Jewel, our mouth to confess our transgression and seek expiation, and our minds to repent sincerely and undertake not to repeat them. Once we have repented, we should put a complete stop to our evil mind and conduct, to the point where mind and objects are empty. Only then will there be true repentance. We should also vow to foster the Triple Jewel, rescue and liberate all sentient beings, atone for our past

transgressions, and repay the “for great debts,” which are the debt to the triple Jewel, the debt to our parents and teachers, the debt to our spiritual friends, and finally the debt we owe to all sentient beings. Through this repentant mind, our past transgressions will disappear, our virtues will increase with time, leading us to the stage of perfect merit and wisdom.

## ***II. The Meanings of Repentance:***

Repentance means repenting of past errors, feeling a great sense of shame and remorse for the transgressions we made in the past (repent misdeeds and mental hindrances or karmic obstacles). Reform means turning away from the future errors, resolving to improve oneself and never making those mistakes again. Patience or forbearance of repentance or regret for error. In addition, repentance is the confession of our own past physical and mental misdeeds, our minds are purified by such repentance, and because it frees us from a sense of sin, we feel greatly refreshed. From infinite reincarnations in the past to the present, we have existed in this cycle of rebirths. Because of ignorance and greediness for desires of talent, beauty, fame, food, sleep, wealth, and power, etc. which have masked and covered our true nature, causing us to lose our ways and end up committing endless karmic transgressions. Moreover, because of our egotistical nature, we only hold to the concept of self and what belong to us, we are only concerned with benefitting to ourselves but have absolutely no regards on how our actions may affect others. Thus, in this way, whether unintentionally or intentionally, we often bring pains and sufferings to countless sentient beings, committing infinite and endless unwholesome karma, consequently, creating countless enemies. Even the most precious Triple Jewels, we still make false accusations and slander. All such karmic transgressions are countless. Now we are fortunate enough, having a few good karma leftover from former lives, to be able to meet a good knowing advisor to guide and lead us, giving us the opportunity to understand the philosophy of Buddhism, begin to see clearly our former mistakes and offenses. Sincere Buddhists should always remember that all bad deeds ended yesterday. Since today, we start a new day for our life. If we don't diligently repent, then the karma from past offenses will continue to make us fall. Therefore, it is

necessary to feel ashamed, be remorseful, and bring forth the three karmas of body, speech and mind to repent sincerely. Repentance is one of the most important entrances to the great enlightenment; for with it, the mind within is always stilled. Repentance does not mean to compromise with oneself, not having a lukewarm or equivocal attitude, but polishing one's Buddha-nature by gradually removing illusions and defilements from one's mind. The practice of repentance consists in the Bodhisattva practice, through which one not only polishes his Buddha-nature but also renders service to others. Repentance is an indispensable requisite of religious life. It is to be hoped that all people will repeatedly perform repentance in their daily lives. Thus the Buddha taught in the Lotus Sutra: "If, in the future worlds, there be any who practices laws of repentance, know that such a man has put on the robes of shame, is protected and helped by the Buddhas, and will attain Perfect Enlightenment before long."

Repentance of all offenses for "all such offenses, limitless and boundless." Our offenses are not only beyond reckoning, they are indeed vast beyond all bounds. Now that we realize how deep our offenses are and how serious our obstructions are, we should sincerely repent before the Buddhas. In repentance, sincerity is essential. When we seek to repent and reform we must confess sincerely. If we are not sincere about repenting of our sins, then even after many eons as there are sands in a hundred million Ganges Rivers, the karma of our offenses will never be cancelled. Ancient virtues taught the following verse of repentance:

For all the bad karmas created in the past,  
Based upon beginningless greed, hatred and stupidity.  
And born of body, mouth and mind,  
I now repent and reform.

This verse of repentance not only allows us to repent of our offenses which have become obstructions, it also explains what caused us to create those offenses. Sincere Buddhists should always remember that whether it is the three offenses of killing, stealing, and sexual misconduct which we commit with our bodies; or the lying, frivolous talks, scolding, and backbiting committed in our speech; or the greed, hatred and stupidity in our mind, we must sincerely repent of them all.

Otherwise, we will be sinking deeper and deeper in the sea of karmas as our offenses grow heavier.

The state of feeling of guilt presents when we have spoken or done something that cause suffering to others, even though they don't know. Buddhists should not bear in their mind such feeling. Instead, we should genuinely remorse. Good Buddhists should always remember that unwholesome speeches and deeds will surely bear their bad fruits. Thus, whenever we have done something wrong, we should honestly admit and correct our wrong-doings. Externalists believe that there exists a so-called "Redeemer" in this world, but Buddhism does not stress on atonement. According to Buddhism, each person must work out his own salvation. We can help others by thought, words, and deeds, but cannot bear another's results or take over consequences of another's errors or misdeeds. However, Buddhism stresses on compassion of Bodhisattvas which help other beings relieve sufferings and afflictions. According to Buddhism, regret can be either a wholesome or unwholesome or neutral mind. Regret is a mind which feels sorrow or remorse about past actions. Regret for negative past actions (non-virtuous) is a positive regret; however, regret for positive past actions (virtuous) is a negative regret. According to Buddhism, sincere Buddhists should always repent misdeeds and mental hindrances means from beginningless kalpas in the past, we have created all measureless and boundless evil karma with our body, mouth and mind because of greed, hatred and ignorance. And due to the evil influence of the three poisons, our bodies engage in the karma of killing, stealing, and sexual misconduct. In our speech, we engage in lying, frivolous talks, scolding, backbiting, and so on. Now we bow before all Buddhas of ten directions that we completely purify these three karmas. Repent misdeeds and mental hindrances, the fourth of the ten conducts and vows of Universal Worthy Bodhisattva. Besides, the rules for repentance and confession is a regular confessional service for monks and nuns.

Buddhists should not commit offenses. On the contrary, we should create more merit and virtue to offset the offenses that we committed before. However, if we commit offenses, we should repent, for once repented, great offenses will be eradicated. What should devout Buddhists repent? We should tell all of our offenses in front of the

fourfold assembly and vow not to repeat those offenses again. To be able to do this, Buddhas and Bodhisattvas will support and help us eradicate our karmas, for our offenses from before were all committed unintentionally. If we already vowed to repent and we still deliberately commit the same offense again, repentance will not help. Our act will become fixed karma and in the future we will definitely receive the retribution. Devout Buddhists should not think that if we create offenses, we can simply repent to eradicate these offenses, and so keep on creating more offenses while continuously vowing to repent. In the future, the offenses accumulated will be as high as Mount Meru. This way, there is no way we can avoid falling into hells. Some people seek the presence of the Buddha to rid one of sinful thoughts and passions. To hold repentance before the mind until the sign of Buddha's presence annihilates the sin. However, Zen practitioners should cultivate meditation and contemplation to prevent wrong thoughts and delusions that hinder the truth.

The Buddha taught: "The body is the origin of all sufferings, is the root of all tortures, punishments and karmic retributions in the three domains." Because of ignorance and stupidity, sentient beings are only concerned with our bodies and have not the slightest care of other people's bodies. We are only aware of our own sufferings, but completely oblivious of others' pains and sufferings. We only know of our hopes for peace and happiness but unaware that others, too, have hope for peace and happiness. Moreover, because of ignorance and stupidity, we give rise to the mind of self and other, which gives rise to the perception of friends and strangers. Gradually over time, this perception sometimes develops into feuds and hatred among people, who become enemies for countless aeons (life after life, one reincarnation after reincarnation). There are three kinds of body karma: killing, stealing, and sexual misconducts. To repent the body karma, we should bow and prostrate our body to the Triple Jewels, and realize that our body is inherently impermanent, filled with sicknesses, constantly changing, and transforming. Thus, in the end, we cannot control and command it. We should never be so obsessed and overly concerned with our body and let it causes so many evil deeds. Also according to the Buddha, the mouth is the gate and door to all hateful retaliations. The karmic retribution for speech-karma is the greatest.

Speech-karma gives rise to four great karmic offenses: lying, insulting, gossiping, and speaking with a double-tongue maner. Because of these four unwholesome speeches, sentient beings accumulate infinite and endless offenses ranging from speaking artificially, sweetly, manipulatively to speaking untruthfully, words and actions contradicting one another, etc. Once the mind of hatred arises, not mention strangers, even one's parents, religious masters, etc., there is not an insult one will not speak. No malicious words will be spared, whether saying hateful words with intention of causing separation between two people, saying something happened when it didn't or when it didn't happened saying it did; thus speaking irresponsibly and chaotically without the slightest consideration of what is being said. Sincere Buddhists should always repent the body-karma by using the "mouth of transgressions" of the past to change it into praises and glorification of the virtuous practices of the Buddhas. Use that speech often to speak of kindness, encouraging others to cultivate the Way and change for the better, i.e. sitting meditation, Buddha-Recitation, or chanting sutras, etc. Thereafter, for the remainder of this life, vow not to use one mouth and tongue to speak vulgarly, disrespectfully, and before the Triple Jewels, sincerely confess and willingly admit to all offenses without concealment. Thus, use the same mouth and tongue which has created countless offenses in the past to give birth to infinite merits, virtues, and wholesome karma at the present. Sincere Buddhists should always remember that the mind consciousness is the reason to give rise to infinite offenses of the other five consciousnesses, from Sight, Hearing, Scent, Taste, and Touch Consciousnesses. The mind consciousness is similar to an order passed down from the King to his magistrates and chancellors. Eyes take great pleasure in looking and observing unwholesome things, ears take great pleasure in listening to melodious sounds, nose takes great pleasure in smelling aromas and fragrance, tongue takes great pleasure in speaking vulgarly and irresponsibly as well as finding joy in tasting the various delicacies, foods, and wines, etc; body takes great pleasure in feeling various sensations of warmth, coolness, softness, velvet clothing. Karmic offenses arise from these five consciousness come from their master, the Mind; the mind consciousness is solely responsible for all their actions. In the end, this will result in continual drowning in the three

evil paths, enduring infinite pains and sufferings in hells, hungry ghosts, and animals. In the Dharmapada, the Buddha taught: “Guard one’s mind much like guarding a castle; protect the mind similar to protecting the eye ball. Mind is an enemy capable of destroying and eliminating all of the virtues and merits one has worked so hard to accumulate during one’s existence, or sometimes many lifetimes. To repent the mind-karma, sincere Buddhists should think that the three karmas of Greed, Hatred, and Ignorance of the mind are the roots and foundations of infinite karmic transgressions. The mind-karma is the web of ignorance which masks our wisdom and is the affliction and worry that cover our true nature. It should be feared and needs be avoided. Sincere Buddhists should use their heart and mind to sincerely confess and repent, be remorseful, and vow never again to commit such offenses. From infinite eons, because we have been drowning deeply in the concept of “Self,” ignorance has ruled and governed us. Thus, our body, speech, and mind have created infinite karmas and even great transgressions, such as being ungrateful and disloyal to our fathers, mothers, the Triple Jewels, etc, were not spared. Now that we are awakened, it is necessary to feel ashamed and be remorseful by using the same three karmas of body, speech, and mind to repent sincerely. Maitreya Bodhisattva, even as a “One-Birth Maha-Bodhisattva,” six times daily he still performs the repentance ceremony praying to eliminate binding ignorance quickly. As a Maha-Bodhisattva, his ‘binding ignorance’ is infinitesimal, yet He still repents to eliminate them. Sincere Buddhists should develop vow to feel ashamed and be remorseful by using the same three karmas of body, speech, and mind to repent sincerely, to make the Triple Jewels glorious, help and rescue sentient beings, in order to compensate and atone for past transgressions and repay the four-gratefals including the Triple Jewels, parents, teachers of both life and religion, and all sentient beings. Body karma openly confess all transgressions, vow not to kill or prohibiting taking of life, not to steal or prohibiting stealing, not to commit adultery or prohibiting committing adultery, and pray for them to disappear, and then use that body to practice wholesome actions, such as alms givings, offerings, etc. Speech karma openly confess all transgressions, vow not to lie, not to exaggerate, not to abuse (curse), not to have ambiguous talk, not to insult, not to



exaggerate, not to speak with a double-tongue and pray for them to disappear, and then use that speech to practice Buddha Recitation, chant sutras, speak wholesomely, etc. Mind Karma must be genuine, remorseful, vow not to be covetous, not to be malicious, not to be unbelief, not to be greedy, not to be hatred, not to be ignorant, vowing not to revert back to the old ways. When making confession, we should vow:

“I confess all my unwholesome deeds.  
 The ten non-virtues and the five heinous crimes.  
 Committed to date from time without beginning.  
 Through my mind overwhelmed by ignorance.”

We try to confess our negative actions committed from time without beginning. When we first took birth, given the countless number of bodies into which we have been born. According to Buddhism point of view, death is not an end but a means leading to another rebirth. The conscious mind only migrates from life to life. The starting point of such a process is impossible to retrace. However, our existence in samsara is not naturally infinite. It is possible to put an end to it. The only way to do is by realizing selflessness. As seed has no beginning but it is not naturally infinite, if we burn the seed we can destroy its potential to grow. That is the end of it. It is extremely difficult for us to remember the negative conduct of all our past lives, but we can think of negative deeds we have committed since such a time we can remember. When making confession, sincere Buddhists should always think about the non-virtuous deeds of countless past lives even though we cannot identify them. Confession is not a simple thing of narrating our negative deeds with no serious thought of repentance. The skillful way of making confessions is to do it with a real feeling of remorse. Therefore, it becomes necessary to recollect our misdeeds so that one can think about them and feel sorry about them. This will lead you to expiate your crime. The innate nature of our mind is clear light. It is the very personification of perfection; however, this clear light is temporarily obscured. It is contaminated; beclouded by our own afflictive emotions. That is why we say in our confession that through our mind overwhelmed by ignorance we have committed since time without beginning unwholesome deeds. Due to our deluded mind, even in this present life, we are constantly operating

with negative actions. We do not have much freedom from afflictive emotions. We are enslaved by them. We are prisoners of our own devices. For example, when anger rises in us, we become completely under the control of this afflictive emotion. It makes us think and act in ways we do not want to. If we step back and look in a mirror when we become angry, we will see what anger has done to us. We will see anger's power to destroy us and others around us. We might wonder if it is indeed possible to expiate a non-virtuous deed such as one of these five heinous crimes. According to "Prasanghika Madhyamika," any kind of negative deed can be expiated. This is a property of negativities. If we do not leave them unattended until they are ripen, we can purify them. Non-virtuous deeds are negative by nature but have the quality of being purified. There are people who believe that they can get away with whatever negative action they commit. They are those who do not believe in the law of cause and effect. We have no comment on these people. Sincere Buddhists should always remember that according to the law of cause and effect, the consequences of any kind of act one commits, virtuous or non-virtuous, must be faced by that same person. In other words, each person is responsible for his own actions.

According to the Sutra In Forty-Two Sections, Chapter 5, the Buddha said: "If a person has many offenses and does not repent of them but merely stop thinking about them, the offenses will engulf him, just as water returning to the sea will gradually become deeper and broader. If a person has offenses and repents (practices good), the offenses will dissolve of themselves, just as a sick person begins to perspire and is gradually be cured." In the Lotus Sutra, the Buddha taught about repentance of the three major classes as follows: Suppose that a Sravaka breaks the threefold refuge, the five precepts, the eight precepts, the precepts of Bhikshus, of Bhikshunis, of Sramaneras, of Sramanerikas, and of Sikshamanas, and their dignified behavior, and also suppose that because of his foolishness, evil, and bad and false mind he infringes many precepts and the rules of dignified behavior. If he desires to rid himself of and destroy these errors, to become a Bhikshu again and to fulfill the laws of monks, he must diligently read the all the Vaipulya sutras (sutras of Great Extent), considering the profound Law of the Void of the first principle, and must bring this

wisdom of the Void to his heart; know that in each one of his thoughts such a one will gradually end the defilement of all his longstanding sins without any remainder. This is called one who is perfect in the laws and precepts of monks and fulfills their dignified behavior. Such a one will be deserved to be served by all gods and men. Suppose any Upasaka violates his dignified behavior and does bad things. To do bad things means, namely, to proclaim the error and sins of the Buddha-laws, to discuss evil things perpetrated by the four groups, and not to feel shamed even in committing theft and adultery. If he desires to repent and rid himself of these sins, he must zealously read and recite the Vaipulya sutras and must think of the first principle. Suppose a king, a minister, a Brahman, and other citizens, an elder, a state official, all of these persons seek greedily and untiringly after desires, commit the five deadly sins, slander the the Vaipulya sutras, and perform the ten evil karma. Their recompense for these great evils will cause them to fall into evil paths faster than the breaking of a rainstorm. They will be sure to fall into the Avici hell. If they desire to rid themselves of and destroy these impediments of karmas, they must raise shame and repent all their sins. They want to rid themselves of karmas, they must constantly have the right mind, not slander the Three Treasures nor hinder the monks nor persecute anyone practicing brahma-conduct. They must support, pay homage to, and surely salute the keeper of the Great Vehicle; they must remember the profound doctrine of sutras and the Void of the first principle. They must discharge their filial duty to their fathers and mothers and to respect their teachers and seniors. They must rule their countries with the righteous law and not to oppress their people unjustly. They must issue within their states the ordinance of the six day of fasting and to cause their people to abstain from killing wherever their powers reach. They must believe deeply the causes and results of things, to have faith in the way of one reality, and to know that the Buddha is never extinct.

### ***III. Different Categories of Repentance:***

Buddhists should not commit offenses. On the contrary, we should create more merit and virtue to offset the offenses that we committed before. However, if we commit offenses, we should repent, for once repented, great offenses will be eradicated. *There are two kinds of*

*repentance:* First, unintentional offenses. What should devout Buddhists repent? We should tell all of our offenses in front of the fourfold assembly and vow not to repeat those offenses again. To be able to do this, Buddhas and Bodhisattvas will support and help us eradicate our karmas, for our offenses from before were all committed unintentionally. Second, intentional offenses. If we already vowed to repent and we still deliberately commit the same offense again, repentance will not help. Our act will become fixed karma and in the future we will definitely receive the retribution. Devout Buddhists should not think that if we create offenses, we can simply repent to eradicate these offenses, and so keep on creating more offenses while continuously vowing to repent. In the future, the offenses accumulated will be as high as Mount Meru. This way, there is no way we can avoid falling into hells. *There are also three modes of repentance:* The first mode of repentance is to meditate to prevent wrong thoughts and delusions that hinder the truth. The second mode of repentance is to seek the presence of the Buddha to rid one of sinful thoughts and passions. To hold repentance before the mind until the sign of Buddha's presence annihilates the sin. The third mode of repentance is to confess one's breach of the rules before the Buddha and seek remission (in proper form). *The five stages in a penitential service in T'ien-T'ai Sect:* First, confess of past sins and forbidding them for the future. Second, appeal to the universal Buddhas to keep the law-wheel rolling. Third, rejoicing over the good in self and others. Fourth, offering all one's goodness to all the living and to the Buddha-way. The fifth mode of repentance is to vow to become a Buddha by doing all good deeds, avoiding all bad deeds, purifying the mind and bestowal of acquired merits or resolve to observe and practice the four universal vows (magnanimous vows). According to the Shingon Sect, there are five stages in a penitential service. Shingon Sect divides the ten great vows of the Universal Good Bodhisattva (Samantabhadra) into *five stages of penitential service:* submission, worship and respect all Buddhas, praise the Thus Come Ones, make abundant offerings, and repent misdeeds and mental hindrances or karmic obstacles. *There are also seven mental attitudes in penitential meditation or worship:* First, shame for not yet being free from mortality. Second, fear of the pains of hells. Third, turning from the evil world. Fourth, desire for

renunciation and enlightenment. Fifth, impartiality in love to all. Sixth, gratitude to the Buddha. Seventh, meditation on the unreality of the sin-nature, that sin arises from perversion and that it has no real existence.

#### ***IV. Repentance of the Three Major Classes:***

In the Lotus Sutra, the Buddha taught about repentance of the three major classes. *First, repentance of Sravakas:* Suppose that a Sravaka breaks the threefold refuge, the five precepts, the eight precepts, the precepts of Bhikshus, of Bhikshunis, of Sramaneras, of Sramanerikas, and of Sikshamanas, and their dignified behavior, and also suppose that because of his foolishness, evil, and bad and false mind he infringes many precepts and the rules of dignified behavior. If he desires to rid himself of and destroy these errors, to become a Bhikshu again and to fulfill the laws of monks, he must diligently read the all the Vaipulya sutras (sutras of Great Extent), considering the profound Law of the Void of the first principle, and must bring this wisdom of the Void to his heart; know that in each one of his thoughts such a one will gradually end the defilement of all his longstanding sins without any remainder. This is called one who is perfect in the laws and precepts of monks and fulfills their dignified behavior. Such a one will be deserved to be served by all gods and men.

*Second, repentance of an Upasaka:* Suppose any Upasaka violates his dignified behavior and does bad things. To do bad things means, namely, to proclaim the error and sins of the Buddha-laws, to discuss evil things perpetrated by the four groups, and not to feel shamed even in committing theft and adultery. If he desires to repent and rid himself of these sins, he must zealously read and recite the Vaipulya sutras and must think of the first principle.

*Third, repentance of Kshatriyas, mandarins, and other citizens:* Suppose a king, a minister, a Brahman, and other citizens, an elder, a state official, all of these persons seek greedily and untiringly after desires, commit the five deadly sins, slander the the Vaipulya sutras, and perform the ten evil karma. Their recompense for these great evils will cause them to fall into evil paths faster than the breaking of a rainstorm. They will be sure to fall into the Avici hell. If they desire to rid themselves of and destroy these impediments of karmas, they must

raise shame and repent all their sins. There are five ways of repentance for these people. First, they want to rid themselves of karmas, they must constantly have the right mind, not slander the Three Treasures nor hinder the monks nor persecute anyone practicing brahma-conduct. They must support, pay homage to, and surely salute the keeper of the Great Vehicle; they must remember the profound doctrine of sutras and the Void of the first principle. Second, they must discharge their filial duty to their fathers and mothers and to respect their teachers and seniors. Third, they must rule their countries with the righteous law and not to oppress their people unjustly. Fourth, they must issue within their states the ordinance of the six day of fasting and to cause their people to abstain from killing wherever their powers reach. Fifth, they must believe deeply the causes and results of things, to have faith in the way of one reality, and to know that the Buddha is never extinct.

***V. Repentance on the Three Karmas:***

From infinite eons, because we have been drowning deeply in the concept of “Self,” ignorance has ruled and governed us. Thus, our body, speech, and mind have created infinite karmas and even great transgressions, such as being ungrateful and disloyal to our fathers, mothers, the Triple Jewels, etc, were not spared. Now that we are awakened, it is necessary to feel ashamed and be remorseful by using the same three karmas of body, speech, and mind to repent sincerely. Maitreya Bodhisattva, even as a “One-Birth Maha-Bodhisattva,” six times daily he still performs the repentance ceremony praying to eliminate binding ignorance quickly. As a Maha-Bodhisattva, his ‘binding ignorance’ is infinitesimal, yet He still repents to eliminate them. Sincere Buddhists should develop vow to feel ashamed and be remorseful by using the same three karmas of body, speech, and mind to repent sincerely, to make the Triple Jewels glorious, help and rescue sentient beings, in order to compensate and atone for past transgressions and repay the four-gratefals including the Triple Jewels, parents, teachers of both life and religion, and all sentient beings.

*The first repentance is the repentance of the body karma:* Body karma openly confess all transgressions, vow not to kill or prohibiting taking of life, not to steal or prohibiting stealing, not to commit adultery

or prohibiting committing adultery, and pray for them to disappear, and then use that body to practice wholesome actions, such as alms givings, offerings, etc. The Buddha taught: “The body is the origin of all sufferings, is the root of all tortures, punishments and karmic retributions in the three domains.” Because of ignorance and stupidity, sentient beings are only concerned with our bodies and have not the slightest care of other people’s bodies. We are only aware of our own sufferings, but completely oblivious of others’ pains and sufferings. We only know of our hopes for peace and happiness but unaware that others, too, have hope for peace and happiness. Moreover, because of ignorance and stupidity, we give rise to the mind of self and other, which gives rise to the perception of friends and strangers. Gradually over time, this perception sometimes develops into feuds and hatred among people, who become enemies for countless aeons (life after life, one reincarnation after reincarnation). There are three kinds of body karma: killing, stealing, and sexual misconducts. To repent the body karma, we should bow and prostrate our body to the Triple Jewels, and realize that our body is inherently impermanent, filled with sicknesses, constantly changing, and transforming. Thus, in the end, we cannot control and command it. We should never be so obsessed and overly concerned with our body and let it causes so many evil deeds.

*The second repentance is the repentance of the speech karma:* Speech karma openly confess all transgressions, vow not to lie, not to exaggerate, not to abuse (curse), not to have ambiguous talk, not to insult, not to exaggerate, not to speak with a double-tongue and pray for them to disappear, and then use that speech to practice Buddha Recitation, chant sutras, speak wholesomely, etc. The Buddha taught: “The mouth is the gate and door to all hateful retaliations.” The karmic retribution for speech-karma is the greatest. Speech-karma gives rise to four great karmic offenses: lying, insulting, gossiping, and speaking with a double-tongue maner. Because of these four unwholesome speeches, sentient beings accumulate infinite and endless offenses ranging from speaking artificially, sweetly, manipulatively to speaking untruthfully, words and actions contradicting one another, etc. Once the mind of hatred arises, not mention strangers, even one’s parents, religious masters, etc., there is not an insult one will not speak. No malicious words will be spared, whether saying hateful words with

intention of causing separation between two people, saying something happened when it didn't or when it didn't happened saying it did; thus speaking irresponsibly and chaotically without the slightest consideration of what is being said. Sincere Buddhists should always repent the body-karma by using the "mouth of transgressions" of the past to change it into praises and glorification of the virtuous practices of the Buddhas. Use that speech often to speak of kindness, encouraging others to cultivate the Way and change for the better, i.e. sitting meditation, Buddha-Recitation, or chanting sutras, etc. Thereafter, for the remainder of this life, vow not to use one mouth and tongue to speak vulgarly, disrespectfully, and before the Triple Jewels, sincerely confess and willingly admit to all offenses without concealment. Thus, use the same mouth and tongue which has created countless offenses in the past to give birth to infinite merits, virtues, and wholesome karma at the present.

*The third repentance is the repentance of the mind-karma:* Mind Karma must be genuine, remorseful, vow not to be covetous, not to be malicious, not to be unbelief, not to be greedy, not to be hatred, not to be ignorant, vowing not to revert back to the old ways. Sincere Buddhists should always remember that the mind consciousness is the reason to give rise to infinite offenses of the other five consciousnesses, from Sight, Hearing, Scent, Taste, and Touch Consciousnesses. The mind consciousness is similar to an order passed down from the King to his magistrates and chancellors. Eyes take great pleasure in looking and observing unwholesome things, ears take great pleasure in listening to melodious sounds, nose takes great pleasure in smelling aromas and fragrance, tongue takes great pleasure in speaking vulgarly and irresponsibly as well as finding joy in tasting the various delicacies, foods, and wines, etc; body takes great pleasure in feeling various sensations of warmth, coolness, softness, velvet clothing. Karmic offenses arise from these five consciousness come from their master, the Mind; the mind consciousness is solely responsible for all their actions. In the end, this will result in continual drowning in the three evil paths, enduring infinite pains and sufferings in hells, hungry ghosts, and animals. In the Dharmapada, the Buddha taught: "Guard one's mind much like guarding a castle; protect the mind similar to protecting the eye ball. Mind is an enemy capable of



destroying and eliminating all of the virtues and merits one has worked so hard to accumulate during one's existence, or sometimes many lifetimes. To repent the mind-karma, sincere Buddhists should think that the three karmas of Greed, Hatred, and Ignorance of the mind are the roots and foundations of infinite karmic transgressions. The mind-karma is the web of ignorance which masks our wisdom and is the affliction and worry that cover our true nature. It should be feared and needs be avoided. Sincere Buddhists should use their heart and mind to sincerely confess and repent, be remorseful, and vow never again to commit such offenses.

***VI. The Sixth Patriarch Hui Neng's Markless Repentance:***

Seeing the scholars and common people of Kuang-Chou and Shao-Kuan and the four directions assembled on the mountain to hear the Dharma, the Great Master Hui Neng took his seat and spoke to the assembly saying: "Come, each of you, Good Knowing Advisors! This work must begin within your self-nature. At all times, in every thought, purify your mind, cultivate your own conduct, see your own Dharm-body and the Buddha of your own mind. Take yourself across; discipline yourself. Only then will your coming here have not been in vain. You have come from afar to attend this gathering because we have karmic affinities in common. Now all of you kneel and I will first transmit to you the fivefold Dharma-body refuge of the self-nature, and then the markless repentance and reform." The assembly knelt and the Master said, "The first is the morality-refuge, which is simply your own mind when free from error, evil, jealousy, greed, hatred and hostility. The second is the concentration-refuge, which is just your own mind and does not become confused when seeing the marks of all good and evil conditions. The third is the wisdom-refuge, which is simply your own mind when it is unobstructed and when it constantly uses wisdom to contemplate and illuminate the self-nature, when it does no evil, does good without becoming attached and, is respectful of superior, considerate of inferiors, and sympathetic towards orphans and widows. The fourth is the liberation-refuge, which is simply your own mind independent of conditions, not thinking of good or evil, free and unobstructed. The fifth is the refuge of knowledge and views, which is simply your own mind when it is independent of good and evil

conditions and when it does not dwell in emptiness or cling to stillness. You should then study this in detail, listen a great deal, recognize your original mind and penetrate the true principle of all the Buddhas. You should welcome and be in harmony with living creatures; the unchanging true nature. Good Knowing Advisors, repeat after me: “May this disciple be, in past, present, and future thought, in every thought, unstained by stupidity and confusion. May it be wiped away at once and never arise again. May this disciple be, in past, present, and future thought, in every thought, unstained by ignorance and deceit. Now I completely repent of and reform all bad actions done in the past out of arrogance and deceit and other such offenses. May their effects be wiped away at once and may never be perpetrated again. May this disciple be in past, present, and future thought, in every thought unstained by jealousy. Now I completely repent and reform all bad actions done in the past out of jealousy and other such offenses. May they be wiped away at once and never arise again.

According to the Platform Sutra of the Sixth Patriarch’s Dharma Treasure, the Sixth Patriarch, Hui-Neng, taught: “Good Knowing Advisors, I will now transmit to you the markless repentance and reform to destroy the offensive actions done within the three periods of time and to purify the three karmas. Good Knowing Advisors, repeat after me: “May this disciple be, in past, present, and future thought, in every thought, unstained by stupidity and confusion. May it be wiped away at once and never arise again. May this disciple be, in past, present, and future thought, in every thought, unstained by ignorance and deceit. Now I completely repent of and reform all bad actions done in the past out of arrogance and deceit and other such offenses. May their effects be wiped away at once and may never be perpetrated again. May this disciple be in past, present, and future thought, in every thought unstained by jealousy. Now I completely repent and reform all bad actions done in the past out of jealousy and other such offenses. May they be wiped away at once and never arise again. Good Knowing Advisors, the above has been the markless repentance and reform. What is repentance and what is reform? Repentance is to repent of past errors, to repent so completely of all bad actions done in the past out of stupidity, confusion, arrogance, deceit, jealousy, and other such offenses, that they never arise again. Reform is to refrain

from such transgressions in the future. Awakening and cutting off such offenses completely and never committing them again is called repentance and reform. Common people, stupid and confused, know only how to repent of former errors and do not know how to reform and refrain from transgressions in the future. Because they do not reform, their former errors are not wiped away, and they will occur in the future. If former errors are not wiped away and transgressions are again committed, how can that be called repentance and reform?"

***Tài Liệu Tham Khảo***  
***References***

1. Chúng Ta Cùng Học Cùng Tu, Thiện Phúc, USA, 2021, Tập II, Chương 52—Let's Learn & Practice Together, Thiện Phúc, USA, 2021, Volumes II, Chapter 52.
2. Những Đóa Hoa Vô Ưu, Thiện Phúc, USA, 2012, Tập I, II & III—The Sorrowless Flowers, Thiện Phúc, USA, 2012, Volumes I, II & III.
3. Niệm Phật Căn Bản Cho Người Tại Gia, Thiện Phúc, USA, 2018, Tập I & II—Basic Buddha Recitations For Lay People, Thiện Phúc, USA, 2018, Tập I & II.
4. Phật Giáo Yếu Luận, Thiện Phúc, USA, 2021, Tập I, Chương 4—Essential Buddhist Essays, Thiện Phúc, USA, 2021, Vol. I, Chapter 4.
5. Phật Pháp Căn Bản, Thiện Phúc, USA, 2009, Tập VI, Chương 133—Basic Buddhist Doctrines, Thiện Phúc, USA, 2009, Volume VI, Chapter 133.
6. Phước Huệ Song Tu, Thiện Phúc, USA, 2021, Tập II, Chương 55—Simultaneous Cultivation of Merits & Wisdom, Thiện Phúc, USA, 2021, Tập II, Chương 55.
7. Từ Điển Phật Học Anh-Việt—English-Vietnamese Buddhist Dictionary, 10 volumes, Thiện Phúc, USA, 2007.
8. Từ Điển Phật Học Việt-Anh—Vietnamese-English Buddhist Dictionary, 6 volumes, Thiện Phúc, USA, 2005.
9. Vietnamese-English Buddhist Dictionary, 6 volumes, Thiện Phúc, USA, 2005.